





人本醫療 尊重生命
守護生命 守護健康 守護愛

 慈濟大學

Tzu Chi University
970 花蓮市中央路三段 701 號 TEL:03-8565301
701, Chung Yang Rd., Sec.3 Hualien, Taiwan 970

 慈濟科技大學

Tzu Chi University of Science and Technology
970 花蓮市建國路二段 880 號 TEL: 03-8572158
880, Sec.2, Chien-kuo Rd. Hualien, Taiwan 970

 佛教慈濟醫療財團法人
Buddhist Tzu Chi Medical Foundation

花蓮慈濟醫學中心

Hualien Tzu Chi Hospital, Buddhist Tzu Chi Medical Foundation
970 花蓮市中央路三段 707 號
TEL:03-8561825
707 Chung Yang Rd., Sec. 3, Hualien, Taiwan 970

玉里慈濟醫院

Yuli Tzu Chi Hospital, Buddhist Tzu Chi Medical Foundation
981 花蓮縣玉里鎮民權街 1 之 1 號
TEL:03-8882718
1-1, Minchiuan St., Yuli Town, Hualien County, Taiwan 981

關山慈濟醫院

Kuanshan Tzu Chi Hospital, Buddhist Tzu Chi Medical Foundation
956 臺東縣關山鎮和平路 125 之 5 號
TEL: 08-9814880
125-5, HoPing Rd., Kuanshan Town, Taitung County, Taiwan 956

大林慈濟醫院

Dalin Tzu Chi Hospital, Buddhist Tzu Chi Medical Foundation
622 嘉義縣大林鎮民生路 2 號
TEL:05-2648000
2 Min Shen Rd., Dalin Town, Chia-yi County, Taiwan 622

臺北慈濟醫院

Taipei Tzu Chi Hospital, Buddhist Tzu Chi Medical Foundation
231 新北市新店區建國路 289 號
TEL:02-66289779
289 Chen-Kua Rd., Xindian Dist., New Taipei City Taiwan 231

臺中慈濟醫院

Taichung Tzu Chi Hospital, Buddhist Tzu Chi Medical Foundation
427 臺中市潭子區豐興路一段 88 號
TEL:04-36060666
No.88, Sec. 1, Fengxing Rd., Tanzi Dist., Taichung City, Taiwan 427

斗六慈濟醫院

Douliou Tzu Chi Hospital, Buddhist Tzu Chi Medical Foundation
640 雲林縣斗六市雲林路二段 248 號
TEL:05-5372000
248, Sec. 2, Yunlin Rd., Douliou City, Yunlin County, Taiwan 640

嘉義慈濟診所

Chiayi Tzu Chi Clinic, Buddhist Tzu Chi Medical Foundation
600 嘉義市西區書院里 1 鄰仁愛路 383 號 1 樓
TEL:05-2167000
1F, No. 383, Ren'ai Rd., West Dist., Chiayi City, Taiwan 600

蘇州慈濟門診部

Suzhou Tzu Chi Outpatient Department
中國江蘇省蘇州市姑蘇區景德路 367 號
TEL:0512-80990980
No. 367, Jingde Rd., Gusu Dist., Suzhou City, Jiangsu Province, China

上人開示
4 「偉大」是醫護的名稱

社論
6 疫情暗夜 醫療微光照亮人間
文／簡守信

微光心語
8 新冠疫情下的菜鳥特護
文／謝宜雯

髓緣
72 髓緣蔬食挺醫護 文／劉秦秦

健康補給站
78 久坐傷腰椎 六招伸展保健
文／曾秀英

感恩的足跡
27 臺中慈院
80 花蓮慈院、大林慈院、臺北慈院、臺中慈院

封面故事 P.12

搶救



新冠肺炎重症最前線

文／曾秀英、謝明錦

臺中慈濟醫院

胸腔內科團隊與急重症中心

24 肺阻塞照護品質獲認證 跨團隊醫療服務再升級
文／呂榮浩



榮譽發行人 釋證嚴
榮譽顧問 王端正、林碧玉
社長 林俊龍
編輯委員 王本榮、張文成、張聖原、郭漢崇、羅文瑞、林欣榮、簡守信、趙有誠、賴寧生、陳岩碧、潘永謙、簡瑞騰、劉怡均、顏瑞鴻、陳宗鷹
顧問 陳英和、王志鴻、羅慶徽、何宗融、許文林、張耀仁、張恒嘉、黃思誠、徐榮源、鄭敬楓、莊淑婷、陳培裕、陳金城、王人澍、賴俊良、許權振、蔡顯揚、林志晏、林名男、吳彬安、楊緒棣、徐中平、黃志揚、吳勝騰

總編輯 何日生
副總編輯 曾慶方
撰述委員 林庭光、潘韋翰、游繡華、謝明錦、王碧霞

主編 黃秋惠
採訪 于劍興、江珮如、江家瑜、李家萱、吳宜芳、林芷儀、洪靜茹、馬順德、陳慧芳、曹耘綺、黃坤峰、黃小娟、黃思齊、曾秀英、張菊芬、張汶毓、楊金燕、葉秀品、廖唯晴、劉蕻蕻、鍾懷誼
(按姓氏筆畫順序)

美術編輯 謝自富

網路資料編輯 沈健民

中華郵政北台字第2293號
執照登記為雜誌交寄
2004年1月創刊
2021年8月出版 第212期
發行所暨編輯部
佛教慈濟醫療財團法人人文傳播室
970 花蓮市中央路三段七〇七號
索閱專線：03-8561825 轉 12120
網站 <http://www.tzuchi.com.tw>

製版 禹利電子分色有限公司
印刷 禾耕彩色印刷有限公司
Printed in Taiwan

訂購辦法
郵局劃撥帳號：06483022
戶名：佛教慈濟醫療財團法人花蓮慈濟醫院
註：《人醫心傳》月刊為免費贈閱，若需郵寄，郵資國內一年160元，國外一年700元，請劃撥至此帳戶，並在通訊欄中註明「人醫心傳月刊郵資」等字樣。

本雜誌使用環保再生紙及大豆油墨印刷

P.28 特別報導

疫情中的 暖流

文／張汶毓、陳慧芳、謝明錦、馬順德、曾秀英、江家瑜、黃思齊、鍾懷誼、廖唯晴、曹耘綺、江珮如、黃小娟、于劍興、張菊芬

- 29 關山 防疫守護戒治所 長照C站視訊課
- 32 臺中 防護裝備動手術救視力 挽袖捐血獻愛
- 35 花蓮 COVID-19網路研討會 病人抗疫成功最歡欣
- 42 臺北 疫情下守護生命的團隊成就
- 58 大林 守護的溫度





上人開示



「偉大」 是醫護的名稱

臺灣這一波疫情雖然還未過去，值得安慰的是漸漸趨緩中，但同樣要提高警覺，不可鬆懈。病毒看不到、摸不著、防不勝防，大家應調整心態，能平安，已經很感恩，一定要有信心，只要心能安住，相信疫情會隨著時間消退。

平時我們應虔誠戒慎，好好節制口欲、身欲、心欲。素食就不會殺生，展現人類最完整的愛；也盡量自我管控好，不要前往有風險的場所，共同守護社區平安。

現在宣導全民施打疫苗，預防勝於治療，勇敢接種疫苗就是一種保護，不但保護自己的健康，也可以保護他人。曾看到媒體報導許多人爭先恐後注射，我們不需著急，一切如序進行，還未輪到的人要有信心，機會絕對不會漏失。

慈濟提供多處靜思堂等等空間，做為社區快篩和疫苗的施打場所。志工菩薩也用心布置會場，為了方便民眾進出不需脫鞋，大家一起用薄合板鋪地，再以寬膠帶黏合縫隙，讓進出可以比較安全。現場座椅排放相隔適當的間距，由志工引導動線，讓接種的民眾安心坐定，不用移動，而是由醫護人員逐一前來注射，細心照護。有些陪伴者看到家中長輩在這裡受到疼惜、照顧，身心安全，也很受感動。

很讚歎慈濟醫療志業在疫情中，辛苦守護著生命、健康與愛，不只是院內嚴格執行衛生管理、照顧病人，還要動員為全民施打預防針。增加許多的工作與承擔，真不簡單，他們盡心力付出沒有埋怨，還做得滿心歡喜。

大醫王與白衣大士很辛苦，偏勞大家「幸福」了！能為人群付出，以保社會平安，這是最有價值的生命，也是偉大人生，所以「偉大」是屬於醫護的名稱。感恩大家真情守護愛無缺，天天歡喜付出，也期盼疫情能慢慢消弭。🍀

釋證嚴

靜思人文虔誠發行



靜思法脈叢書

證嚴上人 衲履足跡

二〇二二年【夏之卷】

走訪菩薩 莫不皆是法身太子 戒定慧解脫 解脫知
見 亦可成 龍其心 佛在紫雲三昧 恒安穩 以無所
欲 觀州亂想 不獲將入 衲衣淨潔 志氣虛空 守之不
動 德三千 胡長量 法門盡現在 可得大智慧 遍達諸
法 曉了 眾利性 相與實有 無長短 明顯現 之久 經書
知 法根性 欲以 序在 尼無礙 辨才 諸佛轉法輪 履履

釋德仇 編撰



疫情暗夜 醫療微光照亮人間

文／簡守信 臺中慈濟醫院院長

近兩萬社區與企業快篩人次、突破兩萬五千疫苗接種人數、回報社會近四萬毫升熱血，臺中慈濟醫院同仁防疫付出累積的數字，正如點點微光，照亮新冠疫情的暗夜。

新冠肺炎 (COVID-19) 疫情始於二〇一九年末，鋪天蓋地掀起舉世驚濤駭浪，變種病毒傳播力一波強過一波，直到二〇二一年仍不見偃旗息鼓。與疫情相關的訊息甚至各種流言，讓人們心頭不安與恐懼，如長夜籠罩彷彿看不到盡頭。臺中慈濟醫院呼應證嚴上人教導在疫情下的省思——「大哉教育」，積極投入防疫。團隊認知到這場人類與病毒的持久戰，潛在危機似乎無所不在，已無人能置身事外，而人心動盪是最大隱憂。全體同仁在疫情蔓延時以愛為出發點全力付出，願意成為國家社會穩定的重要力量。

臺中慈濟醫院落實安定的做法，逐步從醫院內部向外展開。五月中旬，全臺進入第三級防疫警戒，醫院在假日緊急召回同仁，迅速完成住院病人與陪病者全面快篩，穩定醫院堡壘；接著在急診原設的自費篩檢站外，成立住院與陪病



者篩檢站，守住大德來院治療的防線。接著設立專責病房收治檢疫與確診病人，胸腔內科、感染科等團隊第一時間承擔重症治療工作，內外科同仁紛紛主動報名加入輪值行列。

後續因應臺中市政府需求，在兩院區間戶外設置社區快篩站，不論平日、假日，颶風、下雨，同仁秉持熱忱提供大眾服務。社區快篩站更走出醫院，在衛生單位有需求的地點，緊急支援前線。市區國小校園、山線的果菜市場，哪個地方傳出潛在風險、成為感染熱區，甚至遠至苗栗等地，也能看見防疫醫療團隊的身影。

多家企業傳出員工確診個案後，「企業快篩」成為防疫重要陣線。臺中慈濟醫院同仁前進臺中市精密機械科技創新園區，更主動支援醫療資源相對不夠充足的苗栗等地區，並協助生物科技公司定期快篩。社區加上企業設立的篩檢站總篩檢人數，從五月廿日到七月廿七日篩檢總數超過一萬六千人。

快篩站業務幾乎都在戶外，同仁們穿著防護衣執行業務，長時間身處酷熱環境，包在手套的雙手泡在自己的汗水、裹著防護衣的身體汗流浹背到能刮出一層鹽，醫護同仁等同披上戰甲負重前行，何等令人感動！不喝水可能嚴重脫水，喝太多水又擔心沒時間排解，N95口罩在同仁臉上烙印深深壓痕，他們的辛苦刻在我的心頭。

疫苗快打站自六月十五日起到七月底，共接種兩萬六千九百三十八人，支援七百一十二人次。所有參與的同仁都是勇於承擔、沒有怨言，感管中心接獲任務，場次地點公布，同仁都是自動自發接力，一場接著一場踴躍報名，超高效率在各地都得到肯定回響，身為院長，我真正感受到無比正面的團隊精神。

只要能力所及，臺中慈院願意接下所有來詢問的快篩場次以及疫苗快打站任務，不是背後有什麼超高利潤，而是團隊總是願意做別人不做的事！因為大家要承擔證嚴上人成立慈濟醫療志業，應該做的事；更是因為了解每一次的付出，都能發揮安定社會很重要的正能量。

快篩篩檢超過萬件，創下全臺各醫院

少見的紀錄，必須感恩證嚴上人支持、慈濟基金會提供資助，才能沒有後顧之憂地傳送愛的力量到防疫最前線。

疫情延燒最緊張的時刻，醫院臨床工作雖因疫情降載，但愛心卻是滿載，我充分領受大家從事醫療的初衷，願意在疫情中共同參與，不當缺席者的那份情懷。團隊也展現出從上而下、借事練心，願意把事情做得更好的態度。

近距離在防疫現場觀察同仁，大家心裡似乎沒有辛苦二字，所有人都以身為臺中慈濟醫院的一分子為榮。所有醫護人員都明白面對看不見的病毒，不能讓人心被恐怖畏懼占滿，必須手牽著手、心連著心，展現團隊照顧的能力，以愛的正能量做為最好的防護，陪伴身陷困難中的人度過危機。

難能可貴的是，因為防疫受到社會各界關愛、捐贈的同仁，沒有因為嬌寵忘記初心，在警戒稍降時，配合捐血中心發動捐血獻愛活動，突破以往醫院例行捐血低迷的慣性，號召奉獻了一百五十六袋近四萬毫升熱血，熱情回饋社會。

證嚴上人在疫情中再三提醒「大哉教育」——感恩過去的平安，此刻更要用心慎思，收攝欲念、清除無明，以求災禍平息。臺中慈院同仁防疫之餘，不忘藉疫情修鍊出更強壯的體質，學習從病人與家屬的角度思考，找到更多順暢流程的答案，落實提供更符合人性、更有競爭力的醫療服務。相信再黑的夜總會過去，防疫數據化為點點微光，有您也有我的付出，我們終將迎來美麗晨曦。🌱

新冠疫情下的 菜鳥特護

文／謝宜雯 關山慈院救護車特別護理師

攝影／陳慧芳

新冠疫情自去年延燒全球各地，在臺灣人的努力下，維持著本土感染為零的佳績，直到今年（二〇二一）五月傳出本土確診案例，那些曾經在新聞裡所見的疫情狀況，真真實實發生在我們的生活周遭。

我就讀慈濟大學護理學系，二〇一九年畢業後留在花蓮慈濟醫院內科加護病房工作，大約待了一年半的時間，聽說關山慈濟醫院有職缺，離臺東老家比較近，於是三月底申請轉調，擔任救護車特護（特別護理師）一職。

先前在加護病房所學到的知識及照護等護理專業，也讓我在特護這個職務上有大大的幫助。在加護病房裡，除了學習到重症照護技巧，看盡人生百態，更學習到與人互動的應對進退。在加護病房這高壓的環境，雖然常常呈現「眼神死」的樣子，但是所學到的知識，不僅讓我在照護病人上得到成就感，更使我在轉調特護後能處變不驚。這段期間，我還很幸運地參與花蓮慈院針對疫情準備所實施的模擬演練，雖然當時未有本土感染案例，但所有醫護人員都是以最嚴謹的態度來面對，若是碰到疑似個案，從入院到入住病房，一路上的接觸



人員也全都要著裝，全副武裝防疫。

記得那時候，我依照步驟穿戴完整裝備走進模擬演練的教室，情境演練後走出教室繼續依照步驟脫掉防護裝備，雖然一切因為不太熟練而緩慢，但仍是確實做完，結束演練後，我們到漆黑的房間裡，接著考官使用紫燈開始照在我們身上，原來他們已經在模擬演練的教室周圍灑上含有螢光劑的玉米粉，如果我們脫掉裝備後身上仍有螢光粉殘留，代表我們已將病毒帶出，雖然大家都已經謹慎地面對這次考試，但仍有零星的發光小點在我們身上。可見，我們要更小



謝宜雯（右）轉調至關山慈濟醫院擔任救護車隨車特護，不久就遇上新冠疫情爆發，需全套裝備防護。

心地來防範，才能斷絕病毒的傳染。

轉調到關山慈濟醫院不久，我就遇上本土疫情爆發，也讓特護這個工作變得更艱鉅。

特護必須二十四小時待命，每每接到轉院通知，先是匆匆忙忙趕到急診穿戴隔離裝備，光是著裝就要一段時間，在車上雖然有冷氣，但是隔離裝備一多，其實還是很熱的，更別提在搖晃的救護車內協助病人執行護理技術，例如：為插管病人抽痰，平時在醫院裝備齊全，外科接管插上就可以開始抽痰，但是在車上，從將抽痰機電源打開（因為車上如果一直開著電可能會使車子沒電，所以通常是出車時確認病人有需要時才開



在花蓮慈濟醫院加護病房工作時，同事拍下謝宜雯「眼神死」的樣子，原來是結束一天工作時累壞了的疲憊樣貌。圖／謝宜雯提供

啟電源使用)、把外科接管及抽痰管接上使用、戴上無菌手套、把氣管內管拔掉再開始抽痰，這一連串的動作在醫院裡都可以很順利地完成，但將場景換到救護車上，一切都變得很搖晃。第一次在救護車上執行抽痰技術時，我覺得我就像在車上跳舞龍舞獅一樣，手上拿的抽痰管就像舞龍的龍珠，隨意亂晃，但又有個目標等著我去瞄準，將抽痰管放入氣管內管都會因此而需要瞄準一陣子才能精準地插入，有時候前面步驟都完成了，但可能因為道路顛簸或遇交通緊急狀況急剎車，導致抽痰管沒有無菌而需要重新做一次抽痰前的備物。

