



透析日常分享

銓萃診所 葉姿伶 護理師

作為一位血液透析護理師，我的工作照顧那些每個禮拜需要進行三次洗腎治療的病患。

當患者來到洗腎室時，我會竭盡全力為他們提供最好的護理和照顧。我小心翼翼地執行每一項程序，會細心觀察他們的身體反應以確保治療順利進行，減輕他們的痛苦。我明白洗腎治療對他們來說，是不得不接受洗腎治療來維持生命的過程。他們必須忍受每次來洗腎必須接受施打兩針並連接洗腎機，每次連接洗腎機後的四個小時期間無法活動自如，及想閉眼休息度過這漫長的時間時，卻得承受周邊環境的吵雜聲，例如旁邊病人因掉血壓、抽筋不適而發出呻吟聲；或是透析時間還沒到四小時，卻吵著要提早收針的病人吵鬧聲；注射工作車輪子轉動摩擦地板的聲音、醫師查房的對談聲音等；還有因洗腎過程造成低血壓或休克、身體各部位抽筋等等，這些給他們帶來了不少的疼痛和不適感。除了治療過程中的不適感，病人也面臨著其他的困境，他們可能需要適當飲食的限制(如限磷飲食、限鉀飲食、高蛋白飲食等)，必須注意謹慎控制液體攝取量。這對他們來說是一場很大的挑戰，我會提供他們飲食建議和指導，讓他們能夠更好地適應這些問題。我也看到了病人們心理上的壓力和焦躁，他們經常因為生病而感到疲倦和無助，我會主動嘗試與他們溝通、給他們心理上的支持和鼓舞，讓他們知道他們並不孤單，我們會一起度過這個艱難的時刻。



在剛接觸血液透析時，一方面要熟悉洗腎機，一方面還要熟悉每位病患的習性，在從事血液透析這行業已有7年了，待過醫院及診所，在這期間聽到許許多多病患分享他(她)們是如何開始洗腎的故事，也體驗過病患在透析期間病情的變化萬千，目前印象最深刻的是在某次透析期間詢問病患有沒有不舒服時，上一刻病患還在跟我對談，講到一半時他居然安靜了，意識昏迷，害我有點措手不及，感謝當時同事、學姊們的幫忙將這位病患救回來。雖然我們在照顧病患時看起來很輕鬆，好像只是在旁邊操作機器、陪伴病患，但其實不然，我們的皮是繃得很緊，隨時隨地都在注意病患的狀況而做相關護理措施。

在2019年初全球多國報告發現病例：嚴重特殊傳染性肺炎COVID-19，逐漸變成一場全球性大瘟疫。在這三年多期間，隨著疫情嚴重導致醫療資源短缺、醫護工作超載，進而導致病患無法獲得合適醫療協助、確診個案致死率攀升，使得醫護人員面對嚴重特殊傳染性肺炎患者的感染風險提升，導致各大醫院或診所的患者、護理師陸續被隔離或確診，在照顧被隔離者或是確診者前，陸續聽到各大醫院或診所的護理師因為照顧病患而自身也得到了嚴重特殊傳染性肺炎，間接讓家人確診，使得醫護人員壓力不僅來自新冠病毒，也因為職業面臨一些人的排斥，譬如鄰居、親友或外送員不願意送餐到醫院或診所，深怕被間接感染，也有些護理人員擔心會將新冠病毒傳染給家人，忍著對小孩、家人的思念，自願住在醫院提供的住宿或是自己在外租房來保護家人。因應政府政策下，我們也需要輪流去照顧這些病患。

初期在照顧跟嚴重特殊傳染性肺炎有接觸的患者(被隔離者)，穿著是一般隔離衣、N95、髮帽、面罩及手套，而被隔離病患透析的環境是用屏風隔離出來一個小空間，一開始在照顧他們的心理壓力蠻大，因為嚴重特殊傳染性肺炎的潛伏期是2-3天，他(她)們目前可能處於潛伏期導致快篩結果是一條線而已，擔心他(她)們會不會是確診者、自己會不會因此確診，就這樣將病毒帶回家傳染給其他家人及幼小的小孩，因此在照顧被隔離者的那段時間，下班後回到家都獨自吃飯，跟家人接觸時間或是睡覺等無時無刻都會戴著口罩保護他們。

