

# 一人麻護 忙碌踏實的幸福感

文／張筱蓓 關山慈濟醫院麻醉護理師

每回病人詢問我：「護理師，妳是哪裡人？」我總笑著回答：「你們猜看看。」有人猜臺北、臺中，有人猜高雄、花蓮……我回答：「土生土長的關山人。」對方都不可置信，覺得我真的非常不像當地人，但因為這樣的對話，讓彼此多了一分親切感。

## 為照護父母返鄉 小醫院像大家庭

我的原生家庭很簡單，一家四口，父母、我和弟弟。我不是念護專上來的，而是一般高中畢業後就讀大學護理學系。選擇當護理師的理由也很簡單，因為高中時校護老師跟我說當護士很好，只要打打針發發藥，不用怕找不到工作，家人也覺得護理工作很穩定、養活自己不成問題，再加上入學考試成績還不錯，就去念了中臺科技大學護理系。

我從二〇〇五年來到關山慈濟醫院服務，一路到現在。這裡不是我任職的第一家醫院，因為我曾在區域醫院或醫學中心工作過，所以一開始免不了覺得這



家醫院規模好小，能學到什麼，甚至帶點鄙夷的感覺。至於為什麼決定回到自己的家鄉服務呢？理由也很簡單，因為爸爸身體不好、常出狀況，回鄉才能就近照顧家人。

猶記踏入關山慈院時應徵的是急診護理師，但當時急診滿編，所以就到病房單位當護理師。但一切都好不習慣，過去的臨床經驗從來不需要幫病人換尿

布、餵食，想不到這裡的護理師還要幫病人把屎把尿，我連尿布都不會換，所以我對家屬說明這是他們的工作，如果沒辦法就花錢請看護……當時單位的護理長賴秋吟對我解釋，這邊生病住院的都是當地年長者，而大部分家屬就業不易，所以長年到外地都市打拚，根本無暇也無力照顧病人，所以家屬照護的工作就落在護理人員身上。一開始很難認可，即使我也算是當地人。還有，以前待的醫院，工作都是責任制，做不完是你個人的事情，沒人會理妳幾點下班、做不做得完；而在關山慈濟醫院，事事都是團隊照護，誰忙不完就去幫誰；後來，我也慢慢融入了慈濟大家庭，也覺得病人很可愛，團隊間相處融洽，一切都讓人感受到溫暖。

一開始覺得在關山會學不到東西的想法也是杞人憂天，因為這裡是麻雀雖小五臟俱全，主要專科都具備。因為醫院規模小，所以很多事情都必須要親力親為，主治醫師非常樂於教學，這裡又沒有住院醫師，所以我們反而有機會學到，而且科別多又雜，自然學到的東西就更多，也跟主治醫師特別熟悉。想到了已去世的家醫科丘昭蓉醫師及蕭敬楓醫師，全年無休，令人敬佩又懷念。

### 父親身上的無常 人生規畫換軌道

二〇〇七年家中發生了一件事，成為我人生的轉折點——爸爸在工地發生意外。那天的事件到現在還記憶猶新、歷

歷在目。那天下大夜返家途中聽見陣陣刺耳的救護車鳴笛聲，當下沒多想，返家後就接到醫院電話，原來是爸爸在工地出事，送到醫院時值班熟識的姚定國醫師說：「Hb 4.5g/dl，已經緊急輸血，但醫院當時沒有腸胃科，需要轉診到大醫院。」當下沒多想，就近轉到爸爸長期看診的臺東馬偕醫院，想不到爸爸的病情急劇惡化，不到三天就去世了。那三天過得好像三年，逼得自己要學習長大學習面對，那一瞬間覺得我是不是替家人做太少，自己也不夠精進，也讓我重新思索自己的定位。本來預計兩年約滿要到臺北去學習呼吸治療，但一切規畫都打亂了。因為爸爸走的那年才四十九歲，媽媽根本無法承受喪夫之痛，每天問我的總是「如果當初不選擇開刀，是否你爸爸就不會那麼早走，他的人生還沒有享福到……」那時我真的很難面對媽媽的這些問話，幸好媽媽有摯友陪伴，才度過這段人生低潮。