即使病人完全沒有相關症狀或是TOCC(旅遊史、職業別、接觸史、是否群聚)，轉院前，還是要等新冠肺炎的快篩報告出來才可以轉院。而轉到其他醫院的第一件事，必須給當班護理師確認快篩報告為陰性，才可以下車。若是病人可以交談，我會在救護車上盡可能詢問更詳細的病史交班給他院，但現

在因為疫情而需要帶著透明面罩，隔著面罩，有時候病人聽不清我問的問題，我也聽不清楚他講了什麼。

把握當下 說出愛與感謝

記得有一次，協助一位感染肺炎的阿伯轉院。阿伯的快篩結果是陰性，但為求安全保障，還是穿戴完整裝備才出車。因為他的家屬年紀較大不方便出門，所以沒有人陪同轉院，阿伯看到我們都穿戴完整裝備出發，他在救護車上問我：「我怎麼了？是得了什麼怪病嗎？」

我知道阿伯所說的「怪病」就是指現在新聞每天播的新冠肺炎，雖然他的快篩結果是陰性，接觸史也沒問題，應該就是單純的肺炎，但也不能排除有陰性轉陽性的可能，加上到他院交接班也有可能遇到確診病人的風險，因此防護裝備還是有穿戴的必要。接著我回答阿伯：「剛剛你的X光看起來是肺炎。」現在說到肺炎大家都人心惶惶，阿伯



說：「如果要死了，我不要急救。」

新聞每天都在播報疫情確診與死亡人數，雖然在臺東，大家也關注著新聞，可見阿伯的心情也受到影響。我回答阿伯說：「先不要緊張，我們先去市區的醫院做檢查，醫師會再評估後給你詳細說明。」比平常更用力說著每一個字，希望安撫阿伯不安的心情，但臉上的防護面罩好像會把我和病人的距離拉得更遠，好像中間有一道透明的牆阻隔我們的談話。於是，我用戴著手套的手握住阿伯的手，那個當下，雖然隔著防護裝備，但我想阿伯應該能夠感受到我陪在他身邊的心意吧！

當隨著救護車將病人平安轉送至其他醫院後，病人或家屬總會在我要離開前對我說：「謝謝妳一路上的照顧。」雖然只是短短幾個字，卻可以讓我充滿感動。

有時候看到隨車家屬在救護車上對病人無微不至的照顧，就好想對病人說：「不用謝謝我，應該要謝的人是一直守在身邊陪伴你、照顧你的家屬。」

不管是在救護車上或是之前在加護病房內，從事護理工作時，常可以看到人與人之間互動的細節；我發現，好多時候，人們在面對自己最親近的人時，反而不敢把自己的愛及感謝說出口。也因為我的護理工作經驗讓我知道，我們沒辦法預測下一秒會發生什麼事，所以有些話要把握當下說出口，特別是對自己愛的人的感謝。祝福這個世界，祝福臺灣，人人平安健康，災疫遠離。🌿



看到醫護人員的全套裝備，病人會以為自己怎麼了，救護車隨車護理師除了要留意病人的生理數值變化，也要安住病人擔憂的心。

封面故事

搶救



新冠肺炎重症最前線

新冠肺炎疫情衝擊全臺灣，臺中慈濟醫院全院動員防疫，
胸腔內科醫師勇於承擔，走在前線，用生命陪伴生命，
各醫療團隊合心和氣如勇猛的大將，頂住疫情衝擊，全力付出，守護臺灣。





臺中慈濟醫院 胸腔內科團隊與急重症中心

文／曾秀英、謝明錦

審定／邱國樑 臺中慈濟醫院院長室醫務秘書暨急重症中心主任

五月廿三日，中央疫情指揮中心自十九日提高疫情第三級警戒後四天的第一個週日。

臺中慈濟醫院加護病房，胸腔內科值班醫師倪永倫一如往常忙著處理每床病人。牆上時鐘指針已滑過三點。

急診傳來消息，中區緊急醫療應變中心協調後，醫院將收治第一位「北病南送」確診重症病人！

北病南送重症病人 胸腔內科站上第一線

楊先生，五十七歲，五月初跟朋友聚餐，四天後發燒，中旬就醫篩檢，兩天後確診新冠肺炎 (COVID-19) 到檢疫所隔離。廿三日症狀加劇，南送到苗栗地區的醫院，已出現呼吸困難的重症，將再南轉臺中慈濟醫院。急診主任李冠儀原本協調先在苗栗插管爭取時間，但當地醫療無法完成任務，只能直送臺中。雖然加護病房人數已近滿載，倪永倫依然慎重評估傳來的病人資訊，盤算著要先準備好葉克膜，以便緊急時搶救。

倪永倫醫師記得，楊先生抵達醫院時是清醒的，戴上純氧氣面罩，問診溝通時有點喘。倪醫師檢視急診拍下的胸腔X光片，可見大面積浸潤，看見血氧數字極低，經驗知道情況不妙，趁著護理師協助裝置點滴時，一邊交代感染管制中心緊急申請 COVID-19 專案用藥瑞德西韋 (Remdesivir) 等特殊藥物，希望在肺炎還沒惡化得更嚴重前，及時治療控制症狀，減少重症發生；一邊告訴

楊先生，為避免到夜半時分出現危急情況，必須要插管治療。

倪醫師請病人跟太太通電話，同步解釋病情給家屬，也讓他們彼此知道情況。倪永倫瞥見獲悉即將插管的楊先生，對病情充滿忐忑，儘管身體極度不舒服，仍然堅強地安慰太太「我沒事！」更揪心聽見也在隔離檢疫的楊太太不能趕來，不斷叮嚀「你要好好的，我們會照顧自己！」

「重症病人沒有一位親友陪在身邊，是從來沒有遇到過的情形。」倪永倫與團隊忙著準備插管程序，同時意識到疫情下的嚴峻情況。楊先生的家人也正在接受隔離檢疫，沒有人能到場探視，更不可能代身陷病苦的他簽立插管同意書，連病人要使用的尿布、衛生紙都沒人能替他張羅。團隊成員百感交集，也覺得肩上擔子沉重了。

麻醉科醫師趕來，搭配鎮靜藥物，終於很快完成插管。另一邊感管護理師張尹箏還在忙著想辦法取得瑞德西韋 (Remdesivir)。

假日，張尹箏在家休假待命，一人照顧一雙幼稚園大班的孿生子，繞著兩個頑皮的孩子團團轉。確認病人南送的任務後，張尹箏依醫師指示緊急向中區管制中心申請用藥，病歷資料文書作業順利傳送完成後，她發現必須專人領藥。而假日緊急派人派車，任務交接繁瑣複雜。張尹箏不願意因為領送藥過程延誤病人生機，果斷的把孩子暫時托給媽媽，親自搭乘醫院派遣的計程車往返，

執行送藥任務。

藥物送抵醫院，病人所有治療程序都就緒，張尹箏鬆了口氣，回頭看了時鐘，已經快晚間八點，心想「終於度過第一關」了。

團隊部署準備 陪伴病人「度」苦厄

度過一關，胸腔內科主任沈煥庭體會深刻，他提到作家蔣勳導讀電影《如常》時的一段話：《心經》說「度一切苦厄」，這句話講的是「度過」，並沒有說「免除」……事情發生、災難發生了，我們就要度過，想想怎麼樣去解決它。

沈煥庭解讀，病人的苦難病痛是自己要度過，但對從事醫療的人員來說，所謂的「度過」就是細心陪伴、照顧，

讓病人「度過」難關。因此面對疾病過程的準備與執行，很重要！

二〇〇三年 SARS（Severe Acute Respiratory Syndrome，嚴重急性呼吸道症候群）風暴的慘痛教訓，醫界推動建立感染管制、集中管理的標準流程。面對 COVID-19 全球延燒，沈煥庭醫師指出，臺中慈濟醫院胸腔內科團隊深知不能輕忽，必須未雨綢繆全力以赴。早在去年展開部署，包括：電子內視鏡喉頭式插管等醫療設備整備及照護作業的沙盤推練，並召集護理師、呼吸治療師等醫療照護團隊針對緊急插管、重症病人照顧、個人防護等各種課程，安排課程訓練及操作預演，讓防疫工作逐步落實在平常工作中。

胸腔內科團隊從過去的經驗顯示，醫療作業裡「插管」、「拔管」過程是十分危險的環節，極可能因為病人痰液噴濺，而導致醫護染疫。因此在推演過程中，臨床科室先取得共識，由最有經驗又熟悉器械操作的麻醉科協助完成插管；拔管則由加護病房醫師用大的塑膠透明布遮蓋住病人整個頭臉，拔管同時立刻以外科口罩蓋住病人口腔，最大程度地減少拔管過程中的飛沫噴濺，減少照護同仁的風險。

沈煥庭主任表示，楊先生是臺中慈院第一個 COVID-19 確診重症病人，插管治療動員麻醉科醫師、值班醫師、護理人員及呼吸治療師，安全迅速地順利完成。整個過程是實際操演的最佳示範個案，也見證重症團隊事前透過縝密的演



臺中慈濟醫院收治北病南送的重症病人，評估必須插管治療，醫護人員全副武裝防護。圖／臺中慈院提供

練，用最好的準備陪伴病人度過生命中的苦厄難關。

「COVID-19 重症病人的照護，在各大醫療機構都以胸腔內科及感染科醫師為優先。胸腔內科醫師經過重症醫學訓練，在這場與病毒的戰疫中，必須站上重症最前線，成為扛下許多第一線任務的領頭羊。」臺中慈院急重症中心副主任李彥憲以戰士的堅定口氣說出承擔。

臺中慈濟醫院初期規畫在十一樓 C 區設置專責病房收治確診與疑似病人，

隨著疫情警報提升，十樓 C 區樓病房經安全的空間規畫隔間，也加入專責病房照護行列。面對不可知的疫情進展，照護人力必須早做安排，輪值醫師除了胸腔內科與感染科外，大內科醫師甚至全院醫師都可能要加入照護行列。

幾乎等於全院醫師動員的情況，讓部分缺乏經驗的醫師心存疑慮，內科部主任宋育民居中協調建立機制，加上院長簡守信、醫祕邱國樑身先士卒輪值十樓專責病房第一班照顧醫師，首批支援醫師名單終於順利出爐。



臺中慈濟醫院胸腔內科照護團隊合影。前排左起：護理部劉慧玲督導、張梅芳主任、醫師林昌宏、李彥憲、邱國樑醫祕、劉建明、沈煥庭、陳立修、李冠儀、倪永倫；後排左起：楊詠婷、曾萌絹、劉瑋書、謝珮琪、吳淑惠、沈慧怡、廖怡婷、王怡藥、陳諭萱、柯渝菱、張穎真、廖宜芸、范姜玉珍、洪培原、黃淑雯。攝影／賴廷翰



臺中慈濟醫院新冠肺炎專責病房開立，以最嚴格的防護照護確診或疑似病人，也保護照護人員自身的安全。圖／臺中慈院提供

胸腔內科做後盾 全院醫師勇猛上陣

第一批主動加入專責病房輪值的腸胃科醫師黃德劭，在醫師群組分享輪值心得「請大家不需要太擔心，防護要做得好，雖然會悶熱一些，但是其實不會多困難。感謝胸腔內科修哥（陳立修醫師）主動再清楚的 orientation（演示）一次保護 COVID-19 臨床照護與防護。實作進紅區採檢也可以很有把握做好 SOP（標準作業流程），真的記不住，也有清楚的圖可以看。」

「護理方面和護理站研究室需要調整，可以跟很理性、很好溝通的吳美華

護理長討論協調。臨床照護涉及到胸腔內科的部分，大師兄建明（劉建明醫師）也是我們的 backup（後援）。只要防護做得好，其實真的不需要太擔心。歡迎大家報名，一起成為院內防疫尖兵好夥伴！」有胸腔內科力挺，黃德劭信心滿滿，「面對 COVID-19 這個在教科書上從沒有出現過的新興傳染病，誰都不敢說不害怕，正因為有恐懼，才更突顯出使命感的可貴。」除了黃德劭醫師，第一批支援醫師還有腸胃內科主任廖光福、新陳代謝暨內分泌科醫師尤咨云以及神經科醫師林琪偉。

李彥憲副主任表示，基於安全起見，個人防護十分重要，胸腔內科早有充足

準備，提供完整行前訓練包括：防護裝備怎麼穿、脫，工作流程怎麼進行等操作手冊。至於照顧專業度、熟悉度不足部分，就由胸腔內科醫師坐鎮並提供諮詢。部分同仁擔心不熟悉防護工作，但這就像 ACLS（高級心臟救命術）一樣，醫護人員只要經過訓練，通過考試就可以做。

COVID-19 基本照護跟一般病房差不了太多，但照護經驗得靠更多學習累積。李彥憲醫師分享，一位三十多歲確診的女性病人，收治在專責病房十天，一般認為病情已脫離危險期，病人不覺得喘也沒有發燒。但到第十天竟然開始咳嗽加劇，甚至出現肺炎症狀，團隊趕緊將病人轉入加護病房觀察，同時申請藥物治療，經過幾天治療後病情才慢慢改善。

比較病人入院一開始與十天後的血氧量與 X 光片，都沒發現特別的問題，判斷病人屬於不易被察覺的隱形缺氧。李彥憲分析案例，顯示老人與共病者在內，每個病人疾病的進程差異都很大。值得注意的另一個重點則是「血氧濃度很重要」。

「血氧」指的是血液中動脈血的氧氣濃度，是反映呼吸系統和循環系統運作的重要指標，一旦血液含氧量不足，可能代表心臟或肺部出現問題。一般人的血氧濃度約為 95 ~ 100%，94% 以下可能為供氧不足，長期抽菸的老菸槍血氧濃度通常約在 92% 左右。但血氧濃度數據並非絕對，當血氧濃度 90% 以



新冠肺炎病人的拔管，需由加護病房醫師用大片塑膠透明布遮蓋住病人頭臉，拔管同時立刻以外科口罩蓋住病人口腔，最大程度地減少拔管過程中的飛沫噴濺。圖／臺中慈院提供



臺中慈濟醫院院長簡守信及醫祕邱國樑身先士卒輪值十樓專責病房。攝影／馬順德

下，就需要警戒，建議應與專業醫師討論。

李彥憲表示，防疫專責病房基於防護要求，不會經常性的照 X 光，而測量血氧濃度就是最安全、非侵入性的方法，搭配病人發燒、喘等症狀做依據，沒症狀的病人如果血氧下降就應該安排照 X 光，一旦病情變化很快，就有可能要插管介入等呼吸照顧。

智慧激盪創新 引進科技應用

血氧機就是因此在疫情過程中造成搶購，躍上網路熱搜排行。另一個引人矚目的醫療器材則是「高流量氧氣鼻導管全配系統（HFNC, High Flow Nasal

Cannula）」，在網路上被稱為「救命神器」的機器。

臺中慈濟醫院也獲得熱心人士捐贈十一臺 HFNC。胸腔內科主任沈煥庭指出，海外研究顯示，COVID-19 病人使用 HFNC，可降低近兩成插管率。優點是提供穩定的高流量、高濃度氧氣，藉可調控的溫濕度，讓病人比較容易咳出痰，協助病人早點度過「喘」的階段。而氧氣經鼻腔送進肺部，可降低病人口鼻分泌物的噴濺，減少環境汙染與醫護感染風險。

但沈煥庭說明，並非每位確診者治療時都需要用 HFNC 機器，除非病人肺部浸潤很明顯或血氧濃度低於 94%，



第一批主動加入專責病房輪值的腸胃科醫師黃德劭（中間坐者），在醫師群組分享輪值心得，請同事不需要太擔心，而防護要做得徹底。攝影／吳美華

傳統氧氣治療無效，且未達插管治療程度時才會使用。

COVID-19 重症病人血氧出現變化時，必須插管及使用呼吸器治療，隨時調整呼吸器設定，做最好的照護。但頻繁進出病房調整呼吸器，須大費周章地著裝防護，也增加染疫風險。胸腔內科團隊靈機一動，立即聯絡設備廠商預先將呼吸器操控面板從原先放置在病床邊的主機上拆下來，放置到護理站的清淨區，改造成能在病室外遠端連線操控的「變形金剛」，達成快速、即時操控並減少醫護人員的飛沫接觸雙重效用。

智能科技加入照護行列，也成為專責病房的一大亮點。慈濟人情義相挺，

捐贈智能機器人「阿信」在專責病房執行任務，發揮極大功能，成為防疫好夥伴！設定路徑後，「阿信」能代替醫師與護理師的眼睛，透過攝影鏡頭完成查房任務，監測並記錄病人體溫、血壓與血氧等指數。傳送飲食與補給物資，甚至可以對將出院病人做衛教醫囑，並考試提問，確認病人理解程度，加強出院後的照護遵從性。

使命感凝聚 落實肺復原照護

COVID-19 疫情對醫療人員是很大的考驗，堅定站在重症最前線需要多大的勇氣？醫務祕書兼急重症中心主任邱國樑行醫二十多年，在他的心目中「醫

師的責任以及該有的樣子就是——挑戰重症跟搶救生命的醫療。」

「以前當住院醫師時，一度對胸腔內科抱持比較負面的看法，覺得胸腔內科的病人咳嗽、咳痰，很髒。直到訓練養成過程中，看見胸腔內科醫師極具挑戰性的一面，尤其在加護病房親身感受醫者承擔重症醫療的巨大貢獻。」搶救生命的使命感，打開邱國樑通往重症醫學的一扇門。

