

實證ABC

To Locate Evidence Class A

◆ 撰文 / 賴惠玲

清晨四點半，天未亮，戶外的寒氣完全有別於過去兩三個月以來一早就暖烘烘的感覺。宿舍前的一大片青草地也明亮的異於往昔。抬頭望，果然是大又圓的皎潔月亮高掛天空；停歇在連鎖磚鋪成的小徑上的一隻隻蝸牛，似乎也貪婪地盡情享受難得的片刻，沉浸在明媚的月光中，毫不擔心會葬送在粗心的早起人的腳下。自忖，今夕何夕有如此美景？在醫院跟同仁們分享清晨的經驗，但大家都抱持懷疑態度，因為連日的高溫特報和各地層出不斷的高溫災情，大家很難將我所描繪的「寒意」做連結。

二十四節氣，從立春、雨水、驚蟄……到冬至、小寒、大寒，是中國人的智慧結晶；每年國曆8月22到24日之間是所謂的「處暑」。處暑的「處」是「住」，有指「打住、終止」的意思；也就是說，夏天的暑熱在處暑這一天正式終止，秋天已經來臨。節氣處暑解釋了夏末秋初清晨的低溫現象，這現象也再度證實中國人的生活經驗累積的智慧，繼而產生至今仍固若金湯的節氣理論。

近年實證照護在臨床實務愈來愈被強調，許多醫院都積極培育種子人員推行實證護理照護。經由實證護理教育訓練，實證結果和臨床應用的落差也逐日被重視。自來水可不可以用來清洗傷口？聽莫札特音樂，會不會變聰明？有歐洲的實證研究結果顯示傷口用自來水清潔和用生理食鹽水清潔的傷口感染率沒有不同。也有研究顯示莫札特效應，聽莫札特的音樂會變聰明。但是什麼樣的研究設計，什麼年齡層的人聆聽莫札特音樂才會變聰明……？隨著實證醫學發展和護理教育水平的提升，實證研究素養在第一線護理人員也日益普及，不少護理人員聽到有歐洲的研究顯示自來水可以用來清洗傷口的同時，當下已有能力思辨在不同國家之間的自來水的品質以及傷口部位的重大差異。

實證證據有等級之分，ABC三級或五級，端視分類切割的不同而有差

別，但是，最可靠的等級當然是要經過嚴謹的科學研究設計下的結果產物。以研究結果的再現性而言，相對於統合分析(meta-analysis)這樣的A級證據，專家意見和質性研究等的證據性就顯得薄弱些。

實證護理學強調提供給病人的照護措施是經過嚴謹的科學驗證的。但是，人類是複雜的情感動物，量化的臨床試驗恐怕無法對人類複雜的心智活動做描述，質性和量性的研究，研究方法各有不可取代的優勢和缺失，且當今社會已經有太多的是非和偏頗的表象充斥，因此，對一個複雜個體或是一個社會現象的描述，事實真相的多元性更需要有不同構面去收集分析，質、量性方法二者併用，相輔相成，當可減少結果的誤差。

行為表現經常是我們用來觀察病人，收集病人的所謂的客觀資料的證據之一，在護理過程中，大量地被運用。人類是複雜的、高度進化的情感動物，行為表現可以是刻意地展現，也可能是未經思索的反射動作。經觀察別人的行為表現，有時候會產生解讀偏差。為了減少偏差，深度訪談與科學辯證就具有相當的重要性。否則，差之毫釐，失之千里。在下斷語之前，是否已經對「看」到的現象和語言符號做全面性的關照？所下評論是否公允？值得多反思！

三角形的內角和等於180度。個人思惟若不見容任何非我族類，當然就只能是平面上的180度。古人以弄璋弄瓦之喜慶賀子女的誕生，如果不了解歷史文化背景，又執著於文字符號，從表象上，自然呈現重男輕女，有違講求性別平等的社會價值觀。親臨現場並運用多面向的策略深入多方收集，收集資料是對於一個現象的評斷或詮釋的必要條件。欠缺與真實人物的互動，就無法發覺表象資訊的背後的真相，更遑論要如何進一步釐清收集的資料的真實度與合理性。儘管現今我們透過各樣研究產生的知識可能在很短的幾年內就不再適用，但是對當今現況的「報真導正」以及思辨能力確是需要不斷學習的功課。

周日的午後一點鐘，炙熱的陽光曬在皮膚上的燒灼感沒有因入秋而減少，客廳溫度顯示30度，一陣陣的午後涼風從七星潭方向灌入室內，隨即從涼意轉為絲絲寒意。所謂秋老虎威力和入秋後早晚的涼意，都是前人的珍貴經驗的累積，A級的智慧的證據。☺