### 不認輸 愛上麻醉護理

後來學姊松君及曉蓓問我有沒有意願去花蓮慈濟醫院麻醉部花一年的時間學習麻醉護理？或許這是一個很好的機會，更何況兩位學姊這麼器重我愛護我，我應該把握，所以想都沒想就一口答應了。

記得剛踏入花蓮慈院麻醉部的第一天，真的是完完全全的新人，十九間開刀房，每個人忙忙碌碌跟時間賽跑，一清早天還沒亮甚至是昨晚大夜的A級

刀（緊急刀），叫刀送刀接刀……學姊說訓練的第一個月就是操作熟悉麻醉機器，不能碰病人。每天中午都有麻醉科主治醫師幫我們這群學生上課，下午下班我和同期學生主動留下來看刀，整整持續了三個月，這期間的挫折感真的非常大！臨床累積的年資在麻醉部是不管用的，因為都是新的思維，考驗的都是臨床加臨場反應，因為麻醉是不容許出一丁點錯誤的。訓練時我也做過不少糗事，記得有一次是病人麻醉藥還沒到達全身效果，黃顯哲醫師說：「放LMA（氣道式喉頭面罩組）。」病人很壯，他還沒睡著，才一下時間，我放置的動作不夠熟悉，無意識的病人瞬間就咬住我的手指頭。

麻醉護理的訓練前期，好幾次浮現放

棄的念頭，好想回關山做原來熟悉的護理就好。但是我的好勝心強，覺得沒有我做不到的事，要放棄的話說不出口。而且當時的麻醉科醫師都會拍拍我的肩對我說：「筱蓓，你回去關山後，只有你一個麻醉護理師，所以我們會對妳有更高的要求，更嚴格教妳，把妳當成住院醫師來訓練。」頓時肩膀很沉，心理負擔更重。幸好，獨立上線的那一天，真的好有成就感，好喜悅，甚至被學姊們歸類在「績效組」。後來我還幫忙麻了許多人沒麻過的冷門刀……

花蓮慈院麻醉部的醫師、麻護學姊們真的教了我非常多知識與技能，那時年紀相仿的王章勉醫師對我「每日一問」，到了我有能力反問他問題後，他就沒再出問題考我了。帶過我的醫師有黃顯



張筱蓓為病人進行麻醉前訪視說明。



從臨床護理師轉任麻醉護理師，張筱蓓持續展現專業良能守護關山鄉親。

哲、賴賢勇、林佩金、劉旭堂、黃佳君，直接教學的醫師楊曜臨、王柏凱、李佳玲等等，現在都是我的良師益友。

記得結訓前一個月，潘慧姍護理長還問我要不要留在花蓮慈濟醫院就好，我笑笑回：「關山慈濟醫院很需要我，有機會我會再回來的。」因為當初是兩位學姊及潘院長讓我公費公假受訓的，我知道要飲水思源。

### 回到關山的超人生活 忙碌卻踏實成就

沒想到回到關山後，真的過著超（操）人的生活，那時刀量很大，一個月平均四十五到五十臺刀，還不時有急診刀。除此之外，當時科別醫師較少，很多急診病人需轉院，需要隨車護理師，但不少護理同仁容易暈車，所以我上刀麻醉完後下刀接著就當救護車特別護理師，協助轉院，回到醫院可能又接續著開

刀……那時平均睡眠每天不到三小時，雖然很忙碌卻很踏實，充滿著幸福感！

記得有一次一名產婦剖腹產手術過程都很平順，最後在縫合傷口時，我彎腰要為她倒尿，看見厚重的綠布單下、地面一攤血，才驚覺是產後大出血，我和麻醉醫師兩個人，一個負責灌血漿、一個負責緊急插管，主刀醫師緊急止血，所幸最後母女均安。還有一位年長阿婆因脊椎退化治療無效後，建議行腰椎減壓融合加異體骨移植手術，麻醉等級有中等風險，雖然可在本院開刀，但這對我們地區醫院來說是滿沉重的壓力，因為設備資源真的有限，手術預估時間也很漫長，但因為病人非常信任骨科潘永謙醫師與整個關山手術麻醉團隊，甚至說：「我都不怕了，你們怕什麼！」所以我們就只能欣然接受這個艱難的任務，開了七個小時的刀，後續阿嬤復原良好，疼痛減輕，也能行走自如，我們