邱醫祕難忘在「加護病房呼吸生理治療」的特殊經驗，「透過正確而適當的調整呼吸器，能立即穩定病人的呼吸，改善血氧濃度，幫助重症病人從缺氧回

到穩定狀態。等於透過機器輔助，幫病人爭取一段黃金救援時間，讓他脫離險境進展到康復期，再經過訓練後，終能順利移除呼吸器。」

邱國樑醫祕本著當年搶救重症病人的初心，基於呼吸治療對病人的重要性，臺中慈濟醫院胸腔內科一步一腳印經營「肺復原室」多年，為慢性肺部病人生活品質而努力。今年更針對慢性肺阻塞肺病病人照護，提出跨領域團隊全人照護方案，以「健康一把照：以病人為中心的肺復原照護」，獲得 SNQ 國家生技品質標章。

胸腔內科醫師共同的特質之一是「勇



經過院內事先演練，做好自身防護，到確診熱區進行採檢時落實標準作業流程，就不需過於擔心。攝影／曾秀英

於承擔，具有理想性，願意走在前線」，正是出於對醫學跟重症的熱情，讓他們因著使命感走在一起。一如證嚴上人期待「醫療團隊合心和氣，如勇猛的大將，頂住疫情的衝擊，守護這一片天」；站在重症最前線的胸腔內科「用生命陪伴生命」，視苦難為如常，全力付出。

楊先生重症插管走過死亡邊緣，三



天後血氧濃度改善，但在加護病房照顧中，還曾突然出現譫妄現象，情緒躁動不安。團隊請出楊太太透過電話遠距離親情喊話，安撫他的情緒，楊先生終於答應「會乖乖的」治療。轉到臺中慈濟醫院十三天後，六月四日終於成功拔管。

順利離開加護病房的那天，他對醫護人員揮手比讚、比愛心，還親筆寫了感謝信——「這次染疫，因緣際會輾轉來到了臺中慈濟醫院，當晚搶救過程驚心動魄，我從鬼門關走了好幾回，很幸運碰上優秀醫師以及熱忱的護理團隊，因為他們的付出搶救我的生命。——給了我重生之路，真不知該如何表達對醫療團隊的敬意和感謝。」

轉到專責病房後，楊先生配合醫護團隊安排的作息，認真努力走向康復，終於又過了六天，CT值符合解隔條件，

新冠重症病人的血氧出現變化時，可能須插管及使用呼吸器（左圖），胸腔內科團隊靈機一動，將呼吸器操控面板放置到護理站的清淨區，改造成能在病室外遠端操控的「變形金剛」。攝影／邱國樑



感恩善心大德捐贈的高流量氧氣鼻導管全配系統（HFNC），有助於新冠病人早點度過喘的階段。攝影／曾秀英

六月十一日出院。

楊先生與死神一度擦身，真真切切親身體驗「生命在呼吸間」，他當面告訴醫護人員：「謝謝你們的體諒照顧，我出院了，也要回報幫助更多人！」

楊先生只是加護病房重症團隊許多生死拉鋸個案中的一位。醫療團隊在一場又一場生死拔河中，竭盡心力成功搶救病人生命，免於病人家庭支離破碎。看到楊先生的回應讓人開心，是因為善的循環讓世界充滿愛的力量，也是最好的回報。

新冠肺炎重症病人楊先生終於能夠平安出院了，感謝臺中慈濟醫院團隊救命之恩，也承諾康復後將回饋社會。攝影／陳瓊芝



肺阻塞照護品質獲認證 跨團隊醫療服務再升級

文、攝影／呂榮浩 審定／邱國樑 臺中慈濟醫院院長室醫務祕書

世紀疫情當前，胸腔內科醫師不只站在防疫最前線，心之所繫仍是病人的健康。臺中慈濟醫院胸腔內科致力「肺復原照護」邁入第十年，繼二〇一八年通過國家品質標章（SNQ）後，今年（二〇二一）更獲「肺阻塞（COPD）疾病照護品質」認證，透過跨團隊整合，將「以病人為中心」的醫療服務全方位升級，邁向另一個新的里程碑。

肺阻塞（Chronic Obstructive Pulmonary Disease，簡稱 COPD），是一種因為慢性呼吸道發炎造成呼吸道阻塞的疾病，病人常會出現「咳、痰、悶、喘」等症狀，當氣體無法通暢進出呼吸道，才體會到「生命就在呼吸間」。

肺阻塞病人可能同時伴隨心血管疾病、骨質疏鬆、糖尿病、肺癌等共病，導致生活品質更差、壽命縮短。根據衛生福利部近年統計資料顯示，肺阻塞是臺灣十大死因之一，每年死亡人數平均超過五千人以上，高死亡率與高發生率不容輕忽，端賴早期診斷及優良的照護品質延長病人的生命與改善生活品質。

七十歲的陳先生，兩年前感覺走路、上樓梯喘不過氣，常常覺得力不從心，



臺中慈濟醫院今年獲得醫策會肯定，得到肺阻塞疾病照護品質認證證書。左為簡守信院長，右為邱國樑醫祕。攝影／曾秀英

也無法再悠遊於最愛的植栽園藝，生活品質大受影響，人生幾乎變黑白。去年就醫檢查確診肺阻塞，病因來自每天一包菸，長達半世紀的菸癮。經肺阻塞跨團隊整合照護一年多以後，陳先生終於能大口呼吸，重拾養花蒔草樂趣。

臺中慈院「肺復原治療室」成立於二〇一二年，二〇一八年通過國家品質標章（SNQ），院長室醫務祕書邱國樑醫師當年許下宏願——「肺阻塞照護」要建立與全球實證醫學同步的照護計畫，

爭取醫策會「疾病照護品質認證」。訂定目標除基本認證條件的五項品質指標外，再加選十三項，安排團隊參訪醫學中心學習他山之石，朝著「給病人最好的照護品質」邁進。

邱國樑擔任內科主任時，就帶動胸腔內科團隊朝願景邁進，邀請跨科別、跨職系總共多達十九個職系，共同設計跨團隊整合照護模式。戒菸個案師協助仍在抽菸病人戒菸；呼吸治療師積極介入，依病人狀況打造專屬肺部復健運動等；藥師加強病人吸入型藥物的正確性及藥物遵從性；營養師根據病人體重提供客製化飲食指導。此外，更依據病人自我照護重點訂定「肺阻塞健康護照」，給予「愛的叮嚀」，讓病人了解自己的控制情形，努力達成治療目標。

行政單位也發揮專長，資訊單位運用「跨職系交班系統」、「Team Plus」



呼吸治療師（右）指導肺阻塞病人（左）如何在家做肺復健運動。



肺阻塞病人（左）進行六分鐘行走測試，呼吸治療師（右）在旁監測。



陳先生每週一次到肺復原治療室做耐力運動訓練。

App 資訊系統，讓團隊成員彼此溝通緊密連結；建立「個案管理系統」方便肺阻塞疾病個案管理師有系統的追蹤與關心病人，提供無縫接軌的連續性照護，團隊各單位各司其職同時，又能隨時追蹤病人狀況，調整治療強度，真正達成「不僅只是看到病，而是人的本身」。

另外品管中心導入「Power BI」互動式儀表板，協助品質指標管理，讓團隊快速掌握照護品質。團隊每月會議不斷檢討改善，研擬品質提升策略，提升疾病照護品質與成效。

隨著照護品質的精進，截至今年三月統計，肺復原治療完成率的年平均成效達八成五，二〇二一年整體成效，接受肺復原治療病人評估比率、正確藥物治

療比率、急診就醫比率以及十四天再入院率成果，皆優於全臺醫院平均，成效卓著，名列前段班。

肺阻塞治療耗費大量人力、物力及空間等資源，卻是屬於「不賺錢」的醫療項目。邱國樑醫師深深明白醫療的現實面，但他有使命感，也因為是在落實醫療人文的慈濟醫療體系，讓他能秉持守護生命的任務，在臺中慈濟醫院默默耕耘肺阻塞照護團隊十年，不計醫療成本付出，以更大的場地、更多的時間提供高品質服務，做該做的事，得到病人的肯定，近年來服務的病人數呈倍數成長。邱國樑已經眺望遠景，期許不斷努力下，未來臺中慈濟醫院能成為中部地區呼吸道疾病照護標竿醫院。🌱



肺阻塞疾病個案管理師（左）關心了解病人近況，提供衛教諮詢服務。



感恩

來自病人與家屬的溫馨回饋
的足跡...

臺中慈院

我父親今年高齡八十三歲了，由於先前身體健康狀況良好故從未有任的就醫紀錄，今年五月時由於不明原因的食欲不振致體重暴跌只剩四十八公斤，初期的不確定感和無所適從，一度讓我們懷疑是否是何種不治之症，致使全家運作面臨一片陰霾。

在我父親的想像中，大概人生就只有生老死這三件事，卻沒想到還有病的這個難題，可想而知他和我們家屬身心所受到的衝擊有多大。

有幸在朋友的介紹下透過肝膽腸胃科葉俊麟醫師的介紹到臺中慈濟醫院就診，過程中周偉強主任醫師對患者的專業度、耐心細心與獨特的人生思維，幫我們找出了父親不適的主要導因，也讓我在照顧父親的過程中得到了許多的信心、支持和力量。同時讓我有面對父母老去的勇氣。

到目前為止，我父親陸續入住臺中慈濟醫院做 ERCP(內視鏡逆行性膽胰管造影術)取石頭等手術。在第二次的住院經歷中，除周偉強主任外，我想特別再感謝黃德劭主治醫師、專師周巧雲、十 C 病房何杏秋護理長和所有護理人員的專業照顧和陪伴，在疫情嚴峻的同時，他們仍盡力的為患者提供身體、心理、發展和靈性的全人照顧，真正發揮了醫護人員最可貴的幽谷伴行精神。

我們對大家的感激實難溢於言表，僅能書信一封表達我的敬意，真的很謝謝有這些願意一直在第一線服務的醫護人員。

陳怡亨 馬偕醫學院護理學系副主任、臺灣長期照護學會祕書長

親愛的所有醫護同仁：

由於 COVID-19 疫情持續延燒，在這段時間相信工作量也爆增，因為有你們堅守在第一線守護國人的健康安全，真是辛苦了！

謝謝您們的努力與辛勞，守護著臺灣。

FROM 京華鑽石中港店 全體同仁



疫情中的 暖流

文／張汶毓、陳慧芳、謝明錦、馬順德、曾秀英、江家瑜、黃思齊
鍾懷誼、廖唯晴、曹耘綺、江珮如、黃小娟、于劍興、張菊芬



【關山】
防疫守護戒治所 長照C站視訊課

臺東戒治所百位職員
完成疫苗接種

自二〇一三年承接矯正機關醫療門診服務計畫，關山慈濟醫院一直與臺東戒治所維持良好互動，雙方也因為多年的合作默契，讓許多業務在執行上能夠達到很好的效率。七月九日上午，關山慈院承擔臺東戒治所疫苗接種業務，一百位職員（第五類COVID-19公費疫苗對象）搭乘小巴前往關山慈院，分為六個梯次，在當天上午全數施打完畢。

臺東戒治所衛生科護理師表示，雖



七月九日上午臺東戒治所職員至關山慈濟醫院施打疫苗，方鍾霖醫師和護理師都是熟面孔，施打順暢又順利。攝影／陳慧芳



然關山慈院與戒治所有簽訂醫療合作契約，但合約裡的照護對象未包含職員，此次院方不僅沒有拒絕幫忙還積極調度醫護人力，讓她相當感恩和感動。馬秀美感控師說，施打能夠這麼流暢是許多人的功勞，包含事前提供造冊名單讓醫事股同仁提早掛號，以及所有該填寫的表單包含接種意願書與注射黃卡、量測體溫與血壓全部都在戒治所提前完成。而為避免當天人潮湧入實聯制影響大門進出，院方也另外提供條碼方便職員在下車前就能夠掃瞄，才能大幅減少行政作業與等候的時間。

當日負責身體評估的方鍾霖醫師，與疫苗注射區的余心怡護理師、吳姿蓉肝炎個管師都是所內特別門診的熟面孔，因為深知醫護人員專業度夠，

加上親和力十足，讓原本值完夜班擔心太疲憊不適合施打疫苗的職員，減輕心中的不安與緊張感。戒護科內勤王姓管理員說，自己不曾這麼大陣仗外出打疫苗過，所有休假及上班的職員通通在當天完成接種，很謝謝關山慈濟醫院同仁的幫忙，打針也不痛，是一個愉快的經驗。



關山慈濟長照巷弄站，因為疫情停課但不停學，阿公、阿嬤們在家也不無聊。攝影／陳慧芳



在關山慈濟醫院戶外一角，長照C站的老師們一個拍、一個示範，就開始視訊為長者上課了。攝影／陳慧芳

【玉里】

七月十六日星期五，玉里慈濟醫院利用下午兩個小時的時間，為一百五十位來自預約接種平臺，及日前完成醫院表單預約的民眾注射

COVID-19 疫苗。

同仁利用午休時間布置場地，分區標示，營造舒適的施打空間，由陳岩碧院長及李晉三醫師擔任問診醫師，讓前來接種的民眾在保持安全社交距離的前提下，安心接受疫苗注射，也放心返家休息。





【臺中】 防護裝備動手術救視力 挽袖捐血獻愛

居家檢疫時視網膜剝離 醫師願手術救回視力

臺商陳先生回臺灣居家檢疫，突然左眼看不見，送急診卻因檢疫期未滿被要求檢疫期滿後再手術。他擔心失明轉而求助臺中慈濟醫院，眼科主治醫師周兆峰直接收住專責病房，順利手術保住視力。陳先生感謝醫師仁心及醫院團隊協助，捐贈善款讓愛循環，協助更多需要幫助的病人。

陳先生回想他從大陸登機返臺當天，剛起床就發現左眼左側視野好像被黑布遮住缺了一塊，以為是沒睡好。抵家後開始十四天居家檢疫，沒想到左眼影像缺失愈來愈嚴重，他怕會失明，打電話

請衛生局協助送急診。檢查結果是視網膜剝離，但醫師要陳先生完成居家檢疫才手術。

陳先生表示，被拒絕後帶著沉重的心情回家，日漸消失的視野讓他很恐懼，吃不下也睡不好，開始打電話四處求助。臺中慈濟醫院眼科部醫師周兆峰了解病人狀況後，認為視網膜剝離是急症，確實不能拖。他想，前一位醫師應是擔心穿著全套防護裝備動手術，會增加手術困難度與失敗風險，但為了病人視力著想，周兆峰還是決定收治病入。

陳先生 PCR 篩檢為陰性，但仍在居家檢疫期，就醫程序必須依疑似感染病人治療程序，由急診入院並收治於專責病房。陳先生入住後，值班醫師初步問診，周兆峰醫師隨即全身防護裝備進病房，使用移動式裝備為陳先生進行眼底檢查，確認視網膜剝離已靠近黃斑部中央，必須立即手術，否則會造成感光細胞缺氧壞死，造成視力永久缺損。

周兆峰醫師說明，視網膜包含感光細胞層與脈絡膜，感光細胞層與脈絡膜原本緊密貼合，但因為視網膜裂孔造成玻璃體液化後，液體滲入造成感光細胞層與脈絡膜分離，就像壁紙從牆壁分開一樣。由於感光細胞是透過脈絡膜供應氧氣與養分，如果感光細胞層脫離脈絡膜太久就會壞死，造成永久視力損傷，愈早手術治療，視力預後效果更佳。

陳先生以疑似個案進行手術，所有手術室人員必須穿全套防護衣。周醫師說，穿全套防護衣，戴三層手套、防護面罩、



周兆峰醫師先到專責隔離病房為病人進行眼底檢查。圖／臺中慈院提供



疫情期間，病人需以疑似新冠確診個案處理，臺中慈濟醫院眼科部周兆峰醫師與團隊著全副防護裝備為急性病人進行視網膜剝離手術，以免病人發生永久的視力損傷，甚至失明的危險。圖／臺中慈院提供

隔離護目鏡，再加上自己戴眼鏡，這情況施行顯微鏡手術，確實吃力。還好處理過的視網膜剝離手術個案不少，自信熟悉眼睛各部位，但有時因快速換氣，造成眼鏡起霧，他想到證嚴上人教導的「守之不動」，立刻調息平靜緩緩呼吸，眼鏡就不會起霧，圓滿完成手術。

一個多小時手術後，周醫師重新貼合感光細胞層與脈絡膜。陳先生於病房休養數日再做眼底檢查，癒合良好，可返家休養，日後再於門診追蹤即可。

陳先生很感恩臺中慈濟醫院團隊與周兆峰醫師願意克服萬難為他手術，真正視病猶親，特別捐贈善款，希望其他有需要的病人也能得到幫助。周兆峰醫師提醒，視網膜剝離屬於眼科急症，千萬不能拖，即使要防疫，也一定要快到醫院檢查治療，才不會造成永久性視力損傷。醫護人員會以最嚴密方式保護醫病雙方，不需擔心感染。





疫情調降首日 同仁辦捐血獻愛

臺中慈濟醫院在七月二十七日疫情警戒標準調降首日，配合捐血中心舉辦捐血獻愛回報鄉親支援防疫活動，不到九點已出現長長排隊人龍，才下大夜班的醫護同仁、外包人員搶先第一波捐出熱血，用實際行動回饋各方物資與餐點的援助，也期待緩解血荒，給病人最穩定的醫療環境。

