

實證護理與臨床運用

Evidence-based Nursing and Clinical Practice

「實證」是全球醫療照護系統進步的根基，在現代護理教育以及專業養成中，「實證護理」更是必備的訓練課程。實證護理的目的，是提供最高品質、最具成本效益的護理照護；不論是照護技術、傳統或輔助療法等，經過質性或量化的研究考據，證實其確有適用性之後，尊重病人的喜好，再應用到臨床。透過實證護理的運作，可能打破傳統思維，可能出現創新作法，也可能發現古老傳說的效能。結合教學與臨床的力量，讓每一位護理同仁了解實證的精神，進而投入實證護理的推動與力行。在醫療資訊爆炸且虛實難解的年代，唯有實做求證，方能辨虛得真、撥雲見日……



辨
虛

求
真

Identify Truth from Falsity



■ 文 / 李玲玲 慈濟技術學院護理系助理教授

一位尿路感染的女性病人問照顧護理人員：「我要出院了，回去以後要注意什麼比較不會再發炎？很不舒服，希望不要再進來了。」護理人員提醒她：「要按時服藥，多攝取水份，多吃水果，也可以多喝蔓越莓汁預防尿道發炎。」這時病人反問：「蔓越莓汁是什麼？真的有效嗎？」這時護理人員該怎麼回應呢？這位護理人員是根據經驗或同事的討論告知病人？或是用醫學資料庫搜尋最新的研究結果，瞭解蔓越莓產品對尿路感染預防及治療的效果？如果是你，會如何做呢？這就是「實證護理」研究背後的其中一則故事……

臨床疑惑找解答 是傳言或真實

傳統護理措施主要依據學校老師所教及教科書、再加上臨床學姊的經驗傳承，也很仰賴專家或前輩的意見，但書本的資料往往落後新的

研究發現至少兩年，不同臨床工作者經驗的累積也常缺乏一致性，因此，實證護理希望結合最新、且高品質的研究結果，再加上病人或家屬的偏好及專家的意見、看法，發展出可供護理人員執行護理照護的依據。

其中最重要的前提是能根據臨床實務工作的觀察與疑惑之處，轉化為一個可回答、可進行進一步資料搜尋的臨床問題。例如：有人說喝蔓越莓(或稱小紅莓)果汁可預防尿道發炎，這樣的說法有實證依據嗎？喝綠茶真的可以防癌嗎？那麼抽菸的人喝綠茶是否比抽菸的人不喝綠茶較不容易罹患肺癌？燕麥片真能降低膽固醇嗎？機轉是甚麼？銀杏的效果是提昇認知還是預防失智症？這些訊息若只是根據醫護人員自己的判斷或經驗、而沒有任何嚴謹的研究結果的支持就告訴病人或家屬是很危險的。

問卷基本資料統計

職級	人數	百分比(%)
N	321	31.2
N1	223	21.7
N2	320	31.1
N3	97	9.4
N4	68	6.6
總計	1,029	100.0

學歷	人數	百分比(%)
高中、職	5	0.5
專科	508	49.4
大學	482	46.8
碩、博士	34	3.3
總計	1,029	100.0

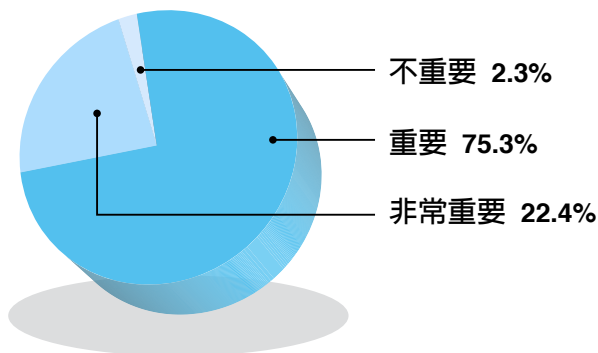
系統研究結果 更新臨床照護

即使有研究結果，若只是在某一國家做了一個相關研究就能解答所有問題嗎？不是的。在此情況下，我們需要很有系統的瞭解目前所有的資料庫中有多少相關的研究，研究結果是什麼？互相矛盾或一致？臨床護理人員需要瞭解這個過程，並應用多個研究或系統文獻回顧所發展的臨床照護指引提供病人更專業的照護。