當診所的病患陸續一個一個爆出確診時，發覺平常工作戴一般外科口罩加面罩來照顧血液透析病患是不夠的，因為永遠都不知道妳目前照顧的病患是否為確診者，因為有些確診者是無症狀，要有快篩才能知道目前是否有確診，每天都在擔心會不會因此而確診，防護工作是平常就需隨時隨地去防護，並不是當事情爆發了再來想該如何去處理。雖然工作戴著N95照顧病患會有些不適感，如N95壓迫鼻尖處、綁帶長時間壓迫耳朵處，皮膚因此而發紅、戴著它說話時感覺空氣有點稀薄，但是為了自己或家人，這點不適感不算什麼大問題，診所醫師、主任得知我們的擔憂，也提供了N95、N99給我們使用。

當知道輪到要去照顧確診病患時，雖然是我之前照顧過的熟悉病患，但長時間穿著個人防護裝備，一般隔離衣、N95、髮帽、鞋套、面罩、雙層手套及全套的免實裝(防護衣)，無法喝水也無法上廁所，當然在非不得已時還是可以去廁所，但穿脫防護衣，又要重來一次SOP(標?作業)流程，對我來說是極大的挑戰，擔心在這個過程中一不小心就將病毒帶在身上。當我在病房中走動時，我能感受到汗水不斷湧出，防護裝備貼在身上的感覺令人難以忍受。再加上照顧的四小時之間無法像平日一樣想去廁所就能随心所欲地去廁所，每次照顧時都會擔心肚子突然痛起來想上廁所而造成照顧上的困擾(暫時無人能照顧病患)，我知道這是為了保護自己和其他人的健康，我必須堅持下去。除了身體上的不適，心理上的壓力也非常大。在照顧病人的過程中，我

經常面對高風險的情況，如確診病患在透析間肚子餓時突然直接拿下N95吃帶來的食物，或是要求吃糖果止餓、咳嗽有痰或是流鼻水時需拿下N95清除分泌物等。每次與病人接觸，我都要格外小心，確保自己和其他人的安全，我會嚴格實施防護措施，頻繁使用酒精、乾洗手液、確保穿戴隔離衣的完整性，保護自己不受感染。這是一種持續的壓力，需要時時刻刻保持警覺，每天上下班都會嚴格地按照程序穿脫防護衣，全身上下都消毒後才下班。

工作至今，已十多年了，身為一名護理師，我看到病人們面臨著疾病的挑戰，看到他們在困境中展現出驚人的堅強和毅力，保持著勇氣和堅定的意志，努力對抗病痛。他們的毅力信念是我不斷努力為他們提供最好的護理和照顧的動力。照顧著那些需要幫助的病人們，我深深明白自己的責任，我會竭盡全力以赴，我相信我們的努力和奉獻是有意義的。每一位病人都是一個獨特的生命，我們的關懷和努力能夠給他們希望和溫暖。我願意繼續承擔這份使命，無論前面的道路有多少艱辛，我都會堅定地走下去，因為我相信我們有能力足以改變和拯救生命。每次看到病患的病情好轉，看到他們康復出院，我內心都會充滿著喜悅和滿足感。這些瞬間讓我感受到自己的價值和重要性，讓我知道我的辛苦是值得的。這段時間，我學會了很多關於堅強和奉獻的重要課程。我學會了珍惜生命，珍惜每一個人的存在。我明白了團隊的力量，以及在逆境中的共處同前進的重要性。我會記住他們的故事，並用他們的回憶激勵我繼續前行。儘管這一切都很辛苦，我仍然堅持著，我深知我的職責和使命，我會盡我所能照顧那些需要幫助的人。

我要感謝那些血液透析的患者們，他們每天都在不同程度的身體不適中努力堅持著。我看到他們面對疾病的挑戰，仍然保持著勇敢和堅強的意志。感謝你們的信任和合作，你們勇敢地面對疾病的挑戰，並在我們的護理下努力戰鬥。堅定和勇氣是我最大的鼓舞和動力。謝謝你們相信我們，接受我們的照顧，讓我們成為你們生命的一部分。感謝你們的毅力和堅持，讓我能夠見證你們的每一個進步。同時，我還要感謝帶領我進入血液透析領域的學姊、醫師及同事們，讓我瞭解、熟悉及喜歡上這份工作，感謝我的那些同事，和我一起奮鬥在血液透析室的護理師、醫師和其他成員，感謝他們的團結和努力，共同應對那些病患們的需求和挑戰。他們的專業知識和經驗讓我學到了很多，他們的團隊合作精神讓我感受到溫暖和安心。讓我能夠成長並做出更大的貢獻。我很榮幸能夠與你們並肩作戰，共同為病患提供最好的護理和照顧。血液透析的病患和同事們，謝謝你們，我會繼續努力，為你(妳)們提供最好的護理和支持。