

熟練的護理技巧都是由照顧病人累積而來的
聽聽護士老師的一席話
護「事」話你知：宗教信仰與生活質素

香港基督徒護士團契通訊編輯委員會
編輯：胡晔俊、林清
成員：陳嘉敬、吳卓穎



九龍長沙灣道137-143號長利商業大廈11字樓
Tel: (852) 2369 8512 Fax: (852) 2367 4694 E-mail: info@ncf.org.hk Website: www.ncf.org.hk Facebook: www.facebook.com/HongKongNCF

07

2019

熟練的護理技巧都是由照顧病人累積而來的

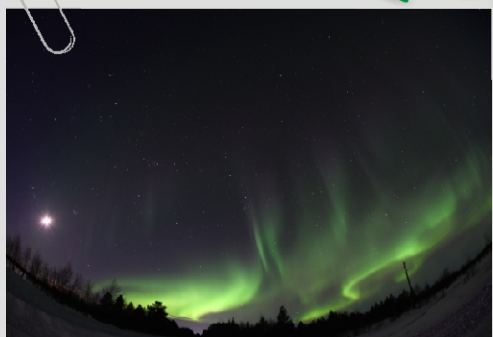
每月金句：

你不要害怕，因為我與你同在；
不要驚惶，因為我是你的神。
我必堅固你，我必幫助你；
我必用我公義的右手扶持你。
(以賽亞書四十一章10節)

事工消息及代禱事項

- ~ 請為香港這個城市禱告，雖然目前正遇著風高浪急的環境，求主賜下信心的眼睛，使我們可以看得見掌管萬有的上帝仍然坐著為王，讓我們可以放心投靠祂，得著平安穩妥。願上帝的慈愛和公義在香港這個城市彰顯，讓我們存著謙卑的心與上帝同行。
- ~ 請為各位辛勞工作的護士祈禱，求主加能賜力量給他們，在這個艱難的環境當中，繼續守護病人的健康，將耶穌基督的愛傳揚開去，使別人得著祝福。
- ~ 請為今年畢業的護士禱告，求主帶領他們到合適的病房事奉，讓他們好好的適應，身心靈健壯，繼續在病房為主作鹽作光，見證上帝的榮美。
- ~ 請為各位護士學生祈禱，讓他們在暑假中，有休息安歇的時間，使他們重新得力，繼續奔走這條護理路。

生活語



攝影：吳肖群 黑暗盡頭，才現璀璨光芒。

病人，讓醫學前進

早前，我看到一套名為「律政狂人特別篇2」的日戲。內容描述一位妻子，他的丈夫患了一個罕有的疾病，但當時醫學在這方面的研究不多，沒有統一的治療方案。因為醫院的主理醫生（亦是位臨床教授）是這種罕有病的專家，所以他使用了一種正在研究的藥物去醫治那位病人，可惜病人最終離世。家屬委託律師對醫院提出訴訟，控方指出治療藥物是未經過詳細研究，治療方案亦不是依照醫院指引，故控訴理據是「醫療過失致死」。反之，辯方律師指出因為傳統治療的藥效太低，並以數據證明研究中的藥物成效有35%，而死亡率只有1.3%（以468病例作計算）。即使這種研究中的藥物比傳統治療方法較好，但成功率依然少於一半，所以辯方認為是次的死亡為「不幸」。

的技巧是包含護理的專業知識、溝通技巧、批判性思維和操作手勢等）。

各位同學，你有感激每一位你所照顧的病人嗎？你有否在實習前預備好自己呢？如果你連一個護理程序的步驟都還未掌握，或是一些每日都需要運用的護理技巧都未曾在課室中操練好，就貿然在病人身上練習，其實這是一種很不負責的行為。請緊記，縱然你已經在護理課室中把護理技巧練習得很熟練，但你仍有機會為病人帶來不適/痛苦。同學若在課室中反覆訓練，在實習過程中把技巧仔細細教，將專業知識、溝通技巧、批判性思維和操作手勢等融會貫通，最終練成熟練的護理技巧，病人所付出不適/痛苦就來得有價值。原來，病者在你我專業的培訓上是有份的，並且重要的，同學們有想過嗎？如何能幫助或推動同學在實習前預備好自己呢？我想原因是哥林多前書有提到的。

愛，加上

哥林多前書十三，1至3節提到「我若能說萬人的方言，並天使的話語，卻沒有愛，我就成了鳴的鑼，響的鈸一般。我若

每個人都希望自己是先進醫療下的受益者。但如果沒有人願意為醫療進步付出，甚至於付上生命，何來有之後的受益者？所以「現代的醫療技術是用屍體堆積而成的，死亡會對日後的生存者產生意義」（節錄於律政狂人特別篇2）。雖然上述的理解聽來十分殘酷，但卻蘊含了重要的提醒。而且更重要的是劇中這位主理醫生（在有限數據的情況下）對這種罕有的疾病，都已用上當時最好的治療方案去處理。這令我在想，在臨床實習時，護士學生是否已經用上他們最好的技巧去照顧病人呢？我猜想，有些是，有些不是.....

