

這一年我與透析的故事， 不只是穿刺

太原診所 謝品鈺 護理師

時間總在不經意間悄然地流逝，當小卿阿姨誇我打針跟拔針技術很熟練，問我有沒有滿一年了呀？我笑著回想時間，才發現自己在血液透析護理這條路上，已走過整整一年又兩個月。回首這段旅程，彷彿一場身心靈的洗禮，從懵懂到熟悉，從緊張焦慮到自信泰然，這一年裡，經由學姊指導下我不只學會了操作儀器、處理突發狀況，更重要的是，讓我學會了傾聽與陪伴。每一位腎友，就像我旅途中遇見的旅人，他們用自己的經歷讓我閱讀了他們的人生，透析室也讓我看見醫療工作不只是數據與技術，更是護病之間互相給予溫暖的地方。

厭倦醫院的日夜顛倒，縱使傳言總說透析室的病人很多自己的想法，到那裡會更像服務業，我還是毅然決然地離開白色巨塔，走進粉色的世界裡。我還記得第一天踏進透析室的情景，那是一個清晨，我抱著緊張地心情換上自己攜帶的醫院白色制服，聞著空氣中瀰漫透析液與消毒水的味道，機器運轉的聲音此起彼落，白亮的燈光、一塵不染的地板，排列整齊的病床，學姊們穿著粉色制服及隔離衣，俐落地工作，一切看似井然有序，陌生的環境卻讓我心跳加快，身著白衣也讓我自己在這個地方顯得格格不入，就這樣傻傻觀望四周，緊張不已地等待帶我的學姊到來。

帶我的學姊相當和藹可親，我沒有等很久，她就帶我開始了她的工作日常，站在學姊身旁，看著她熟練地裝機、預充對接、關心病人近況、為病人穿刺、設定機器，從容不迫完成上機工作。那時我心想：「我真的能勝任嗎？機器好像很複雜，這麼多細節，我真的記得



住嗎？」內心許多擔憂，所幸體系給予新人的摸索時間足夠，讓我可以放心從見習開始，學姊耐心告訴我機器如何裝設，把基本操作詳細告訴我也讓我拍攝影片回家複習，為了想趕緊學會，一遍遍地跟著影片操作，自告奮勇把單位的所有要裝的機器跟預充、對接都包攬下來，在這一剎我耳邊不斷響起學姊說：「不用緊張，你很棒的，一步一步來，穩扎穩打才是最快的。」現在回想透析教會我的事也印證了【F1 電影】中的金句：慢而穩，穩而快。

穿刺說難不難，但最重要的是需要信任度培養，當初第一位讓我親手穿刺的病人是小華姨，一位七十多歲的長輩，眼神溫和、說話聲很大，卻都是說著鼓勵我的話，那時我手微微顫抖，試圖把握正確的握針角度與力道，針剛碰到血管時，我還猶豫了一下，那觸感跟病房注射靜脈留置針有像又不太像，這樣的猶豫其實會增加痛感的時間，但小華姨只是笑了笑，拍拍我的手說：「你很厲害，打我都不痛，下次你可以再來打我，會更厲害。」那一刻，我真的眼眶濕潤，有點懊惱剛剛不該猶豫，又有點感動她明明會痛還給我好的反饋；當然，有願意接納新人的，勢必也有不願意讓新人觸碰的腎友，當時學姊告訴我：「沒關係，他們只是跟你你不熟，你就想說他們很愛護自己的身體，所以想要跟你更熟悉地時候再讓你碰就行，不要往心裡去喔！」這句話讓我原本受挫的心又好了，是啊！若換作是我，應該也會害怕一個不熟悉的人幫我打針吧！其中最印象的是阿緩嫂，態度冰冷還在我剛上線的第一天直接跟學姊說不要讓我打針，但最印象深刻的原因是後來她是會主動跟其他腎友誇我打針好的人，被認可後的我懂了，他們因為長期洗腎，希望得到的照護是你足夠了解他且充滿愛與關懷，於他們而言，透析護理師不只是提供治療的醫療人員，更是陪伴他們奮鬥於透析中的同路人。

透析不只是一種治療方式，更是一種長期的陪伴，血液透析的病人，每週需要透析三次，每次約三個半至四小時。這樣的頻率，讓我們與腎友建立了如家人般的情感。他們的生活幾乎與透析室緊緊綁在一起，而我們則是這個空間裡，最常陪伴他們的存在。在這一年多，

我逐漸了解了每一位病人的故事與生活態度；小雅一位跟我年紀差不多的年輕女孩，因為紅斑性狼瘡導致腎衰竭，必須接受透析，以為年紀輕輕來洗腎會擊垮她，但她每次來都開心地打招呼，然後在家人的協助下搬出她紫色系列的被子枕頭，把病床打理成自己溫馨被窩般，還跟我們分享她去看了哪個韓團的演唱會，很興奮地說三場都有參加喔！最有趣的是她雖然請假沒洗，但是回來洗的時候計算體重，意外控制地很好，她很驕傲地說：「厲害吧！」看她得意的表情真的相當可愛，以同齡人的視角，相當佩服她豁達的態度，誰說洗腎就一定要綁著？其實透析不是病，也不是一種懲罰，是輔助受損的腎臟幫身體排毒，當想要出去玩時，好好控制飲食及配合醫師醫囑，真的可以勇敢踏出去，真希望有更多腎友能跟她一樣好好自我管理，得到像她一樣的快樂，讓生活看起來不只是洗腎與在家躺著。另一個值得一提的阿坤伯，一位退休消防員，身材瘦小要不是學姊說他以前是消防員，還真的聯想不到以前的他是多驍勇善戰，在家中的他，因為家裡人的關愛，在飲食上都被把控地相當嚴格，而他與透析室的公開秘密便是會帶小零食邊洗邊吃，雖然總說是偷帶的，但我們覺得家屬其實早就知道，只是想說洗腎就順便洗掉吧！另外偶爾他還會想喝飲料還硬是要請我們一起喝，他總說獨樂樂不如眾樂樂，他每次來都笑咪咪，是少數喜歡來洗腎的伯伯，他說來這裡吃點心是他生活的小確幸，因此我們會在體重及血壓可行的狀況下，幫他達成，希望他來洗腎的心情可以永遠愉快。第三個要介紹的是阿平叔，他的腿一隻截肢了，活動都需要居服員協助，但他也是個積極配合治療且心態很好的大哥，喜歡



