



## 阿嬤的話

彰化仁美診所 呂理男 護理長

從五專護理科畢業至今，驀然回首才驚覺踏入血液透析室這個領域也邁入第19個年頭了，回想起剛入行時對這陌生的科別生疏懵懂，到現在能站在第一線先評估病患的護理需求，給予立即的護理措施與衛教，這就是學姐的傳承加上經驗的累積，我深信願意用心學、動手做，才能獲得更多成就感，進而讓自己對這份護理工作越來越得心應手的。

會踏進洗腎室，幕後推手要歸功於我最愛的阿嬤，在唸五專時，阿嬤被宣告要開始洗腎了！當時雖然是唸護理科，但對「洗腎」這件事一無所知，只知道阿嬤一周要去醫院報到三次，起初洗腎後的她有時看起來很疲倦，但也不知道是什麼原因造成；而且針對飲食、水份都有一定的限制，就連青菜，全家人都一起改為吃川燙過的，當時的我並不知道飲食限制的意義，直到護理科畢業兩年後的我，去面試了阿嬤所在的洗腎室，正式成了血液透析室的生力軍，開始學習洗腎室的常規、如何操作洗腎機、了解血管的種類、打針的技巧、衛教飲食注意事項及病患抽血檢驗數值涵蓋的意義等。一個月內要學習的事物五花八門，只覺得這是個專業且繁瑣的護理，而且上班的時間更早，所以需要調適的地方還不少，還記得當初開始學習操作洗腎機，壓力大到午夜夢迴都會聽到機器發出的警示音而驚醒呢！

進入洗腎室新手的我，阿嬤順理成章的成為我的啟蒙老師，因為阿嬤的自體血管又粗又直，是很好的臨床教材，回想起剛拿穿刺針要執行打針技術時，手會不由自主的顫抖，尤其是要打自己的家人讓我備感壓力，我曾經問過阿嬤：「您常讓新手打針，您會害怕嗎？針那麼粗會不會很痛呢？您的心裡會排斥新人嗎？」，阿嬤卻用親切溫柔的語氣回應我：「打針一定會有痛的感覺，但如果沒人給新人機會，那永遠無法踏出第一步，當然大家都想讓資深的護理人員打針，但我的孫女也是護理人員，將心比心我也希望大家會給她一個嘗試的機會。」聽完阿嬤的話，在心裡默默的期許自己，未來一定要成為一位優秀的護理人員，才不致辜負阿嬤對我的期盼。



因為阿嬤，身為家屬的我能感同身受洗腎病患辛苦的一面，也能理解病患的低落情緒與洗腎後所面臨的不舒服，身為家屬與護理人員的我，在臨床上常用這些經驗與腎友分享。剛進入透析的病患最常出現否定與無望感，他們會覺得自己的人生變黑白的了，此時的我會用腎友家屬的立場鼓勵他們，讓他們知道洗腎不是等同宣告死刑，也會分享專業的知識讓腎友知道台灣的洗腎技術是首屈一指的，還會介紹透析很久的腎友們讓他們經驗交流，藉由腎友們的分享知道規律洗腎、遵從醫囑及注意飲食，如此一來在生活上沒有太大的改變，而且存活率是可以很長的。

身為透析護理人員的我，一直以這份護理工作為榮，因為可以發揮自己的專業幫助需要協助的人，運用身為腎友家屬的身分來減輕新進病患的焦慮與無望感，讓他們知道他們不是孤軍奮戰，更有人能同理他們的心情，看著病患們慢慢接納洗腎成為「生活日常」，發自內心地為他們感到開心，能從病患口中聽到一句真心的感謝，每每當下的我都備感欣慰，我還是要對自己說：「身為護理人員的我，我驕傲！」。