「疫情警戒升級，很多社團都停止大型活動，捐血場次被取消，直接影響捐血量及捐血人意願。」看到臺中慈濟醫院捐血活動吸引踴躍排隊人潮，臺中捐血中心採血課護理師楊珊惠臉上露出開心笑容。她說，目前中部各血型庫存偏低，只剩五點二天，其中O型血更只有四點八天，請各種血型朋友都能盡量捐血，幫助血庫充實血量。

臺中慈濟醫院麻醉科多位護理師剛下大夜就來捐血。卓怡君護理師說，在手術室工作很清楚，開刀病人的出血量有時很難估計，捐血充實血庫能讓病人能有好的、安全的手術環境。

護理師姊妹檔劉菀倩與劉瑋書在重症單位加護病房工作，常遇到要大量輸血的病人，知道血庫存量不足會很慌張，此次攜手

發心捐出熱血。姊妹劉菀倩以往因緣不俱足都沒能成功捐血，此次完成人生第一次捐血覺得更有意義。

外包廠商不論是傳送還是清潔人員也來響應，姜希賢說，傳送同仁常去血庫領血，了解血量用得很凶，不知道夠不夠？缺血那麼嚴重，健康人應該出一點力幫助需要的人，一大早下班特地等到上午九點就是為了捐血。

臺中慈濟醫院品管中心主任林昌宏指出，疫情降級首日最大目標就是儘快恢復定期捐血，同仁也細心事前向捐血中心確認施打疫苗後能否捐血與如何兼顧防疫等事宜。

嚴峻疫情期間，各界防疫物資餐點飲料支援醫院，讓臺中慈濟醫院同仁感受滿滿愛心，現在回報以熱血，期待正向循環不斷提升，早日消弭疫情。



攝影／曾秀英

【花蓮】
COVID-19網路研討會
病人抗疫成功最歡欣

抗新冠肺炎成功
「會順」夫妻慶金婚

五月底，先後確診感染新冠肺炎的王先生(化名)與太太因肺炎症狀加劇而從專責醫院轉送來到花蓮慈濟醫院重症專責病房治療，經過團隊中西醫合療而恢復健康。七月七日下午，林欣榮院長與醫療團隊悄悄為這對結婚將滿五十年的夫妻提前慶祝金婚，祝福戰勝病毒的他們，攜手度過更多的金色歲月。

「恭喜王先生、王太太抗『疫』成功，也恭喜你們金婚快樂！」林欣榮院長、何宗融副院長、專責病房主任王智

賢醫師、護理部鍾惠君主任等人，致贈安心祝福包、淨斯本草飲濃縮液給王先生夫妻。病房照護團隊在他們出院這天特別準備了小驚喜，為王太太戴上白色頭紗、王先生別上藍色領帶，在這象徵重生的日子裡，提前為他們慶祝五十年的金婚，讓這對夫妻非常感動。

林欣榮院長表示，從他們被送來花蓮慈院的第一天，就以中西醫合療方式治療，除了西醫標準用藥，中醫則以淨斯本草飲濃縮液搭配中藥粉一起調理身體，來加速復原；王先生夫妻從確診到現在復原良好能出院，前後經歷了三個病房團隊的照護，是不簡單的抗「疫」。

王先生與太太原本住在不同病房，指揮中心五月底宣布專責病房可兩人一室時，內科加護病房主任陳逸婷、感染控制室等醫療團隊經過評估後，決定建





議他們夫妻住同一病室，負責通知夫妻兩人的二十東病房護理長張素雯表示，當她通知王先生能與太太住同一間病房時，王先生眼神整個亮起來，立刻答說：「OK！OK！」隔著門都能感受到王先生的開心。

六月十一日，兩人住進同一間病房，好一陣子沒看到太太的王先生感動到流淚，並對太太說：「老婆，終於看到妳了！」而王太太也因為有了另一半的鼓勵與支持打氣，變得更積極配合包含俯臥、下床漸進式活動等復健治療。

照護這對夫妻的護理師余晴也發現，他們住在一起之後，少了連日分隔兩室的焦慮與思念，不僅心情變好，加上醫師同時為兩人解釋病情，讓他們能了解彼此的狀況外，也同步連線給住在海外的兒子，讓一家人更安心。

回想之前確診的經歷，王太太表示，先生當時是有一點咳嗽，以為只是感冒而已，看了耳鼻喉科後，直到藥吃完

時，還是有發燒，醫師建議他去篩檢，才發現確診。王太太自己則是沒有症狀，後來就開始連續發燒六天。先生在住院期間還暈倒兩次，加上兩人肺炎症狀變嚴重，呼吸很喘，後來就被轉送到花蓮慈院治療。

王太太說，住院時醫師建議他們俯臥，但是身體僵硬就像鐵板一樣，真的很不舒服，也沒力氣，就連親友打電



夫妻兩人能夠康復出院，讓王先生喜極而泣。
攝影／江家瑜



王先生與太太同住一室後，心情變好，治療與復健都更有動力。攝影／江家瑜



王先生昏睡及虛弱期間，發現吃喝拉撒都是護理師全程照顧，讓他感動不已。攝影／江家瑜



王太太畫出了對花蓮慈濟醫院醫療團隊與護理師團隊的感恩。攝影／江家瑜

話、傳訊息來關心都沒力氣接、也沒力氣看，那段時間很苦，還好有醫師細心問診治療、護理師把屎把尿非常有愛的照護他們，真的非常感動，「人家說父母是最大的恩，我們的第二恩就是慈濟，感恩花蓮慈濟醫院救回我們的性命！」

緊緊牽著太太的手的王先生，回憶自己確診新冠肺炎時，忍不住掉淚懷著愧疚感說道：「是我害了我太太！害她染疫！」其實他曾想放棄，但很捨不得家人，儘管非常害怕血，也曾因為看到自己的血而暈倒，但都努力撐下去，接受治療積極復健，復原得不錯之後，還能用輪椅推太太去上廁所。

看著邊回憶邊流淚的先生，王太太說出愛的告白：「老公，我一點都沒有責怪你，所以你放心，老婆永遠都會支持你！」王先生也說，是太太的支持，他才能堅持下去。

「這兩隻兔子是我跟我先生，上面的雨傘是醫療團隊，像把大傘守護我

們。」王太太拿出手繪的卡片感恩醫師外，也畫了一張有著滿滿花朵與愛心的卡片，謝謝護理師小天使們的照護。

何宗融副院長也恭喜王先生夫妻重生，也祝福他們結婚五十周年快樂，並與中醫師一起帶著他們夫妻跳一小段〈愛情的恰恰〉；王智賢主任則是送上證嚴上人的祝福信及素食小卡。王太太說，在住院時，吃了素食餐，發現素食原來可以煮得這麼好吃，打破她對素食的刻板印象。

護理團隊也送上蛋糕及卡片來祝福，並從他們兩人的名字各取一字諧音「會順」，恭喜這對「會順夫妻」抗疫成功，祝福出院之後一切都會順利平安。

十指緊握久違的團圓 重症新冠病人健康出院

六月八日確診新冠肺炎的唐先生(化名)，經緊急插管後被轉送至花蓮慈濟醫院重症專責病房治療。經過花蓮慈院中西醫團隊合力照護，住院將近一個

月，唐先生的病情從重症轉為輕症，終於在七月五日下午成功解除隔離出院。出院前緊緊牽著妻子的手，唐先生說，感謝花蓮慈濟醫院的醫療團隊，把他從生死關頭前搶救回來，現在才能夠一家團圓。

「我這條命是慈濟醫院救回來的！」出院前特地走到護理站向醫護團隊鞠躬道謝。唐先生表示，自己是家裡重要的支柱，除了孩子之外，上面還有老母親要照顧，這次感染新冠肺炎是他第一次生這麼大的病，也是他生平第一次住院，沒想到一住院就是這麼嚴重的病，整個人昏過去，好幾天都沒有意識，還好醒過來的時候，醫護團隊就在身旁，給了他支持的力量，認真配合治療與復健，終於能夠康復出院。

回想起將近一個月的住院經歷，唐先生眼眶泛紅的說，住院這段期間，全部都靠醫護團隊的照顧，在他恢復意識但還是全身虛弱的時候，是醫護團隊每天

為他鼻胃管餵食，幫他拍痰、洗澡，還把屎把尿。唐先生說，真的沒想到醫護團隊會做到這種地步，「醫護人員真的很偉大，我一輩子都會記得慈濟醫院救了我！」



唐先生出院前特地到護理站感謝醫護人員對他的救命之恩。攝影／黃思齊



張素雯護理長教唐先生出院後仍需持續復健，不能荒廢。攝影／黃思齊



王智賢主任送上證嚴上人的祝福信，也不忘宣導素食有助防疫與地球環保。攝影／黃思齊

其實這次住院的不只是唐先生一個人，而是他們夫妻與孩子一家三口都確診。唐先生懷疑自己是到外地工作的時候被感染的，因為當時老闆請工班同事一起到夜市吃飯，之後過了沒多久，去吃飯的幾位同事全部都確診感染新冠肺炎，而且也都需要住院治療。所以，唐先生很自責，覺得是自己害家人被感染，還好妻子與孩子都是輕症，六月就康復出院。現在唐先生也解除隔離出院，一個月沒見到家人，出院時唐先生緊緊握著妻子的手，珍惜著這來之不易的團圓。

二十東病房護理長張素雯陪著唐先生反覆練習復健動作，也不斷叮嚀，因為確診個案在康復出院後，除了要注意攝取營養與充足休息，同時還要進行全身性的復健運動。二十東病房主任王智賢與中醫部主治醫師陳中奎，也為唐先生帶來安心祝福包與證嚴上人的祝福信。

回想這段住院時間，唐先生表示，西醫加中醫真的很有效！而且有運動真的有效，原本他多說幾句話都覺得喘，但是經過中西醫合併治療過後，體力好很多。除了中西醫合療之外，最讓唐先生印象深刻的就是素食。唐先生說，之前沒想過吃素也可以這麼好吃，這麼有營養，讓他從住院的昏迷到現在康復用走的出院，就可以知道素食的營養絕對足夠，出院後也會跟家人嘗試一起多吃蔬食，保護自己也希望能為環保盡一分心力。

愛在 COVID-19 蔓延時 花蓮慈院網路研討會

花蓮慈濟醫院於七月三日舉辦「愛在 COVID-19 蔓延時」新型冠狀病毒網路研討會，課程公告後三天內累積超過兩萬兩千人報名參加，研討會由花蓮慈濟醫院規畫，並邀請花蓮縣衛生局、衛生



福利部花蓮醫院共同承擔，完整呈現各團隊合作抗疫策略與經驗分享，透過專業交流討論，以提升整體防疫效能及臨床醫療照護之應變能力。

林欣榮院長特別感恩花蓮縣衛生局、衛生福利部花蓮醫院與花蓮慈院，在這段期間承擔防疫重任，守護花蓮民眾的健康，也希望藉由研討會分享寶貴的防疫專業實務經驗。

「愛在 COVID-19 蔓延時」研討會內容分為三大主題，包括花蓮縣內專責醫院經驗分享、花蓮慈院作為重症後送醫院的經驗談，以及針對新冠肺炎病毒的臨床與創新研究。研討會邀請到花蓮縣衛生局局長朱家祥，與衛生福利部花蓮醫院院長楊南屏；朱家祥局長主講花蓮縣抗疫歷程和衛生單位的各項因應措施，楊南屏院長分享收治大部分確診患者的花蓮醫院如何進行分流作業。此外，花蓮慈院作為東部唯一的醫學中心，醫護團隊也代表分享，從二〇二〇年初臺灣開始有境外移入案例，至今一年半以來承擔重症患者的照護經驗。

截至目前為止，花蓮慈院共收治十六位確診病人，已有十位順利出院。感染管理控制室主任黃妙慧表示，二〇二〇年初花蓮慈院即大量舉辦感控訓練課程，妥善規畫急診的空間和動線，並在二〇二一年初臺灣爆發第一起院內群聚感染後，調整防護裝備，擬定全新的穿脫防護衣流程。重症加護內科主任陳逸婷分享院內專責病房的部署，為因應東臺灣新冠肺炎重症患者的照護需求，東



區傳染病防治醫療網更建立「東區新冠重症診治」LINE 群組，積極進行區域聯防。

除了感控與醫療的救治，在專責病房中，護理的陪伴也同樣重要。花蓮慈院護理部主任鍾惠君和戴佳惠督導表示，生理、心理、靈性和社會層面的護理照護，對被隔離的患者而言都是不可或



的。專責護理師透過 LINE 訊息的傳遞和視訊通話，讓重症患者能在臨終前，有家屬的聲音和畫面作陪伴，不僅盡力緩解病人身上的病苦，也守護病人的安詳與尊嚴。此外，不同文化會有不同的照護需求，兼容花蓮在地文化，花蓮慈院也積極推廣多語言的衛教資訊，提供原住民族語的宣導影片。

而在疫情爆發初期，花蓮慈院檢驗團隊即承擔篩檢工作，並在後續各醫院逐步提升篩檢量能後，更走出醫院、進入社區，在地方設立篩檢站。為因應中央的服務量降載政策，陳星助主任秘書分享後勤和行政團隊是如何妥善分配人力，規畫整體防疫工作，由各單位合心協力，共同完成遠距服務、居家照護、支援篩檢、注射疫苗等任務。

花蓮慈院也積極展開各項研究發展，包括輸送防疫罩、移動式負壓病房，以及中西醫藥物的研發與中西醫合療經驗，其中輔以淨斯本草飲加入治療計畫，獲得病人與家屬的認同與肯定。研討會上也特別邀請了研發團隊，分享淨斯本草飲的研究過程及實際應用經驗。

花蓮慈院主辦的「愛在 COVID-19 蔓延時」網路研討會，最高同時在線觀看人數突破七千五百人（臉書和 YouTube），並且獲得包含各醫院醫療團隊在內的專業人士好評，會後問卷調查滿意度高達百分之九十九點一。研討會的最後，林欣榮院長也為所有人帶來證嚴上人的祝福，盼疫情早日消弭，天下人健康、平安。



【臺北】

疫情下守護生命的團隊成就

臺北慈濟醫院在五月二日接了此波疫情裡的第一個病人後，截至六月二十五日為止共收治了三百八十七位住院病人，其中二百六十六人平安出院、三十三人往生；此外，醫院也承接加強型的集中檢疫所，共收治五百一十九位住民，總計照顧了近八百位確診病人，為全臺收治最多病人的醫療院所。六月二十六日，醫療團隊在趙有誠院長的帶領下舉辦「新冠病毒感染醫療照護學術研討會」，並於醫院社群網站連線直播，各界專家學者線上與會，汲取新冠肺炎病人的照顧經驗。

專業治療 強化復原力

上半場研討會由徐榮源副院長主持，邀請感染管制中心吳秉昇副主任、內科加護病房蘇文麟主任、急重症管理中心吳耀光主任、身心醫學科陳益乾主任和胸腔內科藍青進主任分享。

吳秉昇副主任以「重症責任醫院 COVID-19 疫情防疫作為」為題，探討一旦發生院內感染及群聚後的應變計畫及如何減災。「分艙分流可縮小院內感染的擴散，進入醫院者須全程佩戴外科口罩，加上手部衛生與環境清消，就可預防大部分的院感發生；而定期為高風險單位的員工進行篩檢、健康監測，提高員工接種率、監測住院病人和陪病者，才能及早發現無症狀者，有效避免院內群聚感染。」



六月二十六日臺北慈院舉辦「新冠病毒感染醫療照護學術研討會」，醫療團隊透過線上直播與各界專家學者交流新冠肺炎病人的照顧經驗。攝影／盧義泓

內科加護病房目前已有六十四位插管病人，在使用呼吸器治療的情況下，約有五成的病人發生急性呼吸窘迫 (Acute respiratory distress syndrome, ARDS)。蘇文麟主任報告的主題為「COVID-19 急性呼吸窘迫症俯臥治療與肺泡再擴張術經驗分享」，除了分享俯臥治療後的效果，也用案例分析治療成效。吳耀光主任分享「淨斯本草飲」的中西合療經驗，他提到，即時給予類固醇、「瑞德西韋」IL-6 的抑制劑之外，醫院徵得病人同意後提供以八種本土中藥材調和而成的「淨斯本草飲」，並進行對照比較，結果發現，病人飲用後病毒量與發炎指數皆有意義的下降，且無不良反應。

接著由陳益乾主任分享「疫情對精神醫療的衝擊」，以急性病房為例，說明新病人的收治、隔離原則。陳主任提到：「收治染疫的精神病患者應權衡病人最大照護品質，在院長協調下，收治專責病房，再由精神科偕同照顧。院內專責病房目前共照顧十二例身心科個案，在跨科照顧下，肺部及精神狀況均獲得控制。」

「疫情對病人是場生死大戰，大戰後最重要的就是復原。」藍胄進主任指出，病人染疫後，二頭肌跟四頭肌的肌力將會衰退至原本的百分之六十，活動力也會明顯下降。不只傷害肺部，也會影響心臟、肌肉、腦神經，加上病程中無法活動和藥物的影響，肌力會逐漸喪失。必須從喘的改