哼唱一些我沒聽過的歌曲，時常在機器準備時輕哼幾句，也喜歡跟護理師開玩笑，總是誇讚看到我們心情就很好，也總會說自己若不是斷腿了就可以帶我們去喝下午茶，還可以騎摩托車去海邊當在沙灘奔馳的陽光老男孩，有人問他怎麼這麼會說話，他回答：「因為現在只剩嘴了，所以要用嘴多說好話，讓周圍的人都能開心呀！」，還記得在我還是新人時，第一次見面就對我想當友好，甚至開玩笑說看膩了舊人，若可以每次都讓我照顧他就太好了，雖然是玩笑，但這句話在還被很多腎友婉拒照護的時候，比任何讚美都來得讓我有動力。

當然這份工作並不總是溫馨與感動，也有許多自我懷疑。有一次，還在受訓期間，某位腎友透析過程中突然出現低血壓，狀況急轉直下。當時我手足無措，腦中空白，只能依賴學姊指示行動。事後，雖然腎友無礙卻也讓我相當自責，回想之前在醫院急救的畫面，到了透析室遇到的第一次緊急狀況卻因為不知道該怎麼操作機器而不知道從何下手，因此在關鍵時刻遲疑。那一晚，我幾乎失眠，一直想：「如果我更快一點，如果我能再冷靜一點，會不會讓病人少受一點苦？」隔一天，再見到這名腎友時，當時的畫面又重現一遍於腦海，但她見到我反而笑著跟我說：「謝謝，幸好你來量血壓有即時發現。」意想不到的感謝，把我從自責的深淵拉起，在那之後我跟學姊借了參考書翻閱，也在腎醫會透析認證課程中特別認真聆聽關於急性併發症的症狀與處理，一次的挫折成為我精進自己的養分，容許自己在學習的過程中不完美，但期許自己在醫療過程中可以做到盡善盡美。



我們不只是醫療人員也是陪伴者，在這一年的裡，我最深的體悟是：護理不只是照顧生理，更是陪伴一段段人生。今年母親節，院長及護理長準備了香皂花與蛋糕，帶著我和幾位同事一同發送，向女性腎友們說聲母親節快樂，也讓男性腎友們可以將我們的小禮物帶回去跟妻子分享，不論男女我們都予以祝福，那一天整個透析室充滿笑聲與驚喜。有位腎友說：「每年洗腎室都有準備這些小東西，真的很貼心，我總覺得自己只是個『病人』，沒想到你們還會幫我們過節日。」之後更聽到腎友誇讚蛋糕好吃，捨不得吃還分成三天慢慢享用，我們這些看似微不足道的舉動，其實在腎友的生命裡，是一種溫柔的證明 - 他們不是被忽略的存在，而是有尊嚴、有情感、值得被珍惜的人。

而被溫柔對待的人也有我們，身為醫療人員，就算是颱風天也得上班，冒著風雨出門的內心難免有絲絲疲憊，這時一位叫妮妮的腎友，她明明不是洗腎日卻帶著

甜點來分享給在崗位上的護理同仁，甚至還特地跑來跟我說：「小鈺，你太瘦了，外面風雨很大，一定要注意安全唷！」那一刻，內心因颱風天的冰冷被暖化，我感受到的是原來透析室護理是一種雙向的關懷，我的真誠也讓他們把關心反饋回來，護理不是偉大的英雄行為，但因為他們的反饋讓我體悟到自己這份工作的價值，也越來越明白護理是一場心與心之間的交會，我曾以為護理這份工作是冰冷的數據與忙碌的流程，只能對藥、發藥、做技術、擺醫囑，現在我知道，它其實蘊藏著無數真實的情感與故事，我們每天面對的是一群需要為自己健康負責的勇士；而我們的任務，不只是協助他們，更是讓他們感受到 - 在這條路上，他們有我們，他們不是孤單的。

回眸以後，再往前一看，未來的路還很長，身為透析小白的我會繼續升級打怪，繼續跟著資深學姊的腳步，成為遇到什麼事情都能游刃有餘解決的透析護理師，勇敢克服各種障礙，現在的我不再害怕，因為有願意支持我的學姊與腎友，因為這一年所累積的經驗與情感，他們已經成為我堅實的後盾。

這一年，我不只是從事了一份有別於醫院的護理工作，考到了血液透析證照，更是找到了我的使命，我與透析的故事，不只是穿刺，還會有好多個一年，期待它，未完待續。