



## 「腎」乎奇技的第一份工作

慧安診所 尤媛慧 護理師

我是去年畢業的護理新鮮人，血液透析診所也是我出社會的第一份工作，當初會選擇進入洗腎室可以說是非預期的狀況，因為對於還沒有任何臨床經驗的我而言，根本不會選擇血液透析護理人員作為我的第一份工作，甚至可以說是不敢選擇，而後來之所以會進入洗腎室，是因為當時我有在求職網上填寫履歷，我們護理長透過履歷聯絡我，問我有沒有意願到洗腎室面試看看，我帶著去看看也無妨的想法踏入洗腎室的大門，殊不知這一次面試就讓我留下來工作，至今也快到職滿一年了。這一年的工作經驗對於我在洗腎室的護理生涯來說，是一個充實而有意義的時光，這段時間裡，我體驗了許多難忘的瞬間，也從中學習到非常多寶貴的經驗和啟示，以下將與大家分享我在洗腎室工作一年的心得體會。



在洗腎室工作的這一年來，我透過觀察學姊們與患者的互動，便深刻的體會到，護理不僅僅是提供醫療照護而已，更多的是與患者建立連結和情感聯繫的過程，每一位來到洗腎室的患者，都有著屬於自己的故事和不同的醫療需求，除了執行透析護理之外，在醫療之餘，學姊們還會去傾聽患者們的故事，關心他們的生活或是情感，並以專業知識的角度，化解他們的對於醫療恐懼和焦慮，此外患者們也不吝嗇與學姊們分享家中趣事、心情感受，使得護理人員與患者間不僅僅是護病關係，更像是家人與朋友。其中最讓我印象深刻的是，有一位從其他診所新轉入的患者，第一次來到我們洗腎室時，語氣與反應都較為冷淡，甚至有語帶抱怨的反應我們護理人員上針速度太慢，在剛入職初期，分配到我照護那位患者時，我都會特別緊張，深怕自己動作太慢，會使患者不快，後來經過同仁們慢慢與患者交流，他也漸漸會主動與護理人員攀談，相處的十分融洽。後來還有一次，又輪到我照護那位患者，由於我準備機器、打針速度都不及其他學姊們，所以我都比較早至診所做準備，那位患者與我聊天了解到我提早到的原因後，很暖心的鼓勵我「熟能生巧就好，速度都是慢慢練出來的，不用緊張啦」，過程中也沒有催促我，讓我能夠安心的依照自己的步調完成工作。讓我體會到，一段關係的建立是互相的，對患者們釋出善意，患者們感受得到，也會同樣以善意回應，這是我覺得洗腎室與一般醫療院所較有差異的地方，互動關係相對來得緊密。

洗腎室的工作並不總是一帆風順，我在這一年裡也經歷了許多的挑戰與困難。剛開始是洗腎機器一直alarm，我也不明白問題出在哪，只好請教學姊來幫我排除障礙。後來在開始照護患者後，最大的瓶頸就是打針，首先我得先克服粗大的針頭穿刺過患者皮膚的恐懼，起初因為害怕而使不上力，針尖直直抵在皮膚無法穿刺，反而使得患者感到加倍疼痛，花了很多時間才克服，再來便是準確度的問題，剛開始打針常常沒打中，需要學姊協助調針，甚至對打針這件事深感壓力，經過一次次的練習，才逐漸上手，掌握到打針的技巧。

