



## 我的「心」體會

崙安診所 / 林芳如 護理師

時間飛越真快，待在洗腎室工作已經快三年多，想起當初自己從什麼都不會，連管路都不知道要怎樣接，過程中頻頻卡住，管路線一直纏在一起，碰到機器在響叫，當下也不知所措，到如今已能獨立上機。雖然在學習過程中，充滿許許多多的考驗和壓力，因為不僅要學會機器操作，也要清楚地了解當機器在響時所呈現的警訊意義，對於機器版面所呈現的數字，其代表的意義也必須知道。



此外，在照護腎友上，除了需要知道腎友的疾病史及相關臨床症狀反應外，從一開始上機到結束透析治療，這過程中不僅需要做基本監測生命徵象，對於臨床上相關併發症狀，也是非常需要密切注意。加上因為接受血液透析的腎友需要每週洗三次，且每次要接受四小時左右的血液透析治療，與其他科別相較下，腎友和血液透析的醫護人員之間互動較為頻繁、密切，故如何和腎友間建立信任的醫病關係，也是頗具重要議題。

在臨床工作時，照顧這麼多形形色色的病患，不難發現一些長期接受透析的病患，對於自己「洗腎」這件事情，有些是抱持樂觀態度接受，有些看似接受，但內心還是有一定波動存在。記得有次在腎臟醫學會所舉辦的課程中，有位講師提到：「長期接受透析治療患者，即便已經接受透析很多年了，但也不見得能調適得很好。」，這句話令我非常深刻。腎友們在心境上，仍然希望自己對人生有所貢獻、選擇和自主，而非生活完全仰賴著機器，固定每周三次來醫療院所接受透析治療，且日復一日得如此生活，就像是被枷鎖鎖住。面對有這樣心境困擾的病患，我心中也有深深的感觸，因為這是我過往所沒有注意的部分，也讓我在往後的照護上會特別留心這一塊，盡量讓腎友可以在生理上、心靈上有所滿足，減輕腎友不適情形，並能夠接受自己需要與疾病共存現況。

在血液透析是工作這些年來，臨床上照顧這些各具不同人格特質的洗腎病友，曾經有一位令我印象深刻，就是從事做粗工的原住民洗腎病友，在一次的因緣際會下，於照護他過程中，開口向他詢問：「當初醫生告知你，需要接受血液透析治療這件事情，你聽到的當下是怎樣一個心境？會不會內心有所掙扎？心情是否很沮喪？有想要試著尋找其他治療方式嗎？情緒會不會感到憤怒，並難以接受？」，該患者豪邁且大喇喇的表示：「喔，這都是很多年前的事情啦！就醫生有跟我解釋原因，我只記得好像是說我腎功能不好，需要接受洗腎治療。接著醫生又跟我說，需要在我的手上做血管

手術，我同意後就幫我安排手術日期，然後我只記得我趟在手術台上，在進行做血管過程中，我心情緊張到不停地跟上帝禱告。接下來，就變成每週固定三次來妳們這裡做洗腎治療。啊！我已經想不起來了，這真的都太久的事情。」，我又問：「談到你都不曾感到失落？像是中途不想接受洗腎治療等。」，病患答：「因為醫生就說要洗腎治療啊！所以我才會來這裡洗腎。」，語畢後，他又繼續吃著晚餐。言談過程中，簡言概述地描述自己接受血液透析治療歷程，就像日常般生活點滴，心態上調適著讓自己接受，也調適著自己與外在環境，以達到自我的內外在適應，這是我遇過最特別的病患，也可以說是最樂觀，心境調適和諧的病者之一。

當然並非所有病患都是樂觀、正向積極面對、自我調適能力佳、能接受自己需進行洗腎治療，並接納成為自我生活中的某一部分。也是會有一些出現憂鬱、低落、沉默、否認等行為化反應的腎友，面對這樣的病患，曾經有位學姊告訴我，今天會接受血液透析的病人，在生理反應下多少都會有所不適情形，例如：癢、口乾、抽筋、頭暈、沒有食慾等，又或者心境調適不佳，像是無力，但又不得不來這裡接受透析治療，又或者每次來透析院所時，會出現抑鬱自我、懷念過去生活模式、懷念過去健康的身體等想法，因此我們需要以「同理心」的角度去體諒這些病友，就可以理解病患所產生的情緒和行為反應。學姊這一番話令我受用至今，也促使著我在往後的醫病關係間，更懂得如何關懷病患，維持一定良好的醫病互動。

我從一個完全都不會的新手洗腎護理師，到現在能獨立上線、操作機器，並妥善處理腎友在血液透析治療中所產生的不適症狀。回想自己當初從一個完全沒有任何血液透析經驗基礎下，便進入這個新的領域，在學習過程中，我付出許多心力，壓力也是一定會有的，但只要有興趣、堅持、持續、不要有所掛慮，這些辛苦累積的寶貴經驗，都將會成為自己往後收穫的果實。我很感謝培訓我的醫療院所，也感謝同事們給我鼓勵、關懷和幫助，因為有她們的引導、熱心教學並協助我一步一步學習獨立上機，讓我從「不會」到「會」，而這過程是需要一段時間的學習和成長，完全沒有辦法操之過急。現在看到單位陸續有新同事進入，有時也會讓我想起自己剛進入血液透析室，難到這個新環境時，對於自己青澀、無知的模樣充滿感觸，也覺得自己過去的努力和付出沒有白費，現在才能成就能獨立上機的自己。因此我想勉勵想進入洗腎室的護理界學姊、學妹們，希望透過我切身經驗談，可以帶給妳們更多的鼓勵及幫助，謝謝！