整組團隊也很開心，這應該就是所謂的工作成就感吧！

### 隨車護送 不讓生命無端消逝

曾經有一次幫一位顱內出血的阿姨轉院，因為神經外科醫師公出，病人家屬在急診室等了一個鐘頭還找不到護理師隨車護送，那天我下刀回到家已是晚上十點多，才剛洗完澡就接到醫院電話，電話裡還聽得見家屬的哭泣聲……掛上電話，就換上制服回到醫院，跳上救護車。很久之後的某一天，在醫院碰見那位顱內出血的阿姨整個人好好的在我眼前經過，還對我鞠躬、拉著我的手說：「多虧有妳幫我轉送到花蓮慈濟，我的命是妳幫我從鬼門關救回來的，謝謝你！」

還有一位腸胃道出血的老婆婆，轉院途中，在救護車上，她因為害怕而緊握我的雙手，但我還要同時觀察她的臨床表徵、監測生命徵象，甚至因為救護車搖晃得厲害，血袋掉落，染汙了我的白色護師服，只能忍著車上濃濃的血腥味及老婆婆的哀嚎聲，直到她平安抵達花蓮……而那次的經驗非常難忘。因為我才剛結束四臺刀的麻醉，一下刀就隨車護送轉院，以致於從來不會暈車的我在回程沿路從花蓮吐回關山，連救護車司機都嚇到了。有趣的續集是，老婆婆的兒子隔了一星期帶著他的兒子來門診，對我說：「我兒子很不錯，妳也很好，要不要試著交往看看。」

醫院規模很小，所以一定要互相補

位，我支援過急診，跟過門診，評過身心障礙鑑定，甚至檢驗科沒人力時我都支援過，但我甘之如飴，只因為我是關山人，對醫院有著強烈的使命感與認同感。

### 關山也有自控止痛 病人不再術後痛哭

麻醉是我學習的專業知識與技能，還在不斷學習中，也得到很多實質上的肯定。因為看到許多置換人工關節的病人在開完刀後總是裹著厚厚的石膏，伴隨著嚎啕哭聲的情景，讓我聯想起爸爸到門諾醫院置換髖關節術後返室痛哭的那一幕，讓我萌生把自控式止痛機引進來給病人使用的想法，也取得主管的同意，便隻身前往花蓮慈濟醫院恢復室，學習術後止痛的專業。感恩當時恢復室主任劉旭堂醫師及資深學姊及阿長，在我有疑問時都能及時為我解答，也順利在關山慈院運用。

我還記得第一位裝設自控式止痛機的臺東阿嬤，在置換完人工膝關節後，當天下午就拿著四腳拐助行器下床走動，還談笑風生。雖然其後發生噁心或嘔吐的副作用問題，我們也不斷討論創新，現在併用多種止痛方法，讓病人開刀返室都能舒舒服服的躺在病床上了，再也沒有人大哭的景象了。

很多人問我：「筱蓓，妳假日還要來醫院看機器，難道不累？」我知道大家都很關心我的身體健康，可是，如果你看見病人把你當朋友、親人，很信任

妳，看到你就很踏實，你還會覺得疲累？尤其現在的自控式止痛機運用更加穩定，止痛效果廣泛被病人接受，甚至入院就直接詢問止痛機相關事宜，偏鄉也能有好的醫療來服務當地居民，鄉親也值得更好的醫療品質。

從年輕少女到輕熟女、熟女，從未婚到結婚，甚至有了兩個寶貝，在關山慈濟醫院付出了十多年，看見的是偏鄉更需要的人本醫療，除了治療病人的身，更治癒了心，偏鄉的醫療很特別，除了醫療的藥味，還多了分濃濃溫暖的人情味，也許這就是吸引我繼續留在關山慈濟的主要原因。很多人問我為何不接主管職，其實在少女

時代就被問過了，因為那時的我喜歡自由自在、喜歡臨床，喜歡跟病人互動，現在也仍然是。在一線臨床不累？累，當然累啊！但是我還能做，還有體力，就先努力做吧！現在的我，努力做好自己分內的事情，對自己對病人負責，努力到最後一刻吧！

