楓城新聞與評論
Maple News and Commentary

護？

護理學系四年級 巫建宏同學

暑習與交流

對護理系學生而言，暑假並不一定代表著放假。隨著課程進入臨床階段，實習往往也成為暑假生活的一部分。對即將升上四年級的我來說，這個暑假主要由兩段經驗組成：先是在國立臺灣大學醫學院附設醫院皮膚科病房進行暑期實習，也就是護理系學生常說的「暑習」；實習結束後，再前往越南河內醫科大學參加短期交流課程。這段暑習共十八天，從白班、小夜班一路到大夜班，讓我第一次完整體會不同班別的工作節奏，也在一次次的臨床經驗中，看見自己的不足。

然而，這次暑習帶給我的不只是臨床能力的累積。從一開始努力熟悉病房、學習照顧病人，到後來開始思考自己是否適合繼續走臨床，我逐漸發現，實習讓我認識的不只是「護理」，還有我自己。原本以為只要把每一項技能學好、把每一個病人照顧好，就能慢慢找到自己的方向，沒想到實習的過程中，反而讓我開始思考：如果未來不一定想成為傳統想像中的護理師，那麼我又能怎麼走？

而就在暑習結束後，我又前往越南河內醫科大學參加為期五天的短期交流課程。離開熟悉的臺灣醫療環境後，我第一次從不同的文化與醫療

體系中，看見護理工作的另一種樣貌，也重新思考自己對「護理」的想像。

因此，這篇文章想記錄的，不只是這段暑假裡「做了什麼」，更是我在臨床實習與跨文化交流的過程中，如何一次次產生疑問、感到迷惘，最後又重新思考「護理」對我而言究竟代表什麼。

白班熟悉期

暑習第一天因為早上有課程，所以沒有跟到早上的治療，不過學姊仍帶著我認識皮膚科病房的大致樣貌。雖然實習前有先整理一些筆記，但實際接觸病人後才發現，許多疾病都是先前沒有學過的，因此遇到許多病名與縮寫，都需要回去另外查詢。有趣的是，因為我主動詢問學姊病房常見的技術與工作內容，學姊便直接分配一位個案給我，因此當天晚上便開始查詢相關病史、診斷與藥物，希望能盡快熟悉個案的狀況。

第二天印象最深刻的是換藥。先前就聽老師提過，皮膚科病房的換藥多半是由住院醫師與護理師共同完成，我覺得這部分真的很特別。之前在 9A 實習時，除了第一次換藥或拆線之外，其餘大多由護理師自行完成，因此看到這樣的合作模式覺得很新奇。不過，這同時也讓我有點挫折，因為一開始找不到自己在整個換藥流程中的定位，只能站在旁邊觀察，不知道自己可以協助哪些事情。

第三天開始學習照顧星期一分配給我的個案，並嘗試進行 total care，也與護長討論接下來白班的實習規劃。當時我的想法是，希望第一

週能在週五前嘗試照顧兩位病人；第二週則在照顧兩位病人的基礎上，前兩天加入接新病人、辦理出院與交班等工作，第三天開始查詢第三位病人的病歷與藥物，希望在白班結束前至少能照顧三床病人。護長聽完後相當支持我的想法，但也提醒我不用太急，還是要依照自己的能力與實際臨床狀況適時調整。

第四天終於在換藥時找到自己的定位，就是主動協助收拾垃圾及整理環境。雖然只是小小的工作，但至少讓我在換藥過程中能夠參與其中，也減少站在旁邊不知所措的壓力。否則，看著醫師及護理師忙著換藥，自己卻不知道可以做什麼，會覺得好像沒有發揮任何功能。

此外，今天開始照顧 1.5 位個案，整體過程其實有些混亂，加上前一天沒有睡好，精神狀況不是很好，因此有點挫折。許多事情還無法在最短時間內安排出最順暢的流程，甚至在忙碌中漏掉一床病人的生命徵象測量，這也是未來需要持續學習與改善的地方。不過，讓我感到欣慰的是，我與個案及家屬互動都很順利，他們對我的接受度也很高，讓我在照護過程中建立了一些信心。

第五天比較可惜，因為人力安排的關係而被迫跳段，無法繼續照顧原本的病人。不過，學姊仍另外指派一位個案讓我照顧，使我仍能完成當天應該學習的內容。照護過程中，只要對病史或藥物有任何疑問，我都會主動提出並與學姊討論。另外，當天的個案討論會，以及會後與同學的交流，也讓我重新複習了一些學理知識與評估方法，同時更加了解不同病房的照護重點與單位屬性，收穫相當豐富。

