



洗腎室菜鳥護理人員心酸談

安慎診所 / 謝佩瑾 護理師

依據健保局的統計全台灣洗腎患者人口有52,000 多人次，洗腎人口高居世界第2 位，每年的成長率為百分之十六到百分之二十，這幾年看報章雜誌，也有國小學童開始洗腎了，看到這樣的情形，都會提醒自己，一定不能憋尿，身邊隨時帶著水杯，想到時就補充水分，因為洗腎是個不可逆的過程，一旦腎臟敗壞，除非進行移植手術，就一輩子都不能逃離洗腎的命運了。

血液透析護士這份跟洗腎息息相關的工作，職缺也跟著多了起來，工作內容主要就是操作洗腎管線、儀器，陪伴患者度過每週3 次，每次4 個小時的洗腎時光。

初入職場的我，經過醫院各科病房的實習洗禮後，於家人的推薦及考量生活作息(固定放週日且星期二、四、六除非是上長班不然只有半天) 又能兼顧家庭、照顧父母後，於是選擇「洗腎室」一職，開始了我的洗腎護理菜鳥辛酸史。帶我的學姐及各個學姊、護理長都很好，我知道自己學習能力慢且弱，當下學姊教的也有馬上寫下來，但因為還是不太懂，反覆的問了好幾遍，學姊們也很有耐心的一直在為我解決我不懂及讓我困惑的地方，想想之前在醫院工作也是新人時期的狀況，只能說很高興可以碰到現在一起工作的學姊們，很謝謝學姊們這樣包容我、為我解決疑惑。

其實「護理」工作一直是我所喜愛的，而在診所型的洗腎室工作，確實整個工作的步調是有效率的。對剛步入職場的我，曾幾度懷疑自己患有嚴重的「失智症」及「手腳不協調症」，常常忘東忘西需學姐們的千叮萬囑和提醒，真的是很吃力！舉凡：體重算錯、人工腎臟備錯型號、認錯病患、病患拒絕不給打針、管路未關好血衝出來...等等，諸如此類的失誤，我都在試用期間陸續犯過。獨



立時很緊張·動作很慢·學姊都會過來幫我忙·看到學姊們都能這麼迅速且確實的把事情都處理好·心裡真的好羨慕·而當下的心境·真的是如人間煉獄呀！天人交戰·晚上睡覺頻頻惡夢連連·甚至懷疑自己是否適合洗腎護理這科別·加上腎友們都透析很長一段時間·很多護理的知識·技巧與病患的特殊習性在我還沒熟悉或熟練前·上班的壓力·真是奇大無比·好幾次都想中途放棄了！

好在·學姐們的鼓勵及家人們的支持·再想想生病的洗腎腎友們心裡的煎熬與辛苦後·反倒讓我轉了念·只要我慢慢熟悉所有的照顧專業及技能·改以勇敢面對困難與問題·將之視為很好的磨練和學習·時間的累積·「熟能生巧」必能讓我擺脫菜鳥的惡夢。

日復一日·雖然每天做著相同的工作·但因照護區的輪替·腎友情緒的起伏·病情的變化·身為在洗腎室工作的我們·比一般病房護理師·多了變化溝通練習的機會。

雖然做洗腎護理這工作只有短短半年左右·但也見過形形色色的腎友·有樂觀的·自卑的·有開朗的·沉默的·有親切的·冷淡的·人生百態盡現眼前·在面對腎友的各種心情寫照·以及病友們的共同心事時·我只能說家中有洗腎的家屬請給腎友多一點愛·關懷及包容。

前陣子有朋友問我目前在哪裡工作·我回答「洗腎室」·朋友她是在醫院病房工作·因而不大了解洗腎這到底是什麼樣性質的工作·她以為我們只要好好照顧機器·讓病人睡一覺就完成任務·其實我們不是只照顧疾病本身·還得讓腎友學會生活起居的自我照顧·衛教後·每次病人回來都得驗收成績·成績不好當然還得留校察看·好好被教育一番才能回家。

記得有位腎友每次水分都超重很多·他總說：「我的外勞做菜都重口味·吃的我好鹹·好鹹我就口渴·就多喝了點水」·而且他特別愛吃稀飯·每次都因此多吃很多碗·同時也攝取過多的水份·我們仔細指導這位個案·讓他知道在日常生活中·如果沒有嚴格的水份控制·反而會造成透析時的嚴重併發症·同時讓他了解水份攝取過多對呼吸·血壓·身體浮腫·心臟負荷等威脅生命的後果·經過我們謹慎的指導後·那位病人都能保持透析後的乾體重到下次透析前的體重不增加超過體重6%的標準·由此可見衛教與評值之重要性·我們所衛教的·可以不斷評值結果·這種溝通方式不通·再換另一種·另一種不佳再換·同時讓我們慢慢修正·看事情的角度與方法·慢慢學習與腎友拉出照護的平衡點·除了腎友能得到合宜照護·避免不必要的不適外·我們也因為工作帶來成就·就更喜歡這個專業。

為了改變腎友長久的飲食習慣及日常生活照護，護理人員不僅需要有細微的觀察能力，同時也需定期參加在職課程訓練，顧及透析品質外，也讓腎友在口慾、生活需求上都能獲得正確的概念與滿足。

血液透析護士的變動性不大，長年下來，跟腎友都建立了親友般的感情，學姊們幾乎是一路伴隨著腎友成長。也因為感情親近，洗腎患者難免不信任新進的我，覺得我不夠熟練，乾脆拒絕護理，建立病患的信任，是我比較需要克服的問題。

下班後回到宿舍，診所提倡「運動」與「讀書」是我適時洩壓、訓練好體力及做個知識工作者的好方式。每每睡前再回顧一日工作的難過和快樂的點滴，並鼓勵自己。現在慢慢的漸入佳境，不再否定懷疑自己的能力，快樂的工作、快樂的生活。

這一路走來，非常謝謝學姊、同事們的指導、包容和幫助，心中是滿滿的感激，每當我遭遇困難求助時，總是能得到大家即時的援助，才有今天的我。也謹以此篇心得和我同是洗腎室新人的姊妹們共勉之。