



洗腎室新進護理人員心得分享

瑞和診所 黃鈺倩 護理師

我今年22歲，住在深坑，在血液透析診所已經工作一年。一年前的我就讀二技進修部，因為就讀進修部一個禮拜只需要上課2天，為了不浪費其餘的時間，順便貼補家用，所以想找一份工作。當時看到家中附近的瑞和診所所有在應徵血液透析護理師，但五專剛畢業還在讀二技的我沒有臨床的工作經驗，又聽過老師及學長姐們都曾說過，洗腎室的病人千變萬化，透析的過程中常常會掉血壓，所以大多都是有臨床經驗的學長姐們才會到洗腎室工作，很少人會一畢業就在洗腎室工作；加上很多人常常說腎友脾氣較差，有些腎友甚至不會讓新人照顧自己，或是刁難新來的護理師，所以我十分害怕，怕自己做不來這份工作。但是面試時洪醫師及學姊們都很鼓勵我，歡迎我如果有興趣的話可以來嘗試看看，所以我就鼓起勇氣地來診所了。



剛到單位時，發現有很多東西要學習，像是如何操作機器、了解單位常規、與病人做自我介紹、熟讀學理知識、判讀檢驗數值以及在每個月的總檢過後給予病人適合的衛教等。我開始能理解為什麼有些人會說腎友會刁難新來的護理師或是態度差，那是因為他們都很保護自己的屢管，畢竟這是他們的第二生命。而且有些腎友已經洗腎好幾年了，比起護理人員，他們覺得自己更了解自己的身體狀況。可能因為我是在地人，所以跟在地的腎友們也有共同話題，很快就可以跟他們聊起來，常常因為不流利的台語，逗得他們哈哈大笑，在聊天的過程中，適時的給予他們每個人所需的衛教，也因為這樣，所以在照顧上也可以更快取得他們的信任。

在我來的這一年裡，我覺得學到了很多事情，不管是做人還是做事，我很開心可以來到這裡上班，因為沒有像別人說的明爭暗鬥，或是學姐罵人拍桌這種事情發生。學姊也跟我說要跟病人建立好的關係，不外乎就是嘴巴甜一點，做事積極一點，透析過程多去關心他們一點，看有沒有不舒服，我覺得只要在不危害病人生命的情況下，每一次的犯錯都是一次學習的機會，也讓我可以錯中學，不要再發生一樣的錯誤。單位的學姊們也都很溫暖，大家都會互相幫忙，也很熱衷教學，學姊們都說，如果遇到事情了不要驚慌，也不要亂叫，只要叫一聲學姊，她們就會過去了，因為太驚慌失措，也會讓病人緊張。還記得第一次遇到病人的屢管沒有止血，在流的時候我雖然

很緊張，但是我鎮定地拿著大把的紗布就壓上去，看著血還是流不停，我馬上呼叫學姊，學姊二話不說拿著紗布就走過來很冷靜的幫我處理好。在處理的過程中學姊教導我如何正確有效的止血，而不是看到血就過去壓，要先看好在出血的地方，不然再怎麼壓都沒辦法止血，而且還要特別注意血液流失有沒有太多，看需不需要下一次透析時追蹤血比容值有沒有往下掉。

今年1月的時候接了一個新病人，阿姨是因為腹膜炎所以從腹膜透析轉為血液透析。有次在準備要開始血液透析時，阿姨的血壓正常，對話也正常，但在上針對接的時候，阿姨突然說他胸悶，覺得有點不舒服，我想說可能只是剛開始洗所以將流速放慢後請醫師出來看她，但下一秒她就意識不清了！我馬上將血趕回去，請大家來幫忙，當時所有學姊都衝過來幫忙，洪醫師很快地採取急救措施，並通知119轉送醫院處理。當時學姊她們都知道該做什麼事情，我在慌亂中選擇抽痰的位置，事後我就問了學姊當時是不是反應不夠快，做的不夠好，結果學姊第一句話說：「我覺得妳抽痰抽的很棒！」，後面才開始跟我說下一次遇到這種情況的時候可以怎麼做會更好，到現在每天下班後我總會在洗澡時想想今天發生的每一件事情，有什麼需要改的或是需要增加自己不足的地方。

今年3月的時候我接了一個30幾歲的女生，她雖然已經進入了尿毒症，但原本不想洗腎，因為她們家再離醫院的距離有點遠，所以經過醫師的推薦來到了我們診所。剛來我們診所的時候是她老公騎摩托車載她來，她老公背著她從一樓搭電梯上來，那時候她的狀態很差，尿毒的症狀很嚴重，水腫的程度也很嚴重，雙腳腫到連走路都會痛，身體全身無力。來診所的時候也不太跟我們說話，營養狀態也很差，都吃不下去，血壓更是每次來都可以破200mmHg以上。經過這兩個月的脫水跟規律透析，她的狀況進步地很快，水腫及高血壓明顯地改善了，胃口也進步了，現在來的時候都會喝一瓶牛奶，或是帶自己的東西來吃，她也漸漸的開始會跟我們說話，關心她自己的身體狀況。看到她的自我照顧能力不佳，常常身體都有異味，皮膚的角質層也很厚，我們覺得她一個漂漂亮亮的女生，要好好照顧她的外觀，於是我們自己調製了乳液給她抹，也跟她說在家要自己勤抹，也衛教她說雖然她目前自體動靜脈瘻管尚未完全成熟，仍在用永久洗腎導管在洗腎，不方便洗澡淋浴，但可以去給人家洗頭。現在她可以跟老公一起走來，不用再使用輪椅了，從一開始她老公需要陪伴她整個透析的過程，到現在只需接送她即可。兩個人可以一起手牽手進來跟回去，雖然每次都會鬥嘴，但其實都很愛對方，老公也說她現在狀況很好，每個禮拜都會去找朋友到處逛街，看到病人有這樣的好轉，我們都很開心，洗腎就像馬拉松一樣，雖然過程很辛苦，但是努力下去，身體總是會好轉的。