第六天下午的課程讓我覺得，實習到現在自己真的有進步。因為之前曾在腫瘤科三病房實習過，所以在選擇臨床處置的先後順序時，下意識便先選擇處理 saturation 較低的病人，後來才發現其實這與 ABC 原則有關。不過，這也證明自己在遇到臨床狀況時，已經比較知道哪些事情應該優先處理。

BLS 證照考試也讓我印象深刻。由於大三下曾選修民眾基本救護，並已取得 EMT-1 證照，當時考試時有主、副手分工，而我是負責 CPR 的主手，因此已經養成持續按壓的習慣。沒想到這次考試時壓得太順，反而忘記了 CPR 30：2 的原則。還好考官只是溫柔地拍拍我的肩膀，提醒我似乎忘了什麼，後來補做後便順利完成考試。

第七天一樣照顧兩位個案，但因為當天工作較忙，加上需要重新交班，因此學姊婉拒了我想嘗試交班的請求。不過回家後，我仍自己練習交班。另外，今天學長拿了幾份補充資料給我，後來才知道那些都是學長利用 AI 整理製作的。閱讀內容時，我能一邊對照這幾天在皮膚科病房遇到的臨床情況，一邊理解相關學理，讓我有一種臨床與課堂知識逐漸連結起來的感覺。

第八天同樣照顧兩位個案，其中最有趣的是第一位個案今天接受化學治療。不過，我當時一直有個疑問：病人明明仍處於感染狀態，真的可以接受化療嗎？後來學長向我解釋，的確，化療後免疫力會再下降，但病人目前的感染情況已經改善許多，如果此時不盡快接受治療、控制黑色素瘤的轉移，對病人反而更不利。

另外，今天也第一次正式嘗試交班。真正站在臨床交班時，才發現自己仍有許多不足。平常自己練習時總覺得很順，但真正面對學姊交班時，才知道還有許多細節需要加強。

第九天，第一位個案完成化療後順利出院，因此除了協助辦理出院及進行出院衛教外，今天也開始照顧第三位個案，並第一次嘗試接新病人。不過，由於是第一次，加上個案是外籍病人，因此整個過程並不算順利。幸好病人的家屬是臺灣人，協助翻譯後，讓整體流程順利許多。

另外，有趣的是，今天另一位新病人也是外籍病人。由於我和學姊的英文能力都不是很好，因此接新病人時，我們盡可能利用自己所學的英文與病人溝通；若仍無法順利表達，便搭配翻譯軟體協助，最後仍順利完成接案。

此外，由於學長剛好接著上白班，因此我也跟著學長一起去 on cath，同時被問了一些臨床問題，也順便討論了他之前提供給我的學習單內容。雖然我的回答沒有非常完整，但整體方向是正確的。

例如學長問我：「如果病人因敗血症導致血壓開始下降、意識逐漸混亂，在回報醫師後，你接下來需要做哪些準備？」我回答可能需要先準備 hydration。學長則進一步補充，除了準備點滴之外，也可以先把可能需要抽血的相關物品提前準備好，在醫師開立醫囑後便能立即執行。如此一來，可以加快整個流程，也能讓病人的病況獲得更及時的處置。今天交班也比昨天順利一些，但我覺得仍需要持續練習。

第十天是白班的最後一天。其實從前一天晚上睡前開始，我就在思考一件事情。因為自己一直有音樂夢，目前也正在執行一個計畫，希望將每一科實習的經歷寫成一首歌，並計畫明年考完國考後發行一張專輯。因此，我開始思考，如果未來留在臺大醫院擔任護理師，是否會讓自己的音樂夢變得更難持續？是不是其實到診所或門診工作，也能養活自己，同時保留更多創作的時間？

雖然有這樣的想法，但我也告訴自己，既然現在正在這裡學習，就應該先把眼前該學的事情學好。因此，今天跟著學姊一起重新 on 昨天接的外籍病人的 cath。最後雖然成功放置，但因為固定時沒有壓好，加上硬針收得太早，導致病人大量出血，這也是值得記取的經驗。

此外，今天也再次接了一位新病人。雖然比昨天順利一些，但仍然漏掉部分資訊，不過我真的已經盡力了。另外，雖然學長不是這一段實習的主護學長，仍特地帶著我一起替這位新病人施打免疫抑制劑 Dupixent，並在施打結束、離開病房後，仔細提醒我未來執行這項治療時需要注意的重點，讓我收穫很多。

