

# 醫療體系中的創傷知情照護

◎林口長庚兒少保護中心主治醫師 梁歆宜



封面故事

**現職** 桃園長庚兒童心智科助理教授級醫師  
桃園長庚醫教會學員輔導中心主任  
長庚大學醫學院兼任助理教授  
台灣兒童青少年發展障礙學會理事

**專長** 兒童保護、  
嬰幼兒社會情緒發展、  
注意力不足過動症 (ADHD)  
兒童青少年精神醫學

心裡的個案屬性為創傷疾患的高危險群（曾有兒虐或是童年不良經驗），可預期在就醫過程或醫療處置（medical procedure）有可能出現較為多的身心或情緒等功能性障礙。

醫療照護中的創傷知情，就是將「創傷」概念納入治療照護及醫療處置中，包含辨識創傷症狀、理解個案可能正經歷創傷，及那些問題行為可能是當事人處在「攻擊 - 逃跑 - 凍結」模式下的反應等，利用創傷知識去做回應、以及防止再度受到受創。當個案感到安全、被理解，就可以幫助個案開始調節情緒，慢慢身心穩定。

醫療工作人員也需要了解兒童虐待及早期不良經驗對於個案發展及身心的風險，並納入醫療的評估與治療計畫，考量創傷對目前疾病的關聯與早年創傷對於身心的影響，必要的時候需轉介相關專業介入。

## ● 醫療照護中的創傷知情

生病就醫過程對於大多數兒童青少年及家人多數是個挑戰，也容易在這過程中出現不同程度的身心壓力反應（如：創傷壓力症狀）。兒少保護中

## ● 個案的創傷對於醫療照護人員的影響

創傷對於醫療照護人員容易出

現身心耗竭及同理心疲勞（empathy fatigue），進而可能影響照護品質，增加醫療錯誤的風險和醫病關係的下降（如：個案的醫囑順從性下降，對於醫護人員的信任度及滿意度下降）。

### ● 替代性創傷

在醫療照護過程中（尤其在兒虐照護），專業人員也可能受到個案的創傷經驗影響，產生相對的反應與防衛機制，我們稱之為「替代性創傷」。常見如身體反應（注意力下降、身體疼痛、睡眠障礙等）、心理反應（憂鬱、無助、憤怒、罪惡感、負向思考、否定自我、懷疑存在意義等）、或是因過度暴露在創傷痛苦中而產生的心理防衛機制造成同理心喪失、麻木無感等症狀。這不僅影響照護品質、也對於照護者的身心造成影響。

### ● 增強對抗替代性創傷的復元力

就醫護個人而言，增強對抗替代性創傷的復元力之首步驟就是增加創傷照

管（trauma stewardship）的知能。了解替代性創傷的狀況是容易發生的，重新評估醫療照護中的問題與困境，重新審視在那些會讓自身精疲力竭或讓自身覺得有意義與啟發性的人事物。重要的是，回到自己的內在，找尋能讓我們療癒自己的內在力量。覺察自己的感受、價值觀、經歷以及自己是如何照顧自己的。重新探索自己、學習重新照顧自己、保持耐心及全心全意穩定在當下。常常，這需要放慢腳步，誠實感受自己當前的心理狀況，才能好好評估自己的狀態以及自己需要什麼。

### ● 整合知識做出回應創傷的實踐與預防進一步的創傷

創傷會潛在影響醫療系統，但多數國內外醫療專業人員可能尚未接受過完整的創傷知情照護的訓練。建議相關單位可積極籌劃完整創傷知情照護訓練，減少創傷對於醫療照護的衝擊。🔗