實習，讓技巧提升

回想在幾年前，每次的大學資訊日的講座及答問環節中，都會討論到臨床實習。臨床實習是護理課程的一部份，也是臨床學習的唯一方法。雖然護士學生已經在實驗室，以模擬環境及病人進行訓練和考核。縱然如此，護士學生都會有初次為臨床真實病人進行護理的時候。即使有護士導師在場，相對於已取得專業資格的護士，我們不難想像護士學生會因經驗及技巧不足而為病人帶來不適的機會較高。所以實習是訓練護士學生臨床護理技巧的不二法門，也讓他們在畢業的時候能達致理想的護理水平。

簡單而言，每一個護士學生之所以能訓練出熟練的技巧，都是由照顧病人累積而來的，當中可能有令病人不適，甚至有痛苦的經歷。這樣的理解和上述「律政狂人」辯方的理解有些相同。不同的地方是那位主理的醫生對罕有病已經用上了當時最好的治療方案，而護士學生則是在實習時提供他們在課室已掌握並在臨床以個人最好的能力達至的護理。

今日醫學上的成就，是要感激每位病者。其實，每一個護士學生由一無所知直到成為一個技巧熟練的護士，當中病人有可能的不適（有時甚至是痛苦）就成就了他日熟練的技巧（這裡

讓親人可以減低受感染的機會，又可能會查證無菌敷料的種類，為親人選擇最合適的敷料等。這個為親人做到最好的動力是源於愛，驅使你預備自己，將最好的護理施行在親人身上。

在實習前，院校一般都已經教授臨床上常見的護理程序，而且亦已作出考核。但有些同學們只是停留在認知的層面，卻沒有反覆練習去掌握技巧，將護理程序做好（並非只是做完）。若能視病猶親，我深信效果截然不同。熟練的護理技巧都是由照顧病人累積而來的，因此，我們應常對病人心存感激，珍惜每一個實習的機會。

參考文獻：
華人基督徒查經資料網站，(2019)。哥林多前書第十三章註解。檢索於 www.ccbiblestudy.org/New%20Testament/46%201Cor/46CT13.htm

「鼓勵讀者轉贈友好循環再開」

聽聽護士老師的一席話

文: 關耀祖博士 [香港理工大學護理學院]

基督徒護士老師是一個雙重身份。表面上這兩個身份沒有衝突，事實上，兩個角色的矛盾可能只有基督徒護士老師自己才知道。

很多人以為護士老師的工作單單是帶學生到醫院作臨床實習及在課室裡講課。現實是這些工作只是護士老師工作範圍的部份，對部份護士老師來說，更可能只是一小部份。護士老師的工作範圍很廣泛，除了上述的兩項外，當中還包括研究、行政、教學項目或學科發展，更要處理特殊學生的需要工作等。因此，絕大部份的護士老師都在忙於工作。可是，由於當中很多工作都沒有學生參與其中，所以他們都不明白老師每天在忙甚麼。

教學是一個沒有盡頭的工作，不管一位老師做得多好，也肯定有做得更好的空間。現今學生對老師的期望亦相當高。從前學生可能只期望老師能把學習的範圍教授清楚，把考試的範圍說

明清晰，那位老師已相當不錯。時至今日，除了以上的期望外，很多學生更期望老師教學方法有趣；甚或老師能在課堂以外的時間，可以彈性見面以討論學習相關的事。可是，老師每天的日程可能已經被其他工作擠得密密麻麻，上課時可能心神仍記掛著辦公室內未完成的工作，上課已日漸失去了幽默感，可能間中還變得冷漠。

除了學生對老師有要求，學校對老師的期望更是越來越嚴苛，不斷苛求老師在教學方法及評估方法上突破。除了傳統地傳遞知識和技能，老師還需要發展新的教學方法以增加學生的學習主動性及學習能力。可是，大部份護士老師在早年的護士訓練中，並沒有經驗過這些事情（例如：發展護理研究或發展新的教學方法），因此在處理這些事上，都十分缺乏經驗及技巧，這些都令老師們每天也忙碌於不停的學習中。

基督徒本身並非工作，而是一份願意一生跟隨基督，以生命

實踐信仰的委身。當中包括視同事及同學為我們的鄰舍，繼而關愛他們；視工作為事奉，活出基督為榜樣的行為來表明對上帝的信心；視校園為禾場，作收取莊稼的忠心工人。可是，每天在喘不過氣的工作中，或許老師有時都忘了自己是屬神子民的身份；面對林林總總的工作，我們有時把這些使命都放下了；面對學生其實相對合理的要求時，我們有時更會失去耐性及愛心……