白班結束後，只覺得真的好累，但也非常充實。正如第九天與護長討論時提到的，由於過去的實習沒有上過小夜班與大夜班，因此對這兩個班別其實沒有太多概念。不過，我想自己還是會保持原本的態度，盡力學習、主動協助，只要有能力做到的事情，就努力去完成。

另外，我也再次跟護長分享自己的音樂計畫。這個想法其實從大一就開始萌芽，當時在護導課分享個案時，我就是用饒舌的方式來呈現，因

此到了大二，我便決定未來要完成這張專輯。雖然歌詞寫的是自己身為護生，在臨床實習中所看見的人、事、物，但我希望透過音樂，讓更多人用不同的角度認識護理，也聽見屬於護理人的另一種聲音，希望未來有一天，這個夢想真的能夠實現。

小夜思索期

第十一天剛好是第一天上小夜班。老實說，一開始覺得滿緊張的，因為過往實習都是以白班為主，而且也不知道小夜班具體會做些什麼，因此感到有點焦慮。不過學姊表示第一天先以見習為主，所以我便利用這段時間觀察小夜班的工作內容與流程。

這天讓我印象最深刻的是，有一位剛開完刀的個案因傷口疼痛劇烈，不停呻吟，表情也十分痛苦。當時我正在協助隔壁床測量生命徵象，量完後便先過去查看病人狀況，並稍作安撫。之後回到護理站時剛好遇到值班醫師，我便詢問：「如果病人目前疼痛成這樣，還有沒有其他方式可以協助處理？」沒想到醫師回覆我：「你不可以因為病人在鬧，你就跟著瞎起鬨，止痛藥的藥效需要時間。」

其實當下聽到這句話時，我心裡有點無奈，因為我只是想將自己觀察到的病人狀況如實反映，並不是想催促醫師或跟著病人起鬨。不過，後來我還是依照醫師的說法，向病人解釋止痛藥需要一些時間才會開始發揮效果，請她再稍微耐心等待。雖然病人仍然感到疼痛，但在說明後也表示可以接受。

第十二天也是小夜班的第二天。今天照顧學姊分配給我的三位個案，其中一位是白班時就照顧過的病人，另外兩位則是白班和學姊一起接的外籍個案，因此照顧起來算是滿順利的。加上上班前我已經先把藥物查好，所以整體工作沒有遇到太大的問題。

另外，昨天發生的事情，學姊後來也特地跟我解釋。原來當時她其實已經先和醫師討論過，也開立了止痛藥醫囑，只是那時她剛好正在吃晚餐，還沒來得及給病人服用止痛藥，而我當時則正在測量生命徵象，因此彼此之間產生了一點時間差。所以學姊也提醒我，遇到類似情況時，可以先向負責照顧病人的學姊確認，不一定需要直接和醫師討論。聽完之後，我也比較釋懷，知道是自己當時沒有掌握到完整的情況。

今天另外也和 EP 學長討論了一些安寧照護相關的議題。我還是覺得有點可惜，因為學校對安寧照護的課程大多停留在概念介紹及遺體護理，較少深入探討臨床實務。剛好病房有一位已簽署 DNR 的癌症末期病人，我其實很想和他聊聊，了解他的想法與心境。不過學長告訴我，那位病人的情緒起伏很大，目前並不適合由像我這樣的新手護生進行會談，因此最後沒有機會深入接觸，也讓我覺得有些可惜。

第十三天同樣照顧三位個案。今天剛好看到學姊執行 on Port-A，整體流程和我之前在腫瘤科三病房學到的順序差不多。結束後，EP 學長也針對操作流程問了我一些問題，因此也算是再次複習了一遍。

今天比較有趣的是，其中一位我白班曾照顧過的病人預計週一出院，因此晚上和他聊天的時間也比較多。下班前剛好去幫他收晚上十一點

的抗生素，我笑著跟他說：「這應該是你出院前，我最後一次幫你收點滴了。」沒想到他笑著回我：「要繼續加油！以後要買房子記得找我。」當下我們都笑了，也讓我覺得這段互動很有趣、很溫暖。