護理專業養成教育當中，建構護理學生之實證實務技能自2003年開始蓬勃發展，此源於1992年McMaster大學倡導應用研究結果於醫學生之教育訓練當中(Evidence-based Medicine Working Group, 1992)，十年後，美國國家醫學研究院(Institute of Medicine of the National Academies)提出五項健康照護專業人員之教育核心建議，其中一項即為提倡實證實務在所有健康照護專業人員之應用，此專業人員包含護理人員(Greiner and Knebel, 2003)；此後，國內外實證照護之推動不僅影響護理臨床實務、護理研究，更影響護理教育，也成為護理人員在專業提昇的另一個著力點。

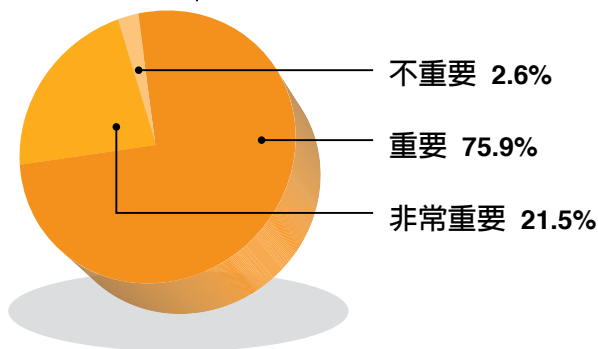
Q1

你認為實證護理對病人照護品質提昇的重要性？
(N=1,029，單選)



Q2

你認為實證護理對護理專業發展的重要性？
(N=1,029，單選)



實證重要性 臨床護理認同

本次封面故事針對慈濟醫療志業體分佈於北中南東六個院區的護理人員，請臨床護理人員對於實證護理重要性、能力、執行意願及資源等不同面向進行瞭解，總計有1,029位護理人員在百忙當中填寫問卷，平均年齡31歲；學歷以專科最多



(508位，49.4%)，其次為大學(482位，46.8%)；以N職級 (321位，31.2%)、N2(320位，31.1%)為多數。整體而言，他們對實證護理的看法是什麼呢？

75.3%的護理人員選擇實證護理對病人照護品質是「重要」的，更有22.4%護理人員認為「非常重要」，等於近98%的護理人員認同此部分

的重要性。同樣地，對於實證護理對護理專業發展的重要性，其比例與前列類似，97.4%護理人員認為實證護理對護理專業發展「重要」或「非常重要」。

認為困難與不解 參與意願非常高

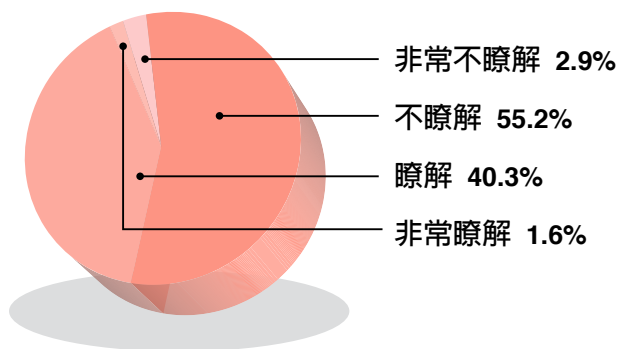
在護理人員對實證護理的瞭解與認知困難部分，超過半數(58%)的護理人員自認為對實證護理「不瞭解」或「非常不瞭解」，儘管如此，也有超過42%的臨床護理人員認為「瞭解」或「非常瞭解」，由此可略窺實證護理的普及已日益明顯。雖然瞭解實證護理，但有八成的護理人員(81%)認為實證護理「非常困難」或「困難」，僅有19%護理人員認為實證護理「不困難」。因此，瞭解護理人員在執行實證護理時所面臨的困難與障礙，並協助解決及突破困境，為實證護理推動的重要課題。