有一個腎友大哥很有趣，今年52歲，小孩才剛國小畢業而已，他每次來都至少重4公斤以上，7、8公斤更是家常便飯，因為他是雲林人，有時連假會帶著老婆跟小孩回雲林，就會在雲林的診

所插洗，大家都會開玩笑跟他說不要去雲林插洗時重太多嚇到他們耶，而他的最佳名言是呷乎死，卡贏死沒呷。每個月總檢，磷更是常常超過標準值，我們都在跟他聊天的過程中，教導他水份控制跟飲食的攝取，對他而言家庭是最重要的，我們常常會跟他說身體一定要顧好，小孩還小，一定要好好的控制好嘴巴，才可以陪小孩更長的時間，也因為這樣他慢慢有聽進去，最近來時體重增加都盡量控制在3到5公斤，現在很少看到重7、8公斤了。我學到了衛教不光只是嘴巴說說，要看每個人最在意的點是什麼，針對他在乎的點來衛教，他才會去關心跟多加注意。

最近從大醫院轉來了一個81歲的阿嬤，在醫院已經洗了8年，住在信義區。第一天來時有兒子、女兒跟老公陪同來，因為阿嬤有失智症，照顧上有些不方便，因此家屬送阿嬤到我們診所樓上的護理之家住，來的時候家屬告訴我們，他們跟阿嬤說去住樓上的護理之家只是為了要洗腎，是暫時的而已。在跟家屬問完問題後，他們要離開時，我看到阿公眼睛紅紅的，阿嬤只叫了兒子趕快帶爸爸回家吃飯，感覺的出來他們真的很愛阿嬤，但真的照顧不來，只好送到護理之家。每個禮拜二、四、六，阿公都會自己來看阿嬤，但也是坐在阿嬤旁邊，默默地陪伴他，阿公溫暖的陪伴，讓我覺得阿嬤真的好幸福，因為我很喜歡跟阿公、阿嬤們聊天，所以只要有時間，我都會走過去跟每個阿公、阿嬤講講話。有次阿嬤的老公看到我在跟阿嬤聊天，阿嬤笑的很開心，阿公走過來跟我說：「妹妹，我想拜託妳有時間跟阿嬤講講話，我覺得妳們這邊護理師都很溫暖，感覺得出來她在這邊很開心。」，聽到阿公這麼跟我講，我覺得很開心，原來護理師不是只有執行技術跟一般的照護，每個細節跟動作家屬都看在眼裡，能得到家屬的認可，我覺得這是工作中的小確幸，也是我成就感的來源。

我覺得來到這邊聽到了每個人不同的人生故事，才知道世界上的人百百種，對每個人的回話方式也都需要看每個人的個性來決定，來到這邊也讓我知道生命很脆弱，有時聽到哪個病人駕鶴歸西的時候會很驚訝。曾經有個病人，他雖然年輕，但是步態不穩行走需要拿著單拐，在那時候他開完人工血管也已經一陣子了，所以開始用人工血管來透析，拔除了永久性洗腎導管，我們都告訴他開始用手洗，透析效果就會更好了喔。他是洗二、四、六的病人，某個禮拜一他拿著他出去玩買回的蛋糕來給我們吃，但當天晚上就收到家屬的消息說他走了，我們大家都很驚訝，因為當天他才來送蛋糕，晚上就走了，覺得很惋惜！他的哥哥隔天也來到我們診所，拿了一些他的尿布、止血貼布跟牛奶，告訴我們可以給需要的人做使用，他哥哥很自責，因為他覺得沒有把弟弟照顧好，也沒有發現弟弟有任何異狀，看著醫師安慰著哥哥，我自己心裡也好難過，真的愛要及時，要常常跟自己的家人說愛他們。

這一年來，洪醫師及學姊們教導我很多不只是學理上的東西，洪醫師告訴我如果要讓一個病人變得更好，不是只有關注在他們透析的4小時，而是要知道他們的一天生活都在幹嘛，全人的照

護。目前已經畢業的我，打算繼續在單位服務，希望自己可以給在地的病人更多的溫暖，可以看到更多人因為我們的照顧及衛教讓他們有更佳的透析品質、存活率提高，讓病人們不要覺得洗腎就沒希望，就算洗腎也可以好好的生活。最後我想謝謝洪醫師跟學姊們，讓我可以這邊快樂的學習，也謝謝診所的腎友們都很接納我，也很放心的讓我照顧，帶給我滿滿的成就感，期望未來可以學習到更多的知識，帶給腎友們更良好的生活品質。