第十四天因為人力安排的關係，本週實習時間與其他同學不同，加上碰到颱風假，也讓自己有一天的時間好好休息，準備迎接接下來的大夜班。

不過，小夜班結束後，我也開始更加確定，醫院可能不會是我明年畢業後的首選。雖然我一直都很喜歡和人互動，也喜歡照顧病人，但相較之下，我沒有那麼喜歡醫院工作中大量繁瑣的行政流程與瑣事。未來究竟會走向哪條路，目前還沒有答案，不過至少透過這次實習，我對自己的想法又更清楚了一些。

大夜迷惘期

第十五天是第一天上大夜班。下班回到宿舍後，還沒洗澡，只是簡單換了衣服就直接睡著了，可見身體真的累了。相較於白班和小夜班，大夜班的整體氣氛平靜許多，因為大部分病人都已經休息，因此也多了不少時間可以放慢步調，完成補車、備藥等工作，同時也有更多機會向學姊請教職涯規劃及醫院工作的相關問題。

這天讓我印象最深刻的是，有一位病人因腳踝附近的蜂窩性組織炎，會不時出現抽痛的情形。學姊整晚多次主動詢問他是否需要使用止痛藥，但病人都婉拒了，甚至整晚幾乎沒有睡覺。

第十六天也是一個平安的大夜班。剛好老師來病房找我，我也趁機和老師分享了自己接下來的暑期規劃。

早上六點左右，我跟著學姊一起進行 on cath 與抽血。原本學姊打算讓我實際操作，我自己也很想再嘗試一次，但看到病人的血管後，卻突然想起之前在 9A 實習時遇過一位狀況很相似的個案。當時綁上止血帶後血管看得很清楚，但皮膚繃緊後血管就變得不容易定位，最後穿刺失敗。因為那次經驗仍讓我印象深刻，所以這次突然變得有些沒有自信，最後還是由學姊接手完成。事後我也和學姊討論了自己的想法，並決定今天回去後再找錦源一起練習找血管，希望明天能再鼓起勇氣嘗試一次。

早上護長巡房時，也順便請我填寫實習後測。真的很感謝學長之前整理給我的補充資料，讓我最後順利拿到九十分，護長也給予我不錯的評價。不過護長同時提醒我，雖然大夜班相較白班事情較少，但也可以主動和學姊討論分配幾位個案給自己照顧，藉此練習交班的能力。

另外，今天還發生了一件有趣的小插曲。學姊突然請我去拿鼻導管，當下我一時愣住，腦中完全沒有反應過來是什麼，因此又向學姊確認了一次。後來學姊直接帶著我到物品櫃前，看到實體後我才恍然大悟，原來就是平常一直說的 nasal cannula。

第十七天，我願稱它為這段實習中最混亂的一天。前面的工作其實都還算順利，真正開始出狀況是在早上的治療。

昨天交班前，我有向學姊表示，希望今天能再嘗試一次抽血與 on cath，學姊也答應讓我操作。因此今天一早，我便替自己的個案進行抽血與 on cath。這次穿刺其實有順利成功，不過就在準備抽血時，我突然忘記了抽血管的順序。學姊一詢問我，我整個人瞬間慌了，腦袋一片空白，最後只能由學姊接手完成。直到學姊接手後，我才突然想起正確的順序，當下真的覺得很懊惱。

另外，今天交班時，原本學姊有分配兩床病人讓我交班，我也順利完成了其中一床。至於第二床，因為學姊認為由她直接交班會比較流暢，因此便沒有再讓我接著交。不過我還是很感謝學姊，因為正式交班前，她有先聽我完整練習一次，也告訴我在不用重講的情況下，交班時可以如何精簡內容、提升交班效率，讓我學到不少技巧。

不過，也因為早上抽血時的失誤影響了我的心情，後續做其他事情時一直處於很混亂的狀態，腦中不停想著剛剛的失誤，結果做每件事情都變得綁手綁腳，甚至還耽誤到學姊做治療的時間。雖然學姊沒有責備我，反而很平靜地把事情完成，但我心裡還是感到十分抱歉，也對自己的表現感到挫折。

不知道為什麼，最近對於未來是否要留在臨床這件事情，似乎愈來愈抗拒。總覺得暑期實習到現在，自己好像一直在退步，明明有些事情以前做得到，現在卻因為緊張而做不好。我不確定是因為先前的實習內容沒有現在這麼扎實，還是因為自己不適合臨床。這些問題目前都還沒有答案，只是開始懷疑自己是不是還不夠好，也開始重新思考，未來真正適合自己的工作型態究竟是什麼？