參與意願分為參與實證護理課程及執行實證護理的意願兩部份，在1,029位護理人員中，有九成護理人員「願意」或「非常願意」參與實證健康照護相關課程；而在執行實證護理的意願中，有88%護理人員「願意」或「非常願意」執行實證護理。若能突破多數護理人員所面臨的困難，則有機會落實實證護理工作。

Q3

你對實證護理的瞭解程度？

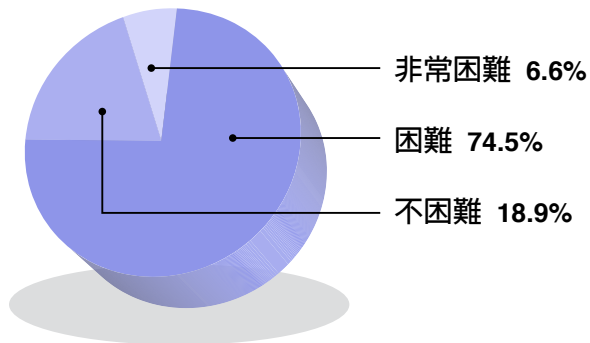
(N=1,029，單選)



Q4

你認為在臨床執行實證護理的困難度？

(N=1,029，單選)





臨床護理照護技術與時俱進，實證護理是主要原因之一，所以不管臨床學姊或老師在教護生技術時，也教他培養思考辯證的能力。

正反意見參半 有賴臨床推動

在臨床工作中，護理人員因臨床照護問題而查閱國內外文獻的頻率如何呢？目前，47%護理人員偶爾會查閱文獻，僅有約8%護理人員常常因臨床照護問題而查閱國內外文獻，近半數(45%)護理人員「不常」或「很少」因臨床照護問題而查閱國內外文獻，此部份希望透過實證護理的推動進一步提昇。

在可幫助護理人員瞭解實證護理的相關資源的豐富性方面，護理人員認為上述資源「不多」或「豐富」的比例相當(各佔46%)。資源往往有助於工作的推動，此部份未來可以更深入瞭解護理人員不足或豐富的資源為何。

雖然目前護理人員的養成中，尚未全面性提供實證護理相關課程，然而，從本次問卷資料中發現，學歷越高，八題的題項總分、參與實證護理的意願、實證護理的執行與相關資源均呈現越高的趨勢(越高分，顯示對實證護理看法越正向)；對於實證護理重要性的看法當中，則呈現高低學歷得分較高(高中職、碩博士分別為7.2及7分)、而專科及大學分數較低的情形(分別為6.3及6.5分)。在實證護理能力的部份，即對實證護理的瞭解與執行實證護理的困難度，則和學歷呈現負相關，此結果的背後成因有賴進一步探索。上述不同學歷護理人員對實證護理看法的差異，均達到統計上的顯著性($p < .001$)。



N4善用資源技術好 新人中生代執行力高

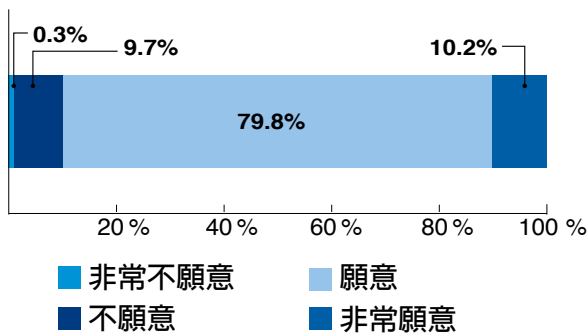
N3及N4護理人員的總分明顯高於N、N1及N2，而N4護理人員的得分明顯最高。此現象也可以在實證護理重要性看法上觀察到；但有趣的是，目前N1及N2的護理人員對實證護理的瞭解明顯高於N4，也認為執行實證護理的困難度較低。在參與實證護理課程及執行實證護理意願的部份，N、N1、N2護理人員均明顯高於N4護理人員。而因臨床照護問題而查閱國內外文獻的頻率的部份則相反，即N4查閱文獻的頻率及實證護理資源豐富性明顯高於N、N1、N2，若以認知、意願與技能而言，新進護理人員的對實證護理的認知與執行意願較高，而N4