有時候是患者的狀況突然惡化，這些都需要即時的應對和解決，以低血壓來舉例，處理方式就有很多種，給予生理食鹽水，快速增加體液容積，或者給予升壓藥物，甚至是直接將血液趕回患者體內等等，對於初期的我而言，實在很難判斷，不清楚何種情況該選擇何種適當的處理，甚至對於不同患者也有不同的做法。直到現在，雖然基本的處理我還算能夠應付，但在緊急的情況下，我還是不夠有經驗去判斷危急時刻的處理，記得有一次，讓我印象很深刻，有一位患者一來到診所時，意識狀態就不清醒，學姊呼叫她也沒有反應，學姊就趕緊為她測量血壓，當發現測不到血壓數值後，便以手觸摸脈搏，而她的脈搏也相當薄弱，學姊便馬上意識到狀況不太樂觀，隨即馬上呼叫醫師及推著急救車、心電圖趕過來，與此同時，我正在隔壁床準備為患者打針，待我注意到學姊這邊的動靜後，我原本想加入一同提供協助，但沒多久我就發現，這情況是我無法處理的，甚至擔心自己會成為急救過程中的阻礙，便離開現場去做其他我所能做的事。事後同仁們有在會議上討論此次急救的過程，我也從中瞭解了一些急救的基本流程。透過這次的經歷，讓我更加堅信了在壓力下仍須保持冷靜和果斷的重要性，除此之外，也需要增加急救專業知識，足以支撐我去應對各式各樣的突發狀況，這些都是我還需要努力學習的部分，並以此期許自己，若不幸再有同樣的情況發生，到那時候我也能盡自己的一份力量。

在洗腎室的工作中，每一位患者的病情都不盡相同，對於剛進來的我，是十分難以上手的，但隨著時間的磨練以及實作經驗的累積，也許還不是能夠理解的很透徹，但我逐漸的熟悉了腎臟疾病的不同類型，不同程度的病情以及相應的處理方式，並且也學習到很多洗腎中會可能會發生的合併症。除此之外，我學到了如何對不同類型的洗腎患者進行評估和護理，根據患者他們的具體情況制定個性化的護理計劃。在工作之餘，我也報名了血液透析護理人員訓練班的課程，讓我這位洗腎菜鳥，對於這個艱深的領域能夠更加的上手。在課程中，我學習到了不同類型的洗腎設備，並且也學會了如何安全地操作這些設備，盡可能確保患者在治療過程中的安全和舒適，我也學到了穿刺技術及瘻管照護的技巧，學會更精準判斷在患者合適的血管中插入針頭，這對於洗腎治療是至關重要的環節。

除了洗腎的技術和專業知識之外，團隊的合作也是我在這一年中的一大體會。洗腎室是一個高度需要合作的環境，所有的護理師、醫師及行政人員等相關人士，都是需要互相合作，才得以確保患者的安全、治療順利進行及團隊的工作效率。在這之中我也學到了如何與團隊成員溝通、協調，並在彼此需要幫助時適時地提供協助，這種合作精神不僅讓我更好地適應工作，也讓我感受到了團隊的力量。讓我印象深刻並且相當感恩的是，在我剛開始學習收針過程中，也許是因為沒有準確的按到止血點，或者該患者的瘻管不易止血等原因，而造成滲血的情況，診所的同仁們總是立刻伸出援手給予我幫助，有的幫忙拿紗布、撕紙膠，有的遞濕紙巾等等，有時候甚至是在正逢中午上、下針最繁忙的時刻，不僅沒責備我還給予我援助及鼓勵，跟我說不要過於自責，這些都是學習的過程，讓我深刻的體會到，團隊的力量是無限的，並且我們是相互幫助、相互支持，能夠毫無畏懼的應對著各種挑戰和困難。

在工作這一年來，比起初進入洗腎室時的懵懂，我有了許多的進步，更讓我在心理上變得更加堅韌，在這段時間裡，我多次經歷了情緒的波動，有時對於自己是否能夠勝任這份工作，感到不夠自信，有時會因患者的負面言語及反應，讓我感到無助和難過，當然也有時又因患者的認同及信任，而感到欣慰和開心，並且讓我學會了如何在情緒下保持冷靜，如何處理自己的情緒，這些都是我護理生涯中寶貴的財富。最後，我想向所有在我護理生涯中給予我支持和幫助的人表示衷心的感謝，謝謝所有的同事及醫師，對於我不懂的地方給予了莫大的指導，並且一有機會都會積極對我進行機會教育，教我很多事；此外，感謝陪伴在我身邊的每個人，在我感到低落或者不自信的時候，給予我鼓勵和支持，都是鼓舞我持續進步的最大動力。工作一年，不僅僅是一段時間的歷程，更是一個重要的里程碑，我期許自己能用更加成熟的態度，和更多的熱忱去迎接未來的挑戰，並且將會繼續不斷學習、不斷的進步，為了讓自己成為更加優秀的護理人員而努力。