第十八天是最後一天大夜，我想分享在暑習之後寫出的歌〈護？〉「Verse 1 如果你問 每科 實習都寫一首是／否 有點刻意 我並不這麼認為／透過眼睛觀察 用心去感受／這些歌詞來自臨床 不需要問誰／Pre-chorus 所以護 照顧 Who 無關貧窮與貴富／已經 實習一年半 似乎 沒任何退路／選擇音樂 或護理 的漩渦已墜入／可 時間還沒到 該 抉擇的歲數／Chorus 這張 TAPE 讓我開始反思什麼叫做護／每天面對的是人 而非 無生命的物／當 各種情緒襲來 又該如何接住／或許每個 Who 都值得有人 停駐／Verse 2 許多故事 來不及好好聽完／只有短短幾分鐘 聽他訴說心煩／可能是滔滔不絕 也可能有所隱瞞／有時一句關心 卻把 壓抑引燃／Pre-chorus 所以護 照顧 Who 無關貧窮與貴富／已經 實習一年半 似乎 沒任何退路／選擇音樂 或護理 的漩渦已墜入／可 時間還沒到 該 抉擇的歲數／Chorus 這張 TAPE 讓我開始反思什麼叫做護／每天面對的是人 而非 無生命的物／當 各種情緒襲來 又該如何接住／或許每個 Who 都值得有人 停駐」。

交流重要性

暑習結束之後，我又前往越南河內醫科大學參加為期五天的短期交流課程。對我而言，這次交流並不只是單純參訪不同醫院或認識越南文化，而是在剛結束一段充滿挫折與自我懷疑的臨床實習後，換了一個不同的醫療環境，重新看看「護理」究竟可以是什麼樣子。

經過這五天的課程與參訪，我認為臺灣與越南在「隱私」與「設備」方面存在相當明顯的差異。坦白說，從這次參訪的觀察來看，越南部分醫療院所若希望獲得較高程度的隱私，似乎往往需要支付額外費用；但

在臺灣，即使是偏鄉地區或區域醫院，我們仍然很重視病人的隱私。大概除了急診之外，較少出現許多病人擠在同一間病房的狀況。因此，當第一天看到八位以上的病人擠在同一間病房，且病床之間甚至沒有床簾相隔時，真的讓我感到非常震驚。

此外，我也認為越南的護理師非常厲害。即使設備不是很齊全，甚至還需要手寫 Vital Signs，仍然可以完成每天的工作，真的是一件很不容易的事情。即使在臺大醫院，設備已經相當齊全且便利的情況下，我們仍然有可能無法準時完成所有工作，因此看到越南護理師在這樣的環境下仍能完成工作，真的讓我覺得非常佩服。

這幾天的課程中，我比較感興趣的是腫瘤科。或許是因為我內外一實習時就是在腫瘤科，當時許多事情都讓我感到震撼，加上剛好有被臺大護理學系的學姊帶過，所以對腫瘤科相對較為熟悉。另外，我認為越南與臺灣的腫瘤科，除了多數化療藥品在臺灣不需要由護理師自行調配，而越南需要自行調配之外，其實滿相似的。甚至連化療週期都差不多，因此反而讓我感到滿親切的。

此外，非常感謝學伴 Chau Anh 把週四下午的課程改成精神科醫院參訪。雖然下學期才需要進入精神科參訪，但去年參加跨文化課程時，其實就有去精神護理之家參訪過，所以大概可以想像會遇到的狀況。另外，我曾在吳佳儀老師（Jenny）底下擔任少年自殺防治的工讀生，因此對心理健康議題多少也有些興趣。

整個參訪過程中，最讓我意外的是居然可以與病人一起打籃球。雖然她對來自中國的訪客有些排斥，但她也在我們離開前向我們解釋了原因。身為臺灣人的我，對她的感受多少能夠理解。除此之外，我也已經很久沒有打籃球了，所以手感不怎麼好，但和病人一起玩的過程中，真的感到非常有趣！

整體來說，雖然這次的行程滿滿，但也過得非常充實，並且讓我在暑習之後，能夠再次思考「護理」對我來說究竟是什麼，以及我又該如何重新看待護理這件事。尤其是在暑習結束後，我其實一直對自己未來是否要成為護理師感到疑惑。

經歷這次的交流後，我想我仍然沒有找到答案，但至少透過這次的經驗，我看見了在不同文化薰陶之下，護理對當地人而言又是什麼樣的存在，也讓我開始思考，或許護理本來就不會只有一種樣貌，而我也還需要更多時間去尋找屬於自己的答案。