



我的第一份護理工作

◎林口長庚一般內科護士 蔡孟芸



自己是個很怕生的人，在陌生人面前會不知如何表現自己。記得第一次基礎護理實習時，發生不敢走入病房在外徬徨，最後被實習老師揪入病房的窘況。經過一次次的實習、選習及工讀累積的臨床照護經驗，讓我在面對和病人及家屬的詢問與溝通時，不再害怕畏縮。

在我正式踏入臨床工作時，心裡的期待是高於緊張的，我認為雖然只是短短的3個月工讀經驗，卻已把我徹底的磨了一圈，我對自己有信心，確信自己可以適應得很好；但我卻沒預料到，離開工讀的日子久了，對原本已熟悉的技能卻反而越生疏了。我藥發得慢、病人

的靜脈注射針也打不上，在聽學姐交班時總覺得說得太快、聽不太清楚，所以有些東西常會有遺漏，再加上對病房作業不是很熟悉，導致作業速度變慢，常因此而延遲下班。

我的輔導員是一位資深學姊，常會留下來指導我、等我，有時一等就是1、2個小時。因為我的個人因素而延誤到她的下班時間，讓我內疚不已，壓力很大。以上種種的因素，讓我感到非常的挫折，也擊垮了我原本有的自信，因為我認為我明明可以做得更好。那一陣子我幾乎每天晚上都失眠，即使睡著了，都還是會夢見自己推著工作車不停的奔波，或是自己又漏了哪些東西；起床時總覺得還好累，一想到要出門到單位上班，心情就變得沉重。

這樣的情況持續了1~2個月，龐大的壓力壓得我無法喘氣，甚至想過要放棄，但一直擔心自己會讓父母失望；後來，我鼓起勇氣告訴父母：我過得不快樂。父母告訴我：尊重我的決定，但是希望我能夠先嘗試做滿3個月。知道被父母支持著，我回到單位繼續我的學習。

這當中我的輔導員學姊和交接班學姊們很有耐心，不斷提供我許多照護病



人的經驗及護理評估的重點技巧，並常常問我會不會？要不要幫忙？我感受到學姊們對我的用心。

我決定以全新的自己再出發，再給自己多一次機會，畢竟護理工作就是如此，剛開始的挫折感也是每個從事護理工作者必經的學習過程。漸漸的，自己在發藥、換藥的動作都變熟練了，交班時也更能掌握病人的病況和護理重點，自己麻煩學姊的地方也變少了。因為單位同仁的協助，讓我成長許多。

在我還是護理界的新鮮人時，每個病人或家屬給我的鼓勵，都是促使我堅持下去的動力來源。

印象最深刻的是有次我正在病房發藥，隱約感到走廊上有人注視著我，我轉頭一看，是一對我非常眼熟的母女。她們看著我並對我淺淺笑著，然後開口說：「護士小姐，你還記得我們嗎？之前你照顧過我先生…」但我怎麼也想不起來那位病人的長相。那位母親對我說：「我先生現在住進加護病房裡，希望他能趕快脫離險境…」。

因為我們病房和加護病房相鄰，接連著幾天，都會在走廊上遇見她們，她們只要看見我，就會點頭向我致意。又過了幾天，我看見那位母親噙著眼淚高興的向我說：「我先生今天醒了，希望他能夠趕快轉出來，再到這個病房讓妳照顧…」這句話，震撼了我，讓我對護理工作有了一種新的體認。

或許對我而言，他們是眾多來往病人中的其中之一，我所提供的也只是我們該做的；但對病人及家屬來說，我的音調是尖銳或是和緩、我的動作是輕柔還是輕率、我對待他們是用心或只是公式化，他們也是都能感受到的。原來，護理人員的護理、溝通及平時的言行舉止對病人及家屬及來說是非常重要的。

如今，離我當初照顧那位病人的日子已有一段時間了，那對母女卻仍記得有我這麼一位護理人員，讓我感到受寵若驚，這也讓我覺得，原來幫助人是那麼快樂，重要的是能夠在這個過程中得到心靈上真正的富足。這種感覺很踏實，用再多金錢也買不到，我又重新燃起想要成為一位優秀護理人員的鬥志了。

經過這段時間我體會到，有心想要成為一位好的護理人員，在學習與培育的過程中，除了家人支持及醫療團隊人員的協助外，更重要的是，要有病人及家屬的信任及尊重，這樣一來，即使護理工作再怎麼忙碌，都會覺得很快樂。很感謝家人對我的支持、單位學姐們的協助與鼓勵及病人及家屬對我的正面評價及肯定，讓我克服了種種的壓力，了解自己的極限，堅持下來。

未來，我期許自己能再更進步，也希望自己能將接受者的角色轉換為給予者，回饋給我的病人及家屬，讓自己能成為一個既有專業能力又快樂的護理人員。☺