關山慈濟醫院守護著鄰近偏鄉民眾的健康，守護生命、守護健康、守護愛，是上人給我們的期許。希望自己本著初衷，發揮自己專業，我一路走來坦蕩踏實，更期許自己能夠對醫院對民眾幫助得更多，雖然目前的我是一人單位，但我不孤單，持續展現我自己獨一無二的專業良能。🌱



手術室團隊，左起：邱曉昭、王振雄、彭姿菱、邱子庭、張筱蓓、高華苑（供應中心）、林佳蓉代理副護理長。攝影／謝自富

# 領受正向能量續向前

文／余心怡 關山慈濟醫院門診暨病房護理長

我是臺東在地人，海端鄉出生，長庚技術學院（現「長庚科技大學」）護理科畢業。因為家庭因素，父親不希望我到都會區工作，耳聞關山有一所慈濟醫院，要我畢業後回來就業。所以我一畢業，在不是很願意的狀況下投了履歷表，在家等幾天後接到醫院人事通知面試，面試時得知這裡的護理師是內、外、婦科都要會的「雜科」護理，其實心裡有點忐忑。二〇〇五年九月，開始了在關山慈濟醫院的護理臨床生涯，進入病房區服務，接下來的七年，遇到了很多的喜、怒、哀、樂……

## 菜鳥時期「死定」的糗事

記得還是菜鳥護理師時，看到醫師會害怕，覺得萬一在醫師面前說錯話很丟臉。記得有一次照護一位發高燒的患者，我備了冰枕給患者但仍高燒不退，向輔導學姊求救，學姊很溫柔的要我練習自己打電話給主治醫師回報情況。當時帶著恐懼害怕的心情撥電話，「某某醫師您好，某某病床發高燒，給予冰枕使用仍未改善，病患持續寒顫不適……」醫師很快回我：「好啊，那就給『死定』（Stin，退燒針劑）。」當時太緊張，聽到醫師回我「死定」時，我心想「就只是發高燒，為什麼醫師要說死定了？」我



回頭看學姊，學姊問：「醫師的處置是什麼？」我不敢回答這個不確定的答案，因為醫師回我「死定」時，我已經嚇死，只好硬著頭皮跟手機那頭的醫師再問一次：「請問要給什麼醫囑？」電話那頭醫師說話愈來愈急促，就一直重複「死定」、「死定」、「死定」……當時我冷汗狂流，我想一間醫院連發燒都搞不定嗎？回頭看學姊也快不耐煩了。我對著電話那頭的醫師說：「醫師，現在電話收訊不好，能不能再講清楚一點？」電話那頭的醫師應該已經在握拳了吧，於是他一字字拼出藥名，「ABCD的

A……，ACETYLSALICYLATE，Stin。」原來是 Stin！我掛完電話後誠實告訴學姊，我做了這件大糗事……

### 感念丘媽 學會臨終關懷

因為我們病房是內、外、婦產科病人皆有，住院尖峰期時忙得團團轉的階段我也很幸運的參與其中，而最特別的是，我在臨床第二年就遇到許多癌症末期的患者，就像是我的宿命一樣。

當時的家醫科醫師是已故的丘昭蓉醫師，「丘媽」是一位非常用心的醫師，她推動 IDS 巡迴醫療，照顧病人真的是視病猶親，是我臨床工作上的楷模，病房只要有她的癌末患者，她評估病情已快到終點時，就會帶領我們在病床旁跟病人說話，陪伴家屬給予關懷，甚至在醫院過夜陪病人走最後一段路，那種陪伴是溫暖的，讓人感動的，對當時安寧醫療的概念不是那麼普遍時，我們面對末期病人總是帶著恐懼，怕沒有達到家屬積極搶救生命的要求，怕讓患者留一口氣被帶回家，常常帶著「風水輪流轉」的心態上班，希望病人生命終點的輪盤不要在我上班時間停止，但我總是停住輪盤次數最多的人，也從一個不會照護癌末患者的護理師，到可以依生命徵象判斷瀕死現象，讓病人與家屬表達對彼此愛，漸漸的，我不再害怕照護末期病人。