感染管制中心吳秉昇副主任說明醫院防疫作為。攝影／盧義泓



急重症管理中心吳耀光主任分享「淨斯本草飲」的中西合療經驗。攝影／盧義泓



身心醫學科陳益乾主任分享對染疫的精神疾病患者如何偕同照顧。攝影／盧義泓

善、清痰、阻力訓練、營養等多面向進行，從住院時就開始訓練，才能達到好的進步。



疫情考驗 照樣搶救生命守護健康

研討會下半場的主持人是張恒嘉副院長，講題由楊緒棣副院長、鄭敬楓副院長、婦產部邱筱宸醫師、兒科部新生兒科趙露露主任、專責病房陳美慧護理長、何佩柔護理長分享。

一名臺商因反覆腰痛確診為上段輸尿管結石，透過震波碎石術以及藥物治療都無明顯改善，於二〇二〇年底返臺治療，但臺北慈院當時尚無正負壓手術室，這種情況下，醫療團隊是否該為這名病人手術？楊緒棣副院長的講題為「外科手術室在 COVID-19 的因應措施」，分享臨床案例，一則為疫區返臺個案在無正負壓手術室手術的作法，兩則是陽性孕婦的手術照顧經驗；三個案例皆順利完成，楊副院長鉅細靡遺地說明手術前中後的討論和裝備，並提到若無正負壓手術室，手術應在通氣末端的房間進行，且關閉中央空調，疫情期間手術要降載，唯有攸關生命的術式才可進行。

臺北慈院在此波疫情期間收治了五個產婦，其中四例確診，一例為居家隔離。邱筱宸醫師分享「COVID-19 產婦生產時機與生產方式」，詳細說明醫護團隊如何與產婦、先生進行SDM，討論治療過程、手術過程和術後恢復。邱醫師提到，美國文獻指出，孕婦有百分之三十因肺炎需住院，百分之零點一死亡，如果有心臟病、高



臺北慈院為懷孕三十二週的確診產婦順利剖腹產，婦產部邱筱宸醫師說明療程。攝影／盧義泓



鄭敬楓副院長分享醫療團隊在加強版集中檢疫所，照顧輕症住民的經驗。攝影／盧義泓

血壓等慢性病史更會加重病情，因此，生產方式與時機應個別化評估，由團隊共同照護，加強防護措施與感染策略，才能保護自己與病人。而趙露露主任透過三個實例分享「染疫媽媽生了寶寶後，新生兒該如何照顧？」內容涵蓋面對產婦的不同情形，寶寶當做的措施與照顧流程，並細說母體傳染給新生兒的機轉、新生兒感染的症狀與處置、採檢時機和隔離措施、母嬰同室和母乳哺餵的作法。

與治療同時，「護理」亦是照護療程中舉足輕重的角色。臺北慈院目前行為異常的染疫病人約占百分之十四點四，相處過程中，他們經常無法理解也不願

意理解護理人員說的話，進而影響照護。陳美慧護理長以遊民、插管病人、失智病人、物質依賴患者為例，細數護理團隊以同理陪伴，跳脫以往照顧模式，陪伴病人度過病程的點滴。何佩柔護理長過去是老人醫學科的病房護理長，她帶領護理團隊，為專責病房的病人執行臨床衰弱評估，針對分數介於四至七分者，由主治醫師評估是否能進行簡易復健，據以在照護過程結合肌耐力訓練，減緩衰弱情形。

另一方面，臺北慈院自五月三十一日開始承擔新北市的加強版集中檢疫所，照顧輕症與無症狀患者，並與警務維安人員、後勤飯店人員合作，讓





整體動線分艙分流，迄今無照顧者感染。鄭敬楓副院長根據醫學研究論文表示，染疫後全程茹素者可減少百分之七十三的重症機率，葷食者則可能加重病症，檢疫所提供素食餐點，並印製單張衛教住民，整體而言，住民解隔後的滿意度高達九十一點七分。

而社服室吳芳茜主任以社會心理觀點帶領與會人員看疫情的影響，透過

兩個案例說明社工師在苦難期間是怎麼陪伴染疫又遭逢喪親打擊的身心失衡病人走過人生幽谷。

研討會採線上直播，與會者仍可透過線上表單填寫提問，講師們皆一一詳盡回答。趙有誠院長感恩團隊的用心，在有限的時間裡，統整海內外文獻和照顧經驗，誠心希望大家有所收穫，未來提供確診病人更好的照顧品質。





公費疫苗接種對象擴大，七月二日臺北慈院再次動員六條動線的醫護團隊出隊服務。左圖為板橋靜思堂接種站。圖／臺北慈院提供

院外助打疫苗 院內顧病人圓善終

七月二日起政府擴大新冠肺炎疫苗接種作業，新北市可接種對象為一至五類公費人員和不分戶籍七十二歲以上長者、不分戶籍孕婦，臺北慈院再次動員六條動線的醫護團隊出隊服務，預計在三天內施打完逾一萬七千五百劑莫德納疫苗。

院外要支援疫苗接種，院內也持續忙著照護患者。日前院內收治了一名男性患者，到院時意識幾近模糊、身體帶有髒汙，加上嚴重重聽無法溝通，醫療團隊聯繫不到家人，於是找來社服室楊惠儀社工師協助。

正當大夥兒不知道怎麼辦時，病人的外甥女來電了，一問之下，才知道這名男子是名獨居的中低收入戶，多數時間在萬華活動，他被救護車接走的當下，租屋處的鄰居都相當不諒解。

隨著病程變化，病人每況愈下，醫療團隊聯繫外甥女討論治療方針與喪葬事宜，無奈的是，本身就是癌友的

外甥女需要照顧身心狀況不佳的親人，生活過得並不寬裕。

病人過世了，法定傳染病的緣故任何人都無法來院，社工團隊知道病家的困難，買了一套衣服、一雙鞋子，由護理團隊為他換上，讓他乾淨清爽地走完最後一程，並在他耳邊說道：「我們已經聯繫到您最信任的外甥女，後面的事情我們一定會幫您處理好，您可以安心地走。」

不僅如此，後續社工師與團隊還協助找了禮儀公司、處理了喪葬費用，以及最困難的租屋處處置，詢問到願意提供服務的消毒公司和搬家公司，為往生者的遺物做了最後的整理。外甥女對於醫院的種種協助相當感動。

前些時候拿到了政府的死亡補助金，外甥女表示願用這筆錢支付醫院的協助，也希望將錢回捐，讓社工師幫助其他染疫但有經濟困難的個案。社工師告訴她：「沒有關係，這些急難救助你們就留著用吧。」但外甥女堅持付出，毅然決然地捐出善款，期望幫助更多的人，也祝福舅舅來生平安順遂。



阿嬤復健不孤單

高齡九十七歲的尤奶奶與孫女一家同住，五月時常至市場買菜的孫女不幸染疫，一家人也先後確診被送往醫院承接的加強型集中檢疫所，後又因含氧量過低被轉往臺北慈院接受治療。經醫護團隊悉心照護，一家人符合解隔標準陸續離院，僅剩尤奶奶仍需留院治療，孫女自責奶奶是受自己傳染，也怕沒人陪伴，奶奶會孤單，毅然決定繼續留下照顧奶奶。七月三日，在孫女的陪同下，尤奶奶帶著眾人的祝福平安出院，趙有誠院長也親自送上出院祝福禮以及上人的念珠，祈願尤奶奶未來的每一天都能福氣又安康。

護理師們都把尤奶奶當作自己的長輩，每日同她聊天、陪她做復健。何



為防止老家人肌耐力降低，護理師每日在病室陪伴尤奶奶做復健。圖／臺北慈院提供

佩柔護理長表示，尤奶奶雖年事已高，但生活基本都可以自理；然而，考量到患者長期臥床會導致肌無力，其影響對高齡者更甚，所以照護過程會著重肌耐力訓練。

住院期間，護理師們發現孫女、孫女婿雖長期與尤奶奶同住，但照護知識有所欠缺，便把握進入病室的機會，連帶傳授家人們照護技巧，除了如何協助奶奶上下床、走動復健，也不忘提醒當奶奶以助行器練習行走時，應站在她的身後，避免跌倒等等可能忽略的小細節。孫女相當感恩醫療團隊的用心：「照護老人並不輕鬆，更別說是照顧老患者了，想必有更多疲憊的時候；可是卻從未聽過護理師喊累，雖然層層隔離裝備，遮去了他們的面容，但每當護理師進入病室，都會聽到充滿朝氣的问候，能感受滿滿的暖意及熱忱。」

離院前，孫女表示醫院充滿愛，並且一次又一次說著：「感恩，你們辛苦了。」其實對醫護團隊而言，看著被送進來的患者，如今接連歡喜離院，所有辛苦都驟然消失，取而代之的是滿滿的幸福。

傳遞暖意的護理師姊姊

八歲的綺綺跟在媽媽的身邊，手裡拉著桃紅色的行李箱，揮揮小手向護理師們道別。回憶起當時，媽媽說：「真的是一團混亂，因為我們家六個人全部確診，一個一個分別被送往不同醫

院。」歷經近一個月的入院治療，七月五號，綺綺和媽媽終於要解隔出院；然而，與其他迫不及待離院的病人們稍有不同的，小綺綺卻是微蹙著眉，顯得有些依依不捨，臨走前還回頭望了一眼護理站，護理師姊姊揮著手喊到：「綺綺 bye-bye，要乖乖的喔！」

屬輕症的母女倆同室收治，綺綺的媽媽因工作繁忙，即使住院也無法好好休息，總是開著筆電處理公務；年僅八歲的綺綺貼心又懂事，知道媽媽在上班很辛苦，總是不吵也不鬧；只是有時候，她會抱怨肚子疼。經過觀察，護理師發現應為長時間躺在床上，沒有適當活動，造成腸蠕動功能較差才時常腹痛，於是她們發揮巧思，將使用過的塑膠瓶裝滿水，又把廢棄的牛皮紙袋捲成圈，精心設計了套圈圈遊戲，讓綺綺能邊玩耍邊運動。同時，也約定好，只要有下床走動，就要做蛋糕給她吃；吃完蛋糕的綺綺也很懂得感恩，守在門口要親自送出自己畫的卡片。

每天，綺綺都會期待護理師的出現，常常在想：「姊姊今天會幫我綁什麼髮型呢？會陪我玩什麼遊戲呢？」媽媽感恩地表示：「這段時間醫護團隊幫了很大的忙，我不太會陪她玩，頂多聊聊天；可是護理師都很用心，經常準備小點心、禮物給她。綺綺十二歲的哥哥住在其他醫院，知道了以後一直嚷著說要轉院來慈濟；而且那天護理師進來幫我們篩檢，綺綺還一直



護理師陪玩套圈圈遊戲，促進小病人綺綺多運動。圖／臺北慈院提供





許願CT值低一點，想要繼續住下來。」可愛的舉動讓媽媽好氣又好笑。

帶領臥床的長者做復健、陪伴孤單的患者聊聊天、花心思為小病人創造驚喜，視其需求用心付出、關懷每個病人，護理團隊盡己所能的多做一點點，希望用愛在病苦的回憶裡加滿糖，也為本是寂寥的病房添一絲溫暖。

為小壽星慶生 收服孩子心

拿出玩具、故事書跟小蛋糕，專責病房江曉貞、梁贏心兩位護理師大聲唱起生日快樂歌，平常看到護理師姊姊就會哭的皓皓在爸爸鼓勵下，怯生生地拿過動物磁鐵遊戲書，玩起遊戲來。

皓皓的爸爸媽媽、爺爺奶奶六月初相繼確診，一家人帶著皓皓跟雙胞胎哥哥在土城的醫院治療，並在六月中旬返家隔離。七月三日，皓皓發燒到三十八度，被帶到住家附近的醫院採檢，CT值三十三；原本要被送到臺北慈院負責的加強版集中檢疫所，但因高燒不退，改送醫院專責病房，由爸爸許先生陪伴照顧。

「請問一下，這個病房是只進不出嗎？能送東西進來嗎？弟弟後天要生日了，他媽媽想給他送個蛋糕。」當天晚上，專責病房的聯絡群組上收到許先生的訊息。原來，七月七日就是皓皓的兩歲生日，知道這件事情後，何佩柔護理長與社服室吳芳茜主任聯繫，著手討論慶生事宜，最後，她們



七月七日，專責病房江曉貞護理師、梁贏心護理師為兩歲的小壽星皓皓慶生。

決定由社工師採買禮物、營養師製作美味果汁、護理師到病房為孩子慶生。

「哈囉！我們來送生日禮物囉，幫你唱歌好不好呀？」進到病房裡，江曉貞護理師大聲地跟這對父子打招呼。怕生的皓皓緊張地抱住爸爸，把頭埋到爸爸懷中。但護理師沒有因此退卻，她們把禮物一個個拿出來，逗著皓皓玩：「你看，這是你的生日蛋糕耶，還有好好喝的果汁跟巧克力唷！」又害羞又好奇，皓皓從爸爸的懷裡偷偷看了一下護理師，最後，好奇心戰勝怕生的心理，他伸出小手，願意跟護理師互動了。

看到兒子跟護理師的良好互動，許先生相當感謝，「在家時，我們原本就想買蛋糕給孩子慶生，但突然要被隔離，只能詢問能不能讓媽媽送蛋糕來；想不到醫院很幫忙，滿意外的，很謝謝護理師。」他說在這裡的病房心情很輕鬆，有需要時護理師也會馬上協助，讓他自在很多。

雖然才住院兩天，但皓皓已經退了燒，採檢也是陰性，沒意外的話，只要等解隔日子來臨，而護理團隊的貼心舉動讓原本煩悶的住院生活多了許多溫暖。就像梁贏心護理師說的：「小朋友長大不一定記得，但對家長來說一定是個難忘的經驗。」江曉貞護理師也分享：「住院期間沒辦法回家慶祝，對爸爸媽媽和小朋友都是個遺憾，我們能用慶生彌補遺憾，還滿開心的。」

笑著揮揮手，皓皓小小聲的「bye-bye」讓大家露出笑容。看來，這份生日禮物成功拉攏小壽星的心，之後，應該不會像之前一樣，看到護理師姊姊就要哭了吧！

不捨與關懷 視病猶親的愛

二十七歲的葉先生因為早產的緣故，患有先天的智能障礙和身心科疾病，二〇一二年開始洗腎，二〇一六年入住康復之家。今年五月底，康復之家發生群聚感染，他出現發燒、咳嗽、喉嚨痛等症狀，原本就需要洗腎的他，在二十二日洗了最後一次的腎之後，就礙於疫情無人願意幫他洗腎了。病況不佳，五月二十七日被送到臺北慈院急診室。

葉先生被送到專責病房，除了肺炎



護理人員為身心障礙者葉先生洗腎、照護。圖／臺北慈院提供



治療，透析中心的照護團隊亦將移動式洗腎機帶到病房為他洗腎，但病情未見好轉，護理人員聯繫不到家人，經社工師協助詢問康復之家，方知葉先生的媽媽早逝，爸爸經濟堪慮，主要決策者都是他的姑姑，但原本每半年會去康復之家看他一次的姑姑，這次已經隔了半年多沒過去了。

後經劉思伶社工師通報社會局協尋，拿到病人叔叔的聯絡方式。無奈的是，對方一點都不想積極處理，總是以「我不知道」、「我不清楚」含糊帶過；跟他要葉爸爸的電話，他也是敷衍地回答：「他爸爸重聽，而且都在喝酒，沒辦法處理啦，我們是不可能把小孩接回家的。」

幾番溝通無果，劉思伶社工師改以較強硬的態度告訴他們：「病人的狀況真的比較緊急，他畢竟還是你們的家人，你們不能這樣放著不管！」這

番話動搖了病人叔叔，提供了葉爸爸的聯絡方式，可是重聽的葉爸爸總是聽不到電話鈴聲，劉思伶社工師又費了一番功夫，最後透過簡訊，到了六月初才終於跟對方取得聯繫。

六月二十三日那天，葉先生再度因嚴重肺炎出現發燒、呼吸喘的情形，醫療處置後，翌日轉至加護病房使用高濃度氧氣，二十七日則因呼吸窘迫插管，所幸病況獲得控制，七月一日平安拔管，二日轉回專責病房休養。

住院的這段期間，透析中心的黃瑞玲護理長看到跟自己兒子同齡的患者長期受到病苦折磨，無法擁有正常生活，非常不捨，因此經常到病房與他談心，把他當自己的孩子般照顧。七月五日，她注意到葉先生因長期住院，都沒有清潔身體，主動撥出時間，換上兔寶寶防護裝，到專責病房協助他沐浴。

「這孩子從小生病，住在康復之家，智商停留在中小學階段，聊天過程中發現他喜歡皮卡丘、遊戲王等漫畫，這些也都是我兒子小時候喜歡的東西，但他什麼都沒有。」黃瑞玲護理長希望為他多做一點。

葉爸爸提到，接到醫療團隊電話時相當擔心，兒子的病情竟如此嚴重，但疫情管制沒辦法來醫院，都用電話聯絡，七月八日終於平安出院，真的很感恩。葉先生將再度回到康復之家休養，抱著不捨的心祝福，黃瑞玲護理長說日後定要前去探望關懷。



黃瑞玲護理長主動撥出時間到病房協助葉先生沐浴。圖／臺北慈院提供

防疫功成不居 志工揮汗護持

疫情期間，慈濟志工依然透過各種形式參與守護醫院的防疫任務。二〇二〇年二月，在感染管制中心、工務室及慈濟志工的協助下，臺北慈院在短短三天內，於急診外部搭建起戶外檢疫站，取代原有的室內發燒篩檢站，以防堵疫情進入醫院，造成院內感染；一年半後，戶外檢疫站的階段性任務

完成，二〇二一年七月十日，志工們不畏烈日再次動員，執行拆除工程，趙有誠院長帶領院部主管前往感恩志工團隊的辛勤付出。

原先的檢疫站屬帳棚式，考量長期使用，將重新規畫興建一個更寬敞、堅固的檢疫站，故先將其拆除，秉著愛惜物命的心，志工們小心卸下、細細收納每一項建材，日後還可以於他處利用。志工慈誠隊黎逢時大隊長指



