

身心皆自在

Set Body and Mind Free

■ 文 / 蔡佳蓉 大林慈濟醫院身心日間照護病房護理師

記得八年前在他院任職，經過四年半的工作歷練後，來到大林慈濟醫院身心醫學科病房工作。其後得知本單位欲開立身心日間照護病房，於是毛遂自薦爭取，在開立身心日間照護病房之際，我便調到日間病房，開始著發揮獨特功能的護理領域。

獨特設計 抒發心事

身心日間病房不同於先前工作



身心日間照護病房如同自成一格的小型社區，護理師居間擔任溝通與觀察的角色。

的身心病房。身心日間病房就是一種慢性病房，收案的對象是以慢性精神病患為主，希望病人有著規律的生活作息。每天早上八點來院下午四點離院，活動內容有社交技巧訓練、疾病衛教團體及團康活動。每種活動設計安排都有不同考量，例如病患有幻聽的困擾，可藉由KTV或電影欣賞的音樂量及注意力轉移，來降低幻聽的發生率與不適感。

活動中還設計了排藥訓練，讓病友能自己排列好一週所要服用的藥物量，訓練病患規則服藥、增加病識感，更是量身定做了每個病患自己所應有的服藥時間點。在排藥訓練中還設計了藥本，功能如同聯絡簿一樣，我們利用它來告訴家屬，病友在院內的情形，也提供了病友抒發心情的管道，把自己不方便開口的問題書寫於藥本上，如：感覺自己太胖、花了太多錢、與家人發生了衝突……等，護理人員也藉由藥本給予病患正向回饋，如提供體重的測量、與家屬相處的建議等意見，病人把不能說的祕密書寫在藥本上，利用藥本給了病患支持的力量。



佳蓉在身心日間照護病房學會以病人為中心，並積極協助病人再站起來，重新融入人群。

身心日間病房在雲嘉南老人最多的地區設立，我們發現有些病友罹病已二、三十年，照顧病友的責任仍在年邁的父親或母親身上，每當看著老人家年邁的背影為著自己的子女忙進忙出時，心中難免傷感了起來，也高興身心日間照護的設置，可以降低家屬長期面臨的壓力，使家屬有喘息的時間。來到了日間照護病房，這裡的環境如同小家庭、小社區，經由人員互相溝通交流及一般性社交技巧來減少各方面退化速度。

花盡心思 為病患找出口

為了希望透過各種管道，給予病患更實質的幫助，增加病患的功能性，我與相關人員討論利用病患在日間照護的時間做代工來增加金錢的收入的可能性；代工為職能治療的一部份，不但能增加病患實質的

金錢收入，也可以降低因疾病慢性化所致的功能退化，在與護理長、職能治療師數次的開會及協商過程中，大家因為各自立場想法不同，有爭執冷戰、也有共同奮戰；也曾為了統一病房的抽血時間，而硬著頭皮，打電話給醫學中心、區域醫院及地區醫院，了解每家醫院抽血的次數及時間點；為了讓更多人知道有這樣一個單位，舉辦了茶敘及座談會。

回憶這些過程，有歡笑、有無奈、有挫折也有感動；更從中學習到如何與各部門溝通協調的技巧與方法，獲得收穫與成長，讓我在不同護理領域中更充實自己的能力，學習以病人為中心、更想努力去協助需要的精神病患再度站起來，讓他們能站在陽光下抬頭挺胸不畏困難，努力迎接新的挑戰，我也期許自己在這個工作上扮演好的角色。✂