深刻記得有一位快七十歲的男性癌末患者，從住院後就沒有家屬來探視，每天愁眉苦臉，所以我只要上班就會去看

他，陪他說話，雖然他不愛講話，但只要我們去看他，他的眉頭就不會深鎖，臉上充滿笑意。我們請志工每天陪伴他，志工轉述，他其實曾有妻子、孩子，但也許傷害家人後，子女全不願意認他，即使他進出醫院多次，都沒有親人陪他。他要離開人世的那天夜晚，我們放佛經給他聽，注意到他的表情會無意識的掙扎，看在眼裡好難過。在協助遺體護理時，我在心裡對他說，「也許你會後悔沒有善盡照顧家庭及子女的責任，所以都沒有家人來陪你，現在病痛沒了，你就能化作天使，去保佑你所愛的家人。」



圖為二〇一五年一月南橫部落 IDS 巡迴醫療，余心怡為村民治療。



雖然在臨床常常跟死神比賽，但其中我看到很多感傷但又感動的故事，有時候無法忍住自己的情緒，眼眶滿是淚水，不敢讓家屬看到我們在難過，因為這會使家屬更痛，所以總是默默逃離現場，將眼淚拭去。在當時我廿二歲的青春年代，就深深體會生、老、病、死，每一天都有不同的故事在開始及結束。

### 不輪三班調門診 陪伴子女成長

後來因為結婚，有了家庭及孩子，但輪三班如果上大、小夜班，就無法好好照顧家庭，導致孩子在成長期有一些狀況，為了兼顧孩子的教育，考慮不用輪三班的單位，當時遇到門診出現離職潮，我掙扎許久後去找主管討論，雖然薪資一定會有影響，但「有捨才有得」，我決定轉到門診工作。

在門診一待轉眼也七年，這一路上跌

跌撞撞，從一個每天做常規臨床工作，陪伴在病床的護理師，轉換成每天在門診面對不同科別的大醫王、形形色色的病人、跨團隊的合作等等，我從一個脾氣莽撞，只要意見不合就一言九「頂」（別人講一句話，我就頂嘴九句話）的人，如今磨去莽撞個性，晉升為門診主管，鼓勵著一起共事的同仁。

謝謝一路來照顧我的護理夥伴古花妹（現為居護組督導）、王愛倫（現為居服督導員），在我需要幫忙的時候拉我一把，提醒我如何改進。記得花妹督導曾告訴我：「人生旅途總是會有很多挑戰，如果不願意去嘗試，不見得能有下一次的機會可以把握。」

### 與關山慈院一起成長 持續精進也傳承

在醫院工作邁入第十四年，現在也不



不管是醫院內部行政管理或參加人醫會義診，余心怡不斷學習、自我突破。左圖為臺東成功義診，右圖為 ISO 內部稽核。



關山慈濟醫院病房護理師群，左起：馬秀美、張玉潔副護理長、余心怡護理長、陳怡婷、余翊儷、金慧婷、孫美蘭。攝影／謝自富

斷精進自己的工作能力，同時將自己的經驗傳承給新人，讓他們也能夠在這個大家庭找到自己人生中最美好的過程。

非常感恩關山慈濟醫院給我機會去學習，讓我擁有跨領域的護理專業能力；在病房擔任護理師時，接受小組長，行政主管訓練；在門診時也從小組長、副護理長、到現在兼任病房的護理長，這樣的過程中，有很多有形無形的壓力，當然也曾因為工作的壓力喘不過氣，但謝謝張志芳院長、護理部督導陳香伶，給予我鼓勵及工作上的指導，讓我能慢

慢拋開情緒去完成業務。雖然到現在還是有很多地方要學習，要去磨合，但這就是職場，必須自我調整心態，讓自己充滿正向能量，才能帶領團隊往前邁進。

關山慈濟醫院將滿二十年，感恩許多曾經來本院支援、服務的醫療人員或志工，謝謝您們願意付出一分心力在這家醫院，造福周邊的民眾，讓許多民眾不須舟車勞頓到臺東市或花蓮就醫，至少能讓這些有需要的患者先得到緩解。期望醫院能繼續帶領社區民眾，成為溫暖、關懷、便利、就醫的好所在。🌱