七月十日，三十六位北區志工不畏烈日執行戶外檢疫站拆除工程，合力卸下並仔細收納每一項建材。圖／人文室提供



出，「此次動員了三十六位北區志工，慈濟人就是這麼團結、合和互協，即使在疫情期間只要有需要還是一呼百應，用愛守護各志業體；雖然篩檢站的任務告一個段落，大家仍要好好戒慎虔誠，做好防疫工作。」

戴上工程帽、攀上 A 型梯，卸下帆布、拆解支架、搬運建材……眾人合作無間。汗水浸濕了大家的衣衫，卻沒有減弱志工們的熱情，直道：「不辛苦不辛苦，上人說能夠付出是幸福！」慈濟人的熱情能抵禦火傘高張；擔心志工因忙於工作不慎中暑，急診醫護貼心送上冰涼的運動飲料，用行動表達感謝。

感恩慈濟志工隊不論盛暑祁寒的愛

心護持及無私奉獻，臺北慈院將用愛回饋愛，繼續堅守崗位照護每位來院大德。

跟病房一起畢業的病人

三十四歲的陳先生平日飲食沒有節制，加上抽菸、喝酒等習慣，年紀輕輕即患有心臟疾病。六月初他到位於三峽的醫院做心導管手術，孰料返家後，竟從新聞報導看到自己住院的樓層爆發群聚感染。經採檢，一家四口都確診，太太被送到亞東醫院，他跟兩個國中的孩子來到臺北慈院承接的加強型集中檢疫所。

六月十九日，剛到檢疫所的陳先生出現胸悶症狀，考量他才做完心導管，



護理師為近期動過心導管手術的確診病人陳先生量測心電圖。圖／臺北慈院提供

照護團隊將之後送至醫院的專責病房觀察。李麗珠護理長表示，病房科技進步，護理人員可以透過監視錄影器與 LINE 第一時間知道病人的異常狀況，即時關心。「陳先生經常在半夜、清晨覺得胸悶，雖然醫療團隊會第一時間著裝進病房，但最快也要耗費十分鐘，無法記錄心臟不適當下的心電圖。所以團隊教他，只要一不舒服，就按下心電圖的列印鍵，等到列印完再拍照傳回來，由醫師判讀。」護病合作下，順利讓陳先生度過最不舒服的住院日子。

「我要熱水！」「我晚上想加一份餐。」「可以給我指甲刀嗎？」不管什麼樣的需求，護理團隊總是盡力幫忙，需要時，也會請社工師、營養師協助，一點一滴的關心讓陳先生非常感恩。七月十三日出院時感動地表示：「可以出院真的很開心，這都是醫師跟護理師的功勞，每次只要我不舒服，他們都會衝第一來關心，有你們真好，真的謝謝！」陳先生也提到，知道家人染疫的時候，自己心裡曾有埋怨，但這段時間在護理師的陪伴下已經轉念了，認為「誰都不希望發生這種事，這也沒什麼」，而這一切，都要歸功陪在身邊，讓他不害怕、關心他的醫護團隊！

隨著確診人數下降，院內的專責病房逐漸縮減，從高峰期的五間減低為兩間，而陳先生出院的這一天，恰好也是 12B 專責病房卸下任務的日子。

回憶這些日子，李麗珠護理長感恩說道，五月二十日，她負責的胃腸肝膽科病房轉為專責病房，大家一步一腳印，跟著重症專家、感控專家學習，雖然壓力很大，過去一年的急救數量加起來也沒有這一個多月來的多，但是，這就是護理的使命。「感恩院部主管，感恩我的團隊成員，也感恩每



七月十三日陳先生出院，與專責病房一起「畢業」，李麗珠護理長送上祝福禮。圖／臺北慈院提供



一位病人，因為有大家的配合和努力，我們才可以堅持下去，一起共度無常，人人平安。」

目送陳先生離開，病人眼裡的笑容成為這段時間最溫暖的回憶。未來，這個團隊將會轉戰社區的疫苗接種服務，繼續為鄰里鄉親服務。

陪伴與傾聽 心靈特效藥

「謝謝林醫師、謝謝護理長和護理人員，讓我在這段時間裡，不只有身體的照顧，內心的不安也被安撫，能在這裡治療真的很幸運，沒有你們我不可能這麼快復原。」笑著和醫護人員合照，出院的喜悅在呂女士臉上表露無疑，而這樣的笑容，令人很難想像住院期間的她，一度焦慮到需要被關懷。

弟弟確診後，五十歲的呂女士也在六月二十五日收到通知，前往臺北慈院承接的加強型集中檢疫所，但因為咳嗽、喘得嚴重後送回院。主治林冠宏醫師說明，病人來院時相當虛弱，合併腸胃道症狀，第四、五天時開始發燒，因此除了藥物，也給予症狀治療，然而，七月六日出現藥物過敏，全身起大量紅疹，繼而停藥觀察。

有一天，護理人員接到呂女士隔壁房的病人抱怨，對方表示隔壁的房間半夜很吵，害他無法入眠。大夜班的護理師也說，從監視器畫面看到呂女士的行為有所異常，不是走來走去，就是在床上膜拜，甚至時而大哭、時



呂女士病中身心壓力難以負荷，陳蓁蓁專師進入病房傾聽關懷，大大的擁抱傳遞溫暖的撫慰與希望。攝影／范宇宏

而自言自語，應該前往關懷。於是，賴昱伶護理長和陳蓁蓁專師相繼前往病房了解背後原因。

陳蓁蓁專師說道：「進去病房時她蜷縮在床上，就像一個走失的小動物，非常孤單、害怕，所以我給她一個大大的擁抱，給她安全感。」這個擁抱，讓呂女士如山大的壓力瞬間崩塌，放聲大哭。原來，長年吃素的她雖然在佛教醫院住院，但口味吃不習慣又不

好意思說，所以經常將飯菜剩下來，這對一向愛惜食物的她來說是個相當大的心理負擔，加上對新冠肺炎預後的不確定感、突然紅疹的擔憂、家人確診的恐懼，件件事情的累積，她幾乎無法負荷。此外，還有一個更關鍵的原因……

呂女士哭著告訴專師，有個朋友常常打電話關心她，但只要聽到她有症狀，朋友就會跟她說：「妳業障太重，冤親債主要找妳索命，而且臺灣死亡率很高，妳就快死了，所以妳要懺悔，不然黑白無常會來抓妳……」愈聽愈害怕，開始胡思亂想，變得好緊張，壓力通通放在心底，不知道如何是好。可是現在，她被這個溫暖的懷抱抱著，對方輕輕搖著、晃著，彷彿漸漸撫平了那些煩人的心緒……

呂女士分享那時的心情：「我好害怕，她抱著我的時候我想跟她說『我有病毒妳怎麼敢抱我』，我覺得好對不起她。但她什麼都沒說，只一直跟我說『妳已經很好了、妳已經很好了』……那時我覺得好像被了解、被安慰了，終於有人知道我心裡的苦！」

傾聽是最好的特效藥，連日來的壓力終於有了宣洩出口，翌日，賴昱伶護理長前往關懷時，亦跟她分享：「上人說人生在世就是有因緣要了，所以我們要用歡喜的心去把這個因緣了掉。」此外，醫護團隊也透過社群軟體，傳了一篇篇上人開示文章給她，並照會身心醫學科、營養科為病人診

治、調整飲食，透過藥物服用、每日運動、日記書寫、正向思考，呂女士終於換得好眠，症狀得以控制。

七月十六日，呂女士達到解隔標準，出院前，她表達對醫護的深深感恩：「朋友的話給我很大的壓力，但看了上人的法語後，我很安定，不再害怕。謝謝醫師在我焦慮緊張的時候很有耐心，謝謝護理人員對我的關懷，因為你們的態度讓我覺得被照顧、被支持，真的好感謝。」

不只照顧身體，也關懷病人的心，願用愛與關懷陪伴確診者走過人生低潮，醫護團隊祝福呂女士，重新拾回勇氣，面對精采人生。





【大林】 守護的溫度

當醫院在去年進行第二梯次徵詢專責病房人力時，服務於 11A 病房的護理師廖涵如沒想到，消息一發出，幾位同事竟然爭著想去，在名額有限的情況下，改成抽籤決定「抽中的人才有」，讓大家始料未及。

「這是個新型疾病，走到最前線，我才能學習不同疾病的照護。」慈科大畢業的廖涵如與大家一樣，該想的、擔心的一樣少不了，唯一不同的是，



守護病人也愛護同事的廖涵如護理師。圖／楊家嘉提供



細心的廖涵如護理師，善用抽屜做分類，改善作業動線更為簡單、順暢。攝影／江珮如

父母親得知後並沒有反對，反而是尊重女兒的決定。

她前陣子趁著可以回家的時間，與同事順路去探望哥哥，沒想到哥哥還不知情，她與侄子玩得正開心時，哥哥突然聽到妹妹在專責病房工作的事，驚訝大叫妻子，並詢問是否知道此事，隨後二人對望了幾秒，便開始對妹妹「嚴刑拷打」，即使有著再多不捨與擔憂，最終還是告訴她「家人都支持妳，而且以妳為榮」。

向來謹言慎行的廖涵如，其實一開始就知道家人不會反對，在工作上她總是如履如臨，不讓家人為她操心，這也是從父親生了一場大病之後開始。因為腦出血開刀後，父親的視神經萎縮，雙眼都看不見，一側偏癱，日常生活都由母親一手照料，所以即使遇上任何困難，身為女兒的，就是想辦法不讓他們擔心。

細心用在每一處

隨著嚴峻的疫情發展，專責病房的收治數不斷上升，在面對每位病人不同的複雜狀況、症狀之下，若沒有膽大心細，將會在工作上出現不少麻煩。

有時候，病人狀況差又要轉加護病房，可能沒多久又要再接新病人，除此之外，電腦異常問題、沒有延長線、設置檢體量不夠等，諸如此類的大小問題都要自己打電話聯絡相關單位處理，所以說，「要進去病房前就得先想好所要帶的東西，事情要怎麼做比較順，還有要進這一間病房要做什麼事情，都要先想過，不然可能進去後又缺東缺西，又要脫了隔離衣後出來，然後又得再換上乾淨的一件，加上戴著手套，因為手感不好，隔離衣背後的結變得很難打，時間上就會耗比較久。」有了幾次經驗，照護團隊集思廣益發展出固定的「菜單」，把所有

醫療用相關備品成套備妥，一次帶齊，以避免發生遺漏物品而往返穿脫隔離衣的窘境。

此外，針對病房空間的濕度溫度、跳電、床頭燈不亮等狀況，專責病房的護理同仁也得發揮十八般武藝，學會「維修」。有一次護理師們還自掏腰包買了工具幫忙修馬桶。還有一次因為滿床，一位病人臨時轉到加護病房，一張空床等著接新病人，臨時只能自己動手趕緊清理，大夥就在一邊詢問清潔人員如何執行標準化作業之下，順利完成任務。

心思細膩的廖涵如也是大家所公認的創意點子王，在熟悉環境之後，她開始發想及著手改善，像是手套的位置擺放，放在哪裡可以方便補貨，大家也不用走太遠，並且善用抽屜做分類，讓整個動線更為簡單、順暢。

又像是在入口處設置一個小白板，大家進去出來後，可以趁著印象還深



工作車上的備品清單和爽身粉，都是廖涵如護理師為夥伴所預備的貼心之舉。圖／楊家嘉提供



刻時，把交班的事情即時寫下來，例如病人的水還剩幾瓶、需求、耗材、病人打的點滴還剩下多少，讓接班的人可以清楚看到病人還需要什麼，進去之前還要備上什麼物品等等。還會貼心用小紙條貼在傳送箱，「小叮嚀」讓下一班同仁可以看到，哪一床的病人今天要做什麼檢查，不僅減少同仁的驚慌感，更幫大家將工作化繁為簡，同時又能順暢、減少風險，腦袋也不用記下那麼多事情。

此外，由於工作中手套要戴上二層，第一層手套戴上、用酒精清潔消毒，隨後再戴上第二層，但因為乾澀，手套變得不好戴且容易破損，廖涵如就自掏腰包買了爽身粉及小盤子，讓每臺工作車上都有，方便同仁使用。

無所求的付出 只為病人最美笑容

涵如與專責病房的夥伴們，對於照顧病人都是盡心盡力的付出。一對確診老夫婦因為不會使用智慧型手機，平時與家人聯繫就都透過護理站的電話，再由護理同仁幫忙轉達。某一天大家幫忙打了電話，開了視訊，一解思念之苦的阿公，一直介紹「這是我兒子啦」、「這我媳婦、這是我金孫，雙胞胎喔……。」廖涵如看見阿公眼角有淚水，可見他有多麼想念他的家人，所以在看到影像時真情流露，後續也答應阿公，只要想和家人說說話，就會幫他打視訊電話。



專責病房裡的護理同仁總是竭盡所能回應病人的需要。圖／楊家嘉提供

阿公一開始因為氧氣濃度不夠而住進加護病房，當時一起入院的阿嬤雙耳重聽，一個人關在病房裡很擔心，情急之下打開病房門走出來，護理同仁趕緊將阿嬤請回病房裡，並告訴她：「別怕，我們一直都在外面守護妳。」並在得知情況後，讓阿嬤隨時了解阿公最新治療狀況，等到可以轉到專責病房時，將阿公安排同室，讓阿嬤安心地繼續留在病房治療。

若是病人錯過了訂餐時間，護理師們會把中午沒吃的飯加熱後給他們吃；有時也把早餐留給病人當點心；偶爾也為等待救護車載回家的出院病人捐出自己中午尚未開動的便當。廖涵如說，「大家總是想，把病人先顧好再說，自己就算吃泡麵都不要緊，只要病人吃得開心，有助病情，那一切就都值得了。」

暖心食坊銅板蔬食 人文室推素

大林慈院同仁每日的午餐、晚餐，得以享用到便宜又美味的蔬食餐盒，幕後重要推手就是人文室。有感「外出奔波買菜增加感染風險」、「忙碌下班後還要趕著準備全家大小的晚餐」……於是，人文室夥伴全體動員，發揮小蟻雄兵的團結力，成就了三級疫情期間的暖心食坊。

人文室主任葉璧禎說明發起的源由，是內科部曾國枝主任「在疫情嚴峻期間，因了解第一線醫護的辛勞與需求，主動與臺大豹抱隊的好朋友聯繫，從五月底開始，持續十多天送免費愛心便當給第一線同仁吃。」葉主任隨後主動與院長、主祕表示推素的決心，

同時想著如何才能讓忙碌的醫護可以吃到好吃的餐點，舒緩在防疫期間的身心壓力，同時還能攝取充足營養。在院長室主管的大力支持下，補貼每份餐點四十元，同仁只要自付三十元，即能享用到銅板價的美食。

「因擔憂群聚問題，所以不敢請志工提供餐點。」人文室同仁曾雅雯，開始針對以前吃過的蔬食店家找起，她說：「一開始找商家談菜色，也提供一些參考照片，主要每道菜的量不用多，但能夠盡量讓菜色多樣化，均衡飲食，就像每天吃媽媽煮的家常菜，怎麼吃都美味。」

「因為疫情影響，不少商家都受到衝擊，若能夠合作，也算是幫忙經濟紓困。」不知來回打了幾次電話，不



疫情期間，大林慈院人文室花心思為院內同仁張羅訂購每日午、晚餐的蔬食便當。圖／人文室提供



用心推素也兼顧營養和美味的菜色大獲好評。圖／人文室提供

斷與商家溝通，曾雅雯終於找到了有願意合作，甚至不計成本的好商家，除了菜色變化又兼具美味，她更在意源頭的衛生品質，疫情期間，全部以最高規格的品管做為把關，一切都是為了讓同仁吃得開心、安心。

當一切談妥之後，人文室同仁陳柔穎幫忙整理與統計每天的午餐、晚餐訂購人數。桌上厚厚一疊購單、二臺電腦、二支手機，每天接近中午時間，電話、手機鈴聲響不停，沒停過的雙手正在更新訂單，一會兒左手邊的電話又響起，擔心自己忙到忘記去大門口拿便當，所以手機設了三個拿便當時段的鬧鐘提醒，包含要託交通車送去嘉義慈濟診所的份。

時間接近十一點鐘，手機響起商家電話「午餐已到達」，人文室全體夥伴默契十足，有的人去推車，有的則是趕往門口取貨，被堆疊成一座小山的餐盒，在大家的「護送下」往人文室前進，就見迎面而來的取餐人潮淹沒了走道，好不容易突破重圍，甫上桌的餐盒一掃而空，走道上仍留著另

一波等待取餐的同仁，以及人文室同仁身上的汗水。

「大家稍候，等一下還有唷！」人文室同仁黃慧蓉拉大嗓門播報，隨即電話聲又響起，商家到大門口了，人文室夥伴們再度推車趕往門口取餐，這一次蜂擁而上的人潮，在大家發揮千手觀音的功力下，再次順利完成任務，這也是人文室的日常。

「人人都吃素，新冠就止步，疫情就結束！」葉璧禎主任與人文室同仁，期盼大家一同加入蔬食行列，一起茹素救地球，回歸身心靈的平安與健康！

悲欣圓滿在清零這一天

這天專責病房的最後一位病人要出院了。這應該是詠媛和茜羽，近期最後一次穿兔寶寶防護裝走進隔離病房了。

回想起五月二十一日是團隊臨危受命進入專責病房的日子，轉眼來到七月十四日。護理站內湧現著如釋重負、能幫助病人而快樂，以及工作夥伴即將暫別的淡淡不捨氣氛。

六十三歲的阿姨，五月二十七日就從臺北來到嘉義。長時間的臥床、插管治療，盡力救治的醫療團隊擔心她是否撐得下去。家人耐心期盼的「奇蹟」出現，阿姨在七月二日從加護病房轉到防疫病房，在梳剪紛亂的頭髮時，才發現腦後有兩處掉髮。