實證護理推動的背後成因，是希望讓病人照護品質提昇，回歸以病人為中心的根本。攝影 / 李玉如

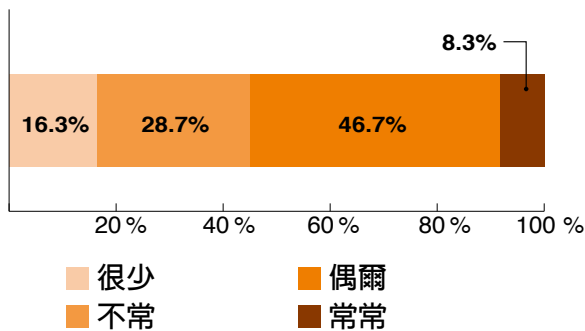
Q5

你參加院內外實證健康照護相關課程或研討會的意願？(N=1,029, 單選)



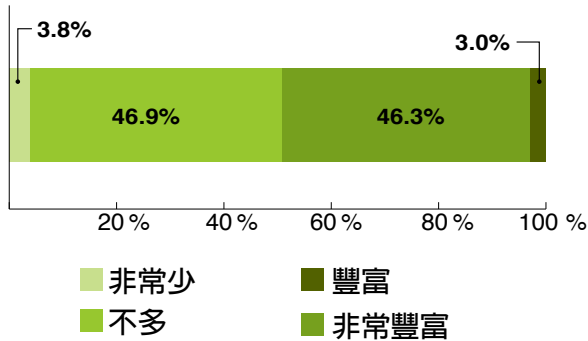
Q6

在臨床工作中，你因臨床照護問題而查閱國內外文獻的頻率？(N=1,029, 單選)



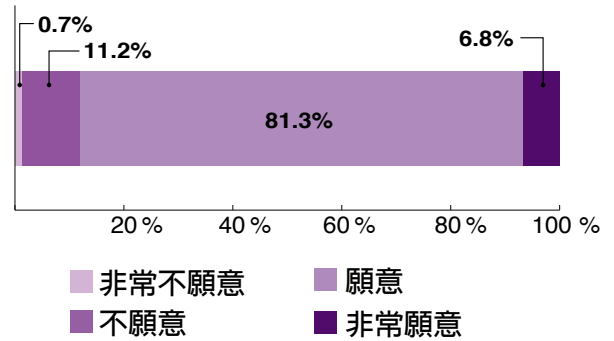
Q7

你認為院內外可幫助你瞭解實證護理的相關資源的豐富性？(N=1,029, 單選)



Q8

你未來在臨床照護中執行實證護理的意願？(N=1,029, 單選)



護理人員的技能及相關資源則較好，此現象是否與臨床實務經驗或不同層級護理人員所能獲得的資源不同有關，有待進一步瞭解。上述不同層級護理人員對實證護理的看法的差異，也都達到統計上的顯著性($p < .003$)。

整體而言，各層級護理均能認同實證護理的重要性，也有很高的意願參與，希望醫院能繼續給護理人員支持落實證護理，讓第一線護理人員持續為提昇病人照護品質而努力。在此次整體探討慈濟醫療對於實證護理的推動，接續的文章由花蓮慈院王淑貞督導談在臨床推動實證護理的經驗，技術學院湯麗君老師則分享結合問題導向(Problem-based)及成組導向學習(Team-based

Learning)的教學。技術學院宋惠娟老師也介紹東部地區實證護理的推動歷程及相關資源。希望讀者能因此對實證護理有更多瞭解，投身成為實證護理的一員，也善用實證護理對臨床更有助益。

參考資料：

Evidence-Based Medicine Working Group, 1992. Evidence-based medicine: A new approach to teaching the practice of medicine. *Journal of the American Medical Association*. 268, 2420-2421.

Greiner, A.C., Knebel, E., (Eds.), 2003. Health professions education: A bridge to quality. *The National Academies Press*, Washington, DC.