也許教學、研究及行政工作的忙碌容易把我們屬靈的生命抽乾。屬世的忙碌與屬靈的生命往往都是對立的，在忙碌工作中活出榮耀上帝的生命也許是我們的挑戰，但這難道就不是其他工作崗位中的基督徒的挑戰？因此，除了教會生活外，我在校園中仍堅持定期與老師、學生有禱告、查經及傳福音的生活。我相信工作的終極意義是服侍人，而非過度追求工作成果而令自己更忙碌。這是我作為基督徒老師的信念，希望這分享能為正掙扎於跟隨基督與工作之間的大家帶來一點鼓勵，更希望這分享能讓大家多一點認識護士老師的工作。

護「事」話你知

宗教信仰與生活質素

文: 加菲

提到長者，我們會聯想到甚麼？年紀老邁？身體機能開始退化？孤單？寂寞？……但有趣的是，據全港一個年齡與快樂關係的調查，在逾千名受訪者中，年逾七旬的群組長者快樂指數最高。原因為何？宗教信仰又是否能提升生活質素，並且令長者更快樂？

根據林清博士早前在香港基督徒護士團契「宗教信仰與生活質素——從科研的角度去探討其相關性」聚會中，提到院舍長者生活質素的研究分析 (Lam, 2015)，調查中三分二的院舍長者都有宗教信仰。研究結果顯

示年紀越大，生活質素越差；教育水平越高，生活質素越好；住院時間越長，生活質素越差，得出以上這些結果，我們都不難理解。講者進一步提到有宗教信仰的長者在認知能力、心理層面、對院舍的滿意程度都較高，而憂鬱程度則較低。然而，最重要的分析結果是宗教信仰對長者的生活質素確實有著非常明顯及決定性的影響，相比沒有宗教或佛教，基督教更有效提升院舍長者的生活質素。

無可否認，宗教信仰都是一些主觀感受，而且很抽象及不容易被量度。但若宗教信仰是能讓我們更快樂和滿足，團契生活讓我們可以獲得更

多的社交支持，遇到困難時更可以隨時隨地向神禱告，這不是很好嗎？

我試想像著年老的我身體機能日漸衰退，但只要我尚有意識，我仍然可以向神禱告，與上主結連，讓我不覺孤單、不感寂寞，深信上主依然與我同在，這是何等皆美。

然而，人未曾信他，怎能求他呢？未曾聽他，怎能信他呢？沒有傳道的，怎能聽見呢？若沒有奉差遣，怎能傳道呢？如經上所記：報福音、傳喜信的人，他們的腳蹤何等佳美。(羅十14)

參考文獻: Lam, C. (2015). Development and validation of a quality of life instrument for older Chinese people in residential care homes (Doctoral dissertation, The Chinese University of Hong Kong (Hong Kong)).

自我照顧工作坊

面對每天繁亂，沉重的護理病者工作，身心靈也有很多狀態，然而卻沒有空間停頓下來，沒有合適的方法、溫柔的陪伴去照顧自身。是次工作坊，會透過使用「關明暗在」的情緒及需要卡，讓自己有溫柔的空間去與自己連結，去關明自身暗在的需要，更有方向如何陪伴，關顧自己。

日期: 29/7/2019 (一)
時間: 19:00-20:30
地點: 香港基督徒護士團契會址
(長沙灣道137-143號長利商業大廈11字樓, 深水埗港鐵站A1出口右轉)
講員: 邵倩文姑娘 (前寧養中心資深護師, 現為崇基學院神學院助理校牧)
查詢: 23698512 Mandy
費用全免。歡迎醫護赴會

手穴按摩

我哋的一雙手，每一日會接觸幾多人同物件？每日派藥、洗傷口、過床、換片，每一天都係無比忙碌中渡過，除左搽hand cream，仲有冇諗過點樣對我哋的一隻手好D？結合香薰治療同手穴按摩，不但可以為對手扮靚，仲可以改善身體，大家一齊來試吓啦！



日期: 26/8/2019 (一)
時間: 19:00-20:30
地點: 香港基督徒護士團契會址
(長沙灣道137-143號長利商業大廈11字樓, 深水埗港鐵站A1出口右轉)
查詢: 23698512 Mandy
費用全免。歡迎醫護赴會



FREE JAM 敬拜聚會

在這「護途」上，最初，大家都滿懷憧憬地準備，但當一步一步地走這條路時，也許會發現理想與現實的差距，也許會有跌倒的時候，也許會有互相扶持的時候。也許會看到沿途美好的景色，也許會有想停下休息的時候，也許會有想回頭走的念頭，無論你在這條「護途」的那一處，30/9 約定你，以詩歌寄意，在護途上彼此支持。

日期: 30/9/2019 (一)
時間: 19:00-20:30
地點: 香港基督徒護士團契會址
(長沙灣道137-143號長利商業大廈11字樓, 深水埗港鐵站A1出口右轉)
查詢: 23698512 Mandy
費用全免。歡迎醫護赴會