阿姨總算熬到能出院的日子，要讓她好看體面的出院才行。護理夥伴商量後，特地為她買了頂造型帽戴上，希望阿姨會喜歡。

「阿姨，妳在加護病房待了快兩個月，今天能順利出院，真的很為妳開心喔，祝福妳早日回到正常的生活！」詠媛向阿姨仔細地叮嚀如何保持健康，然後，拿出臨別的禮物為阿姨戴上。嗯，真的很好看呢！阿姨的眼眶瞬間紅了起來，豆子般大的眼淚滴個不停。

「妳們對我這麼好，真的是天使、是菩薩。我的命都是妳們救的。沒有妳們我真的活不下來。」阿姨說邊哭邊說。詠媛和茜羽輕撫著她，想到阿姨這陣子治療的辛苦，也忍不住跟著哭不停。

「但是，真的很對不起妳們。」阿姨說著。其實，雖然她在十多天前因為病情好轉而來到 12B 的專責病房，但是下床跨不到兩步就幾乎要跌倒，傍晚要洗澡時，得要護理夥伴幫忙攙扶，只能在浴室裡坐著洗。護理夥伴很擔心阿姨是否真能順利出院。

「拜託，妳們不要理我！」起初阿姨幾乎每天都板著臉，動不動就生氣。



七月十四日，大林慈院專責病房的護理站送走最後一位病人，護理團隊一鞠躬感恩所有協助的夥伴。圖／12B 專責病房提供

她的家人很擔心，常常問著病情、何時才能出院。詠媛她們知道，因為阿姨對自己的情況很惶恐，而凡事得要一直麻煩護理夥伴，覺得自己很無助、很沒用，情緒不好總是難免的。在病房團隊的努力下，虛弱的她總算朝好轉的方向前進。

上午十點多，詠媛和茜羽牽起阿姨



的手，緩緩走出病室，來到護理站前的玻璃窗前。病人、護理夥伴，彼此用力的揮舞著雙手。「阿姨加油！一定要幸福快樂！」

醫到深處情更濃

為了搶命，病房團隊無不全力以赴。「來的病人幾乎都很快地需要插管治療，醫護團隊難免人心惶惶，甚至有呼吸治療師因承受壓力過大而哭泣。」

胸腔內科陳信均醫師進入加護病房支援四天中，每天僅能休息四個小時，他帶著大家查房，仔細地說明面對病人的症狀該如何處置。其實，在勇於面對與掌握狀況後，團隊的心情穩定下來。

呼吸治療師慢慢地，能主動從病人身上發現和過去肺炎表現的不同，在這樣的過程中找回專業的自信與表現。陳信均說，彼此本來就是相互合作，能在疫情威脅中攜手合作，重症醫師能發揮安定人心的能量。

陳醫師的另一半好甄在家務與帶小孩中，用自己的方式來應援醫療團隊。有學弟、學妹忙著醫療，下班後根本沒時間買防疫用品，好甄蒐集資訊，幫忙找口罩、買酒精，讓大家無後顧之憂。

而這一波疫情猛然來襲，收治病人數量暴增，負責專責病房第一線照顧的護理師，臉上因長時間戴 N95 口罩被烙上又深又紅的壓痕。好甄和另一

位曾在大林慈院加護病房服務的老同事，聯手找廠商洽談，一口氣買了兩百多片尺寸俱全的人工皮，送進急診、專責病房、加護病房，讓學弟、學妹先在鼻梁和臉頰貼上人工皮，再配戴 N95 口罩與防護裝備。總算讓大家臉上縱然仍留下辛苦抗議的印記，但不再變紅轉深，甚而造成壓瘡。即使不在醫療的崗位上，好甄依然能以不同的角色來奉獻力量。

新生代醫師就定位 勇於接受挑戰

「莫名的恐懼或害怕，並不能改變什麼。」在進病房的第一天，賴俊良副院長就在視訊會議中向後輩鄭穎脩醫師分享這句話，讓她鼓起勇氣，「這是這個時代的命運，各國家地區已經用一年時間、很多的生命，告訴我們很多資訊，而且我們也打了疫苗，當初主治醫師都是在還沒有疫苗的情況



新生代鄭穎脩醫師化解壓力成助力，加入救治確診病人的行列。圖／大林慈院提供

下就上戰場的，相對我們已經幸運很多了。」

經過一天的觀察和熟悉環境，鄭醫師發現，因為工作忙碌，護理、感控和護理督導都只能專注於自己手邊的工作，缺乏一個將所有事情整合起來的人，與其一直抱怨為什麼沒有人做，她決定不如自己來做。

「我來做這件事情！」第二天開始，她就把自己定位成來統整這些事情的人，例如緊急狀況發生時動線如何規畫？需要哪些東西？是否備齊了？因為病人愈來愈多，設備、醫材都要齊備，唯有充足的準備和足夠的照護人力，才能讓護理同仁有時間好好休息、好好吃飯，以免因為太累而沒有辦法注意到安全問題，這個團隊的防火牆才牢固。夥伴的共同努力更是不可或缺，「很感謝病房的護理人員，也很感謝陳香伶督導，她是我們的哆啦A夢、阿拉丁，還有現在上病房支援的主治醫師們。」

「今天要出院了，回去還是要注意哦！如果有不舒服的情形，還是要就醫哦！」急診部李垂樑醫師在 12B 專責病房的護理站，透過通訊軟體與當天要出院的患者通話，叮嚀出院後的注意事項，病人趁機也感謝醫療團隊這段時間的照顧。

六月中旬進入專責病房照顧病人的李垂樑說，在病房與病人接觸的時間不多，主要是在早上採檢的時候，看看病人的情況如何，會和他們聊一下，



李垂樑醫師六月甫升任急診主治醫師，旋即加入專責病房團隊。圖／12B 專責病房提供

問問病人的狀況，告訴他們接下來要做什么事情，如果採檢的 CT 值不夠高，就往這個方向努力，如果有症狀，就會說明目前使用的藥物，還有抽血報告如何？有沒有改善或變差等治療方向。「讓病人在住院期間比較有目標，有期待，畢竟一直被關在病房中，不知道發生什麼事情，心情會比較煩雜。」

李垂樑醫師自慈大醫學系九七級畢業，在花蓮慈院接受兩年 PGY 加外科

訓練，後於大林慈院接受外科及急診住院醫師訓練，今年六月甫升任急診主治醫師，隨即進入專責病房服務。

「風險就是被染疫，但我已打第二劑疫苗了。」他認為，疫情是意外，無法預期，意外發生就是去面對，唯有把握當下。新生代醫師勇敢承擔、投身抗疫前線，與團隊一同用專業付出。

向呼吸治療師致敬

五月二十一日大林慈院內科加護病房新冠肺炎專責病房剛剛開設，第一個病人送到醫院後，很快就面臨插管，呼吸治療師團隊也開始進駐內科加護病房專責病房。

呼吸治療師張智浩在 MI 專責病房收治第一個由檢疫所轉來、急需插管的新冠肺炎病人時，正好值班，雖然早就預期會收治病人，但沒想到「敵人一下子就打到門口了！」他向主管陳秀華報告後，隨即著裝進入病房協助插管。



智浩雖然之前有先詢問北部同學的處理經驗，但問到的和實際面對的情況還是不一樣，當時是晚上九點多，病人由檢疫所送來，因為狀況很差，很快就進入到需要插管的階段，由於病人有躁動的情況，加上體型和生理結構等問題，屬於困難插管的個案，大家花了很多的時間處理，因為急於搶救，氣氛十分緊張，在層層的防護



呼吸治療師的專業領域包括氧氣治療、呼吸器的儀器操作及病人照護。攝影／黃小娟

裝備下，視線不佳，過程中也發生了一些狀況，所幸終於能及時完成插管。

由於第一次插管就碰到困難個案，事後團隊據此進行設備精進及防護裝備與流程改善調整，例如在專責病房的著裝有眼罩、護目鏡，還有全套的防護裝備，和平時不同，工作流程也會有所不同，因此在專責病房的二個星期中，大家依據實際情況適時修改，讓後續接手的同仁能有所參考、依循。

在第一梯次三位同仁進駐專責病房後，隨著個案愈來愈多，病人的數據太多，同仁在病房內無法使用電腦做紀錄，沒辦法就自己想辦法，一開始同仁「搶」病房護理電腦做紀錄，後來秀華組長趕快將單位的平板電腦交給在專責病房的同仁使用，讓他們可以隨時記錄相關數據。秀華很欣慰地說，呼吸治療師夥伴們很團結，只要專責病房裡面的三位同仁有問題時，大家都會留下來幫忙，有時會留到晚上六、七點，甚至十點，慢慢解決困難。

主管媽媽心 照顧兩個家

新冠肺炎疫情發生，胸腔內科首當其衝，同仁心情都很悶，壓力很大，秀華身為主管，壓力更大，因為第一梯同仁在病房中遇到許多問題，留在外面的秀華看不到病房裡面的狀況，心急想要幫助，卻有使不上力的感覺，還有同仁面臨工作和家庭的壓力，亟需協助，幾經考慮，秀華決定進入 MI

專責病房，協助解決病房內的工作問題，也緩解同仁的壓力。

事先和家人商量進入專責病房的決定時，小孩說，「媽媽沒關係，妳就去吧！反正妳晚上都在用平板，都沒在理我們。」秀華笑言，在家也常忙著處理醫院的工作，還有蒐集資料，和其他同業交流等。第一個病人送來時，秀華人不在醫院，卻仍持續關心，雖然不是衝第一個，但是要在幕後把所有人安排好，讓他們能安心。所幸在醫工組工作的先生李忠賢十分體諒與支持，讓她可以沒有後顧之憂。只有把兩邊都安頓好，小孩的心也照顧



大林慈院胸腔內科呼吸治療組陳秀華組長進入專責病房照顧病人，分擔同仁的壓力。圖／胸腔內科呼吸治療組提供



好，然後就可以無後顧之憂地去照顧工作上的夥伴。

秀華說，「照顧病人不會有壓力，我非常開心，因為我也想要分擔同仁的壓力，幫助同仁，也幫助病人。能看到他們開朗起來，順利出院，這也是工作的成就感。」

第一天進專責病房時，和秀華交接的智浩原本八點就可以下班，但他貼心地留下來幫秀華穿好防護裝備，才放心送她進病房。原本智浩擔心學姊第一次進專責病房，會像他們一樣遇到許多問題，因此特地留下來，想等她出來，結果等到十二點半秀華都還



呼吸治療師張智浩感恩有團隊相互幫忙。圖／胸腔內科呼吸治療組提供

沒有出來，才不得不離開。秀華覺得不好意思，但又很感動，「同仁這麼貼心關懷，照顧學姊，就像一個孩子在回饋妳的感覺，那種感動是無價的，可以安撫平常生活中的挫折，等到病人需要妳的時候，很多困難就會被忘記。」

秀華稱讚智浩表現沉穩，智浩分享，「碰到就碰到，還是得做。」大家防護裝備都穿得滿好的，要進去之前還會互相檢查確認，相信自己的團隊、相信自己的夥伴，進到病房後也會和護理師建立團隊默契，互相幫忙。

智浩三年多前大學畢業後就從臺北來到大林慈院工作，臺北的家人會擔心他要照顧確診的病人，但智浩反而更擔心在臺北的家人會被感染，因為當時臺北每天都增加幾百個病例，屬於重災區，因此他反而會叮嚀家人不要隨便出門，為了讓家人安心，智浩特地將自己穿整套防護衣的照片傳給家人看，「我上班都包成這樣，密不透風，保護措施做得很好。」

用心陪伴病人

因為分艙分流，在人力的考量下，十九位呼吸治療師加上搭配降載計畫只能擠出三個人進專責病房，分為日夜兩班輪流進入病房照顧病人。秀華說，送到 12B 專責病房的病人，如果經醫師判斷有氧氣不足的情況，就會轉到加護病房集中照護。

秀華曾幫一位 12B 病房下來的阿嬤

裝 HFNC 氧氣設備，病人本身有些焦慮，秀華感受到病人的心靈需要照顧，因此過程中一直和她聊天，在裝置儀器之前關心她：「阿嬤，還好嗎？您不用擔心。等等幫您戴上這個設備，會有一股氣流支持，會讓您呼吸比較舒服哦！」病人從很焦慮的狀態，在慢慢陪伴中，終於有了笑容，也讓秀華感受到成就感。

還有一位拔管的年輕男性，秀華在進到病房前，得知他有點焦慮，因為兩人年紀相近，秀華先和他握個手，幫「同學」加油打氣，讓病人很感動。在聊天過程中得知，單親家庭長大的他，一直和媽媽相依為命，因為他把病毒傳染給媽媽而感到很愧疚，很痛苦，忍不住哭了起來，秀華不捨地安慰，說明媽媽的狀況已經好多了，要他也趕快加油振作，媽媽才會放心。又從護理師處得知病人雖然有手機，但通訊軟體的訊息都不想讀，很憂鬱，後來秀華進到病房，完成工作後便留下來關懷，和他聊家庭、聊小孩，花比較多的時間陪伴。一段時間後，病人說起在北部的超商工作，當時是被同事傳染，等疫情緩解後，歡迎來北部找他，「喜歡什麼盡量搬！」讓秀華聽了很感動，「表示我們的服務他有滿意！」秀華開心地回憶著。

這類病人呼吸的變化都非常急速，可能一醒來就發現自己怎麼在病房裡，會有點茫然，經過一次次互動，雖然全身包得密密的，讓人看不出來是誰，

但秀華會自我介紹「我是呼吸治療師」，讓病人認識自己，除了用專業、儀器、設備之外，也用心陪伴病人，讓病人的情緒逐漸穩定。

秀華最擔心雲嘉老年人口多，就像上人說的，要把老菩薩顧好，有慢性病的老人家若是感染，很容易會被壓倒，希望疫苗施打率能提升，讓大家都平安。一直以來醫院團結抗疫，也讓她深感「大林是一個溫暖的家庭，



圖／胸腔內科呼吸治療組提供



很珍惜這樣的因緣，很感恩有上人照顧自己脆弱的心，能夠讓自己勇敢的度過每個關卡。」

新冠病毒實務網路研討會 助抗疫

由嘉義縣政府、嘉義縣衛生局指導，大林慈濟醫院主辦的「疫猶未盡」Covid-19 新冠病毒實務網路研討會，七月二十五日上午透過臉書、YOUTUBE 等網路平臺直播及世新、國聲有線電視頻道轉播，總計超過三萬人報名，四萬八千人次參與課程，醫療團隊無私分享治療疫病的經驗以及最新醫藥資訊，希望協助大家一起抗疫成功。

嘉義縣長翁章梁致詞提到，全世界對新冠肺炎有很多新的文獻與資料，

需要專業人士解讀，幫助鄉親了解，此次研討會有助於建立大家對新冠肺炎的認識，一起來面對這場抗疫持久戰。

慈濟醫療法人執行長林俊龍執行長期望透過此次研討會，讓大家了解，慈濟醫療以病人為中心的照顧，除了專業的關懷外，也關懷病人、家屬，讓他們就像回到家一樣。

擔任研討會主持人的林名男副院長指出，全民積極參與防疫，是這波疫情降級的原因之一，正確的資訊非常重要，透過研討會分享醫療專業實務經驗，值得大家參考。

大林慈院急診部李宜恭主任分享「抗原快篩運用」，他指出，防疫沒有完全安全的策略，只有比較安全的策略，包括檢驗、分流與隔離，抗原快篩的



七月二十五日大林慈院主辦的「疫猶未盡」Covid-19 新冠病毒實務網路研討會，嘉義縣長翁章梁與衛生局局長趙紋華感恩醫療團隊力抗疫情，守護雲嘉南鄉親。攝影／于劍興

特異性很高，但是敏感度跟症狀、時間有關，抗原快篩對於有症狀，尤其是症狀發生三至四天內，敏感度特別高，但對於症狀發生四天後即無症狀者，敏感度低。

「聽說打完疫苗不可以洗澡？」其實疫苗是打到體內，洗澡沒有關係。大林慈院藥學部有感於疫情期間網路訊息紛雜，特製作 Covid-19 疫苗衛教資訊懶人包，同時持續更新，提供民眾疫苗正確資訊。藥學部李紀慧主任

分享「新冠疫苗打破砂鍋壘到底」，希望大家若是看到疫苗訊息時，務必確認消息來源及正確性。同時提醒，慢性病人請找長期治療的主治醫師評估個人狀態，再決定是否施打疫苗，若有藥物過敏（含顯影劑），請將藥名提供給醫師評估。服用類固醇的病人可以施打疫苗，不需停藥。

大林慈院老年醫學科張舜欽主任分享「疫情時代下的高齡全人照護」，說明病毒影響的不只是病人的身體，疫情所導致的封閉與隔離，也讓人與人之間的連結斷裂，特別是原本就衰弱的高齡病人，可能加劇其功能衰退。因此疫情下老年人要加強健康促進，預防衰弱失能、延緩失能，提升老年飲食力、行動力、社會力、輸出力及好體力等五力的整合照護。

大林慈院胸腔內科、內科加護病房主任陳信均在之前的北病南送期間，負責照顧重症患者，他分享「COVID19 病患照護的醫療抉擇——加護病房醫師的觀點」，建議當重症病人面臨是否插管的選擇時，醫病雙方需要有充分的溝通，病人及家屬要充分了解插管或不插管所會面對的狀況，有合理的期望值，而醫護人員也要同理家屬決策的兩難，適度減輕他們的「罪惡感」。

賴寧生院長結語勉勵，透過舉辦研討會，報真導正，同時將臨床實務過程向民眾說明，讓大家安心一起來抗疫。



大林慈院急診部李宜恭主任以「抗原快篩運用」為題，說明防疫策略的運用，包括檢驗、分流與隔離。攝影／于劍興



對於坊間流傳打疫苗的各種迷思，藥學部李紀慧主任詳加釋疑，提供民眾正確資訊。攝影／于劍興



髓緣

髓緣蔬食 挺醫護

文／劉綦綦

一次髓緣，激起愛的漣漪。疫情期間，來自臺中的捐贈者姚佳伶夫妻，與在臺北開業的受贈者李捷宇分別用他們的力量邀請身旁的親朋好友一起為防疫線上的醫護人員致上最誠摯的謝意與敬意，尤其在聽聞很多醫護人員訂購便當被拒後，更是在第一時間跳出來，以自己擅長的廚藝製作蔬食便當，同時邀請愛心民眾在網路上留下最想跟醫護人員說的話，逐一抄寫在小卡片上，附在每一個餐盒上，把臺灣民眾對醫護人員支持的心意送到，也用最實質的方式填飽醫護人員的肚子，讓他們在辛苦之餘也能補充營養顧好自己的健康。

「我可以為醫護人員做些什麼事？看到他們這麼辛苦，我好心疼！」五月底一個午後，慈濟骨髓幹細胞中心接到來自臺中的捐贈者姚佳伶的來電，焦急地表達她對醫護人員在防疫線上辛苦付出的不捨。

當時正是臺灣疫情擴散的時刻，焦慮與不安的情緒在全島蔓延，醫護人員不僅投入第一線，冒著生命危險搶救病人，也站在防疫最前線篩檢進行防堵，他們辛苦流汗，下班後卻還得忍受與家人分隔甚至鄰居不待見的害怕眼光。新聞報導一位護理人員只能隔著遠距離在玻璃窗前跟自己孩子揮手落淚的畫

面讓佳伶心疼不已，想到自己在捐贈造血幹細胞的過程中了解醫護人員在生命線上搶救病人的不容易，便決定用行動來支持第一線上的防疫人員。

尤其在聽聞有餐飲店拒送醫院時，佳伶更決定和丈夫張世昕一起用他們擅長的日式料理做成便當，送到醫院以及警消單位，為他們加油打氣。只是在他們有這個想法時，慈濟醫療法人人文傳播室高專曾慶方提醒，送到慈濟醫院的便當一定要素食，於是開啟了這對年輕夫妻首善蔬食送愛的溫馨行動。

首善蔬食行動

擅長日本料理的張世昕，為了這個承諾的素便當，煩惱了好幾個晚上都睡不好，甚至還夢到醫護人員說便當不好吃而嚇醒！不過，當天上午在包便當的時候，陣陣香味四溢，這才讓他的御閣手作壽司團隊，信心大增。「抱著很感恩的心在製作，然後做每道料理時，都是充滿著感動。」他分享自己在製作蔬食料理當下的心情，「看他們（醫護）真的很辛苦，我們都幫不上什麼忙，就是希望可以為他們做一點什麼。」

姚佳伶說，本來要送便當去醫院這件事，有些親戚會質疑，會不會太危險了啊？大家都害怕去醫院，他們夫妻主動募集愛心便當，還要自己親自開車送去醫院。佳伶也很擔心這樣做會不會不恰當，會不會醫院根本不需要這些便當，送便當去只是造成醫院困擾？但當佳伶到臺中慈濟醫院，看到慈院同仁閃亮亮的眼神，她知道自己是在做一件對的

事！真的能幫醫護團隊加油打氣，表達民眾對醫護的感恩。

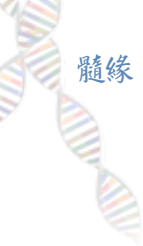
內心非常激動的她，一回到上車就哭得淚流滿面，還沒緩過情緒就急著和我們分享她內心的感動，她說自己想太多，其實做就對了！

傳愛的價值

他們在召募愛心便當的同時，會請買愛心便當的善心人，寫一些鼓勵或感恩醫護人員的話在認購表單上，然後店家與員工再用手寫的方式，把表單上的話語，做成一張一張小卡片，附在每一個便當上。



張世昕為了做出好吃的素食日式便當，壓力大到晚上都做惡夢，因此特別用心在食材的搭配，希望讓辛苦的醫護人員不僅看了歡喜，吃了也精神飽足。



佳伶真心話

今天，我們將各位認購的愛心餐盒送到臺中慈濟醫院，
當餐盒交到社工人員手上時，她對我們說了一句

「感恩～真的非常謝謝你們」時 ...

抱歉～那一刻真的讓我們淚崩了

我無法用文字表達出這件事情在我們心裡有多麼的震撼和感動，但從他們真摯的眼神傳達給我的力量是

「對的事情，做就對了」！

我們也曾面對一些人的質疑，在這個充滿危險的時機為何非要往危險去，但在看見每位醫護人員都努力的用生命在守護病人的這個時刻，我們心裡只有一個聲音：

「我可為他們做點什麼？」

什麼危險、病毒……通通暫時拋之腦後了！

我們真心要跟這些前線的醫護人員們說聲：

「謝謝你們，你們真的！真的！很偉大」

也要跟所有支持我們的善心人士們說聲：

「謝謝你們，我們大家正在做一件非常有意義跟溫暖的事情」

有你們真好我們一起為他們加油！這條路很長～我們一定要多給這些抗疫英雄們一些心靈上的支持！相信我們心連心，一起努力守護臺灣疫情一定很快會過去的

→→有什麼想對醫護人員說的話歡迎在下面留言←←

→→我們會寫在卡片上，幫你們轉達喔

一人一句挺醫護

臺灣加油

以愛抗疫暖食相挺

為全天下每一個生命禱告、
祈禱與祝福！

天總會亮，愛會溫暖每個地方
愛一直都在、希望一直都在！



姚佳伶事後分享，雖然這次疫情對全臺灣，尤其是對餐飲業的衝擊及影響非常的大，但也因為這次的疫情，讓他們感受到很多很多的愛。「像一開始做這個愛心便當，一開始號召身邊的朋友、客人大家一起去認購這個便當，到七月底超過一千盒，我們也很感謝客人跟愛心便當認購的活動，最讓我感動的是員工弟弟妹妹一起來畫畫，一起寫小卡，後來我發現在他們內心有很大的轉變，因為一開始的時候，他們心裡會覺得沒有很OK，大家覺得沒有什麼效益。後來我們慢慢分享愛的回饋，再後來，不用我們叮嚀，他們就自己拿小卡去寫字、去畫畫，變得很積極，有很多很多的愛又回饋到我們身上。他們有感受到傳愛的價值。」

一念善動了起來，不知不覺影響著這麼多人一起加入愛的行動，也因為付

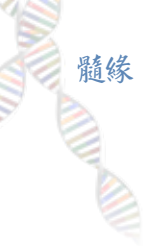
出，佳伶和員工們也忘記了身在疫情當中自己面臨的經濟危機，只想著趕快做，趕快付出。做的過程中凝聚了大家的心，付出的歡喜是最大的收穫。



每一個愛心餐盒上的手作小卡片，都是店裡員工親手抄寫下來的。從一開始的不太情願到後來自動自發，都是因為他們感受到愛的力量正在透過他們的手傳遞出去。



臺中慈院隔離室外醫護人員領取便當時的驚喜：每一個餐盒上都有一張手寫小卡片，這些都來自愛心民眾最真誠的祝福。臺中慈濟醫院隔離室外的醫護人員領取便當時覺得很驚喜。



回顧髓緣 一路相挺

姚佳伶在二〇一九年四月在花蓮慈濟醫院捐贈造血幹細胞，當時怕痛的她，為了救人，忍著內心對打針的懼怕，還是堅定完成救人任務，只是愛哭的她，卻從頭哭到尾，但這眼淚不是因為怕痛而落下，而是因為更加體會血液疾病患者治療的辛苦與可以救人的感動。

因為她的勇敢也感動了前來陪伴的好友，在佳伶捐贈完隔天便前往慈濟骨髓幹細胞中心建檔，而佳伶也因為參訪了骨髓資料庫，更加了解慈濟當時在臺灣成立第一個，至今也是唯一的骨髓資料庫的因緣與過程艱辛，讓她更加覺得自己是做對的事，不只她自己做，而且還發心要更努力邀請親朋好友一起來建檔。回到臺中後，佳伶立刻把感動化為行動，不只跟著慈濟志工走入校園現身說法，宣導造血幹細胞捐贈可以救人一命無損己身，也帶著自己五位親友包括丈夫張世昕一同前往驗血活動現場建檔。

二〇二〇年六月，東森電視胡瓜主持的節目談一般民眾錯誤的醫療迷思，例如「捐髓會不會半身不遂？」便邀請姚佳伶以捐贈者的身分前往分享，節目錄影現場也感動藝人王晴，在節目結束後透過網路線上預約建檔。

同年七月十一日，臺中洲際棒球場兄弟象隊主場邀請受贈者李亞倪、李捷宇前往擔任開球佳賓，宣導造血幹細胞



二〇二〇年七月十一日姚佳伶參加臺中洲際棒球場兄弟象隊和慈濟骨髓幹細胞中心合辦的驗血建檔活動。攝影／李威德



二〇二一年三月六日姚佳伶和夫婿張世昕在臺中自家的日式料理店舉辦企業建檔活動，邀請員工與親朋好友到店裡，兩小時共三十三人完成建檔。攝影／簡明安



捐贈，搶救血液疾病患者的建檔驗血活動，佳伶也在記者會上以捐贈者分享自己捐贈的經驗。

因為捐贈造血幹細胞，佳伶和慈濟結了很深的情緣，在接觸過程中也看到血液疾病患者在等待過程的辛苦與家人的煎熬，她開始想要在自己的店裡舉辦驗血建檔活動，讓她的員工與親友好友，都可以一次聽她說清楚講明白，也可以集中一起建檔，不用擔心因為假日要上班工作而無法前往活動現場建檔的遺憾。這個心願，二〇二一年三月六日，在自己位於北屯區的日式料理店實現，當天是週六，正是客人最多的時候，他們卻毅然決然告訴客人，下午場地要做為造血幹細胞捐贈驗血建檔使用，請客人配合在兩點前結束用餐。從下午兩點開始到下午四點，短短兩小時，完成三十三人建檔。

移植重生李捷宇 力挺醫護

「師姊，我想請問能不能貢獻我們的飲料給醫護人員或者是前線的志工團隊？臺北、雙北、臺中都可以，一百、兩百杯以上都沒問題！」就在姚佳伶表達想要送蔬食便當為醫護打氣的同時，骨髓幹細胞中心也接到受贈者李捷宇詢問，表達想要為醫護志工團隊做些什麼的心願。疫情中的愛不斷升溫。

李捷宇，三十歲，臺中人，十八歲罹患血癌，經造血幹細胞移植治療康復後，在臺北開飲料店，他和姚佳伶在二〇二〇年七月一起參加臺中洲際棒球場的驗血活動而結緣，同時間看到醫護人員站在防疫第一線上的努力同樣不捨也



二〇一〇年骨髓幹細胞移植成功的受贈者李捷宇分送自製飲料至臺北慈濟醫院與臺中慈濟醫院為醫護及志工加油打氣。圖／臺北慈院提供



受贈者李捷宇（右）三月六日特別從臺北趕到臺中參加姚佳伶在店內舉辦的企業建檔活動，現身說法告訴大家他就是因為接受移植而重生。攝影／簡明安

想為他們加油打氣，帶動起他朋友，一群年輕人集資購買飲料捐贈，還婉拒醫院的感謝狀，捷宇說共同集資的人太多了，一時也不知道該怎麼說好，不過就是很誠心的一個心願，在臺灣面對疫情這麼艱難的時刻，想要盡點力。

一次髓緣，激起了愛的漣漪，年輕的捐受贈者，體會過付出與接受的感動與需要，他們都在第一時間選擇站出來，用他們的力量支持醫護人員，青年行善的熱情也影響著身旁的朋友們，大家一起把愛傳出去。🌱

久坐傷腰椎 六招伸展保健

文／曾秀英

多數人以為坐著輕鬆，臺中慈濟醫院復健科醫師提醒，其實椎間盤壓力坐比站大一點五倍，加上不平衡的坐姿會造成腰椎骨刺與椎間盤問題。醫療團隊設計六個簡易伸展操，讓習慣久坐的人多動一動，維持健康與幸福。

上班族每天處理交辦業務、專案報告、填寫各式表格，樣樣工作都有時效，不少人一坐下來直到下班，屁股都離不開椅子，這種工作型態，醫師認為「不健康」。很多上班族常一坐就是好幾小時，對肌肉與脊椎壓力很大，假設腰部椎間盤承受的壓力，站立時是一百，坐下來會提升到約一百五十，再加上不正確的坐姿會讓腰椎骨盤受力不平衡，長久下來容易腰部椎間盤突出或筋膜炎。

辦公場域常見的錯誤姿勢有：1. 電腦螢幕、滑鼠位置歪斜：看螢幕歪著頭、手肘、手腕騰空，增加肩部負擔。2. 頭部前傾：頭顱重量達五到六公斤，頭部向前延伸一英吋，頸椎受力增加五公斤，頭前伸愈長，頸椎受壓愈大，愈容易受傷。3. 圓肩駝背：頭部前傾的不良姿勢，使肩頸和前胸肌肉失去平衡，後頸和前胸肌肉緊繃，上背肌和深層頸部肌肉無力，是很多上班族肩頸痠痛的元凶，又稱「上交叉症候群」，嚴重時也



可能造成胸悶、頭痛等現象。

正確坐姿應維持「頭、頸自然挺直，椅子坐滿，背部服貼椅背」。1. 側面看，耳朵跟肩膀在同一鉛垂線，頭部不宜過度前伸。2. 座位不應過深，以膝蓋窩不頂到椅子前緣為準。3. 坐下時髖關節和膝蓋等高或略高於膝蓋，雙腳平放地面。4. 椅背支撐要穩固，使用腰靠讓腰椎維持自然前凸狀態，減輕腰椎負擔。5. 螢幕高度與視線水平夾角應保持在30°內。6. 適當扶手高度，讓雙手可自然垂下敲打鍵盤，避免手腕手肘騰空或聳肩。

臺中慈濟醫院復健科復健治療師陳昱廷指出，臨床病人主訴：頸、腰痠痛，大多來自久坐辦公桌，建議一小時做一次自我放鬆伸展操，理想頻率是坐一小

時伸展十分鐘，或午飯前伸展一下。他設計一套六動作的簡易伸展運動，每種動作重覆二到三次，口訣是：「一縮、二挺、三後伸，四臀、五腿、六弓箭。」伸展動作如下：

1. 縮下巴：雙手手掌扶在後腦，下巴後縮維持十秒再放鬆。提示：縮下巴是為矯正頸椎姿勢，不讓頸椎負擔太大，做到一點點緊緊的，不會不舒服就可以。

2. 挺腰：站姿雙手握拳在腰部，身體後仰。提示：挺腰伸展，避免久坐造成椎間盤突出的問題，舒服就好。挺腰縮脖縮放來回十到十五下。

3. 胸部伸展：雙手後伸互握往下壓，挺胸，眼睛直視上方，維持十秒後放鬆。提示：長期使用電腦，手在前面，前面胸大肌緊繃，往後伸、往前往上看，胸大肌就放鬆。

4. 臀大肌伸展：坐下來翹腿，右腳跨在左邊膝蓋，右手固定好膝蓋，腰桿打直往前傾，感覺臀大肌緊緊的維持十秒。提示：腿長期久坐，屁股因壓力緊繃，伸展臀大肌不要讓肌肉緊繃，造成腰椎問題。

5. 大腿後方肌群伸展：右腳放前面，腳尖翹高面向自己，用右手碰自己的腳趾頭，儘量挺直腰桿。提示：坐姿膝蓋彎九十度，後面肌肉群緊繃，伸展讓肌肉舒服一點，腿部下壓的動作維持十秒。

6. 髖關節伸展：手扶穩固桌椅牆壁，前弓後箭，右腳在後方拉的是右側髖關節，挺胸維持十秒，眼睛直視前方。提示：長期坐姿髖關節九十度，髖關節前的肌肉群也會緊繃，前弓後箭特別是後方那隻腳，就是在牽拉髖部肌群。🌿



感恩

來自病人與家屬的溫馨回饋
的足跡...

花蓮慈院

中醫部的盧昱竹醫師，待人和藹可親，醫術高明，尤其在推拿方面都能針對傷部作深入治療，針灸醫術都能針對穴位扎到痠痛點，年輕、醫術好，是位不可多得的醫師。黃魏芝媛護理師也是中醫部的護理師，難能可貴的是，她都能在前置作業上預先留意，幫醫師處理好，在細微處能設想周到。

廖小姐

大林慈院

整形外科許宏達醫師及林以薇護理師，從看診到結束都讓我感到滿滿的關心與專業，且在下診後特別到單位關心我，視病如親的行為需要特別讚美，目前復原狀況良好。

陳女士

臺北慈院

我住新北市新店區，因為新冠肺炎住院，感恩慈濟醫院醫護人員悉心照護；目前治癒養護之中，感恩慈濟醫院及基金會幫助本人紓困；協助我舒緩因為新冠肺炎住院的經濟壓力。我不知道該說什麼才能表達我對上人、慈濟醫院醫護人員的敬意與謝意！只能說「無限感恩！」如果我有能力一定學習慈濟精神濟助其他人。

黃○○

臺中慈院

感謝病房護理師江怡樺小姐細心、體貼照護，觀察入微，讓家父得到最佳的膚慰，謝謝您辛苦了。永遠支持並感謝最前線的醫護人員，祝福你們健康平安。

家屬何先生