



聽聽老師一席話

不論在公營或私營的醫院和院舍，面對日以繼夜忙碌及有既定程序的要求的護理工作時，每個護士也需有一定的學術水平和心理素質，才能給病友最適切的治療。這一期雙月刊有幸邀請到兩位大專院校護理老師為我們分享，讓我們進一步瞭解怎樣去維持護士學生的水平，以及在不同的工作環境如何保持良好的護理質素。

仁慈的守關者



護士的專業知識及操守一直都為社會大眾所關注。因此，護士培訓機構正努力保持畢業護士的品質。當中，護理教育工作者其實不單只是在教學，而且也要擔當未來護理人材的守關者。而我更深信每一位前線的護士也有其守關者的職份，因為你們的工作事奉便是在自己的崗位上盡心竭力地完成託付。

文: 林清博士 [香港理工大學護理學院]

第12屆國際基督徒護士團契(NCFI) 亞太區會議@台北



分會

PACEA 究竟是代表什麼？
PACEA 與 NCFI 又有什麼分別？
究竟隔多少年才會舉辦 PACEA？
究竟 PACEA 包括那些國家呢？



究竟今屆的 PACEA，
又傳遞了什麼訊息？
究竟……



我們中間有四位代表到了台北，
參與了今屆五天四夜的PACEA會議，
誠意邀請各位弟兄姊妹，
一同來分享 PACEA@台北2018！



8月份團契
日期: 27.08.2018 (一)
時間: 18:15-19:45
地點: FES 團契室

護士的專業知識及操守一直都為社會大眾所關注。護士的工作彷彿是「關上屏風，你向病人作了什麼，也只有你知道」，所以知識及操守都同樣重要。無論在哪一所護士培訓機構，護理課程的內容均須依照香港護士管理局的要求所制定。護理學生若能完成培訓機構的課程，只須按程序辦理申請，一般情況也可自動取得護士執業資格，而不須額外參與任何公開考核。所以，培訓機構會對學生在知識及操守方面，透過不同形式的方法(例如筆試、口試、臨床實習、反思日誌、研究論文等)，進行全面且接連的評審和考核。學生要通過註冊或登記護士的訓練其實一點也不容易。從每年各個護士培訓機構都有學生退學的情況，可見其困難程度，同時也証明了各培訓機構正努力保持畢業護士的質素。

未來護士的守關者

自從我由前線的護士轉到大學工作，至今已執起教鞭超過十年。護理教育工作者其實不單只是在教學(包括教授課程知識、技巧及待人處世)，同時也是未來護理人材的守關者。守關者除了是要回應社會大眾及前線同儕對培訓機構的合理期望外，也要讓未來護士保持專業水平，故其重要性清晰可見。承接了上司和前輩的提點，與其他護理教育工作者一樣，我也一直持守守關的信念。

守關者的困苦

可惜有聞並非所有護理教育工作者都願意當守關者，原因可能如下。

首先，每次要接觸或處理不合資格的學生(例如術科要重新修讀或臨床實習出了事故等)，既要花精神時間去理解他們的問題，也要為他們重新修定學習的計劃，這會令行政工作量大增。而且，這角色從不討學生喜歡，每當討論到學生不足的地方(尤其是實習中態度的問題)，總不會是悅人的說話。何況，有時還需要勸學生退學，這更是極容易觸怒學生，令自己和學生的關係緊張。有些學生會向你怒目相向，部分更可能會用流言蜚語作回擊，給你一個「殺手」的外號已算是非常「中肯」了。當然，這些流言的騷擾，我也經歷過，幸好，這些都沒有對我的工作及家庭造成實質影響，感謝主的保守！

我深信每一位護理教育工作者都應該擔當或分擔守關者的角色，但總有一些「不願守關」的教育工作者。我只是想大家明白，團隊中若出現這些「不理想的情況」，會令守關者面對更大困難。幸好，過去我曾共事的護理教育工作者，縱然是宗教背景不同，但在守關的理念卻相當一致。

如何仁慈地守關

和合本的中文聖經中只有八段關於「仁慈」的描述。有趣的是，其中兩段，仁慈會與公義或法則一併討論。如箴言21:20-21有關善惡互論，「智慧人家中積蓄寶物、膏油，愚昧人隨得來隨吞下。追求公義仁慈的，就尋得生命、公義和尊榮」。又如箴言31:25-27論賢婦，「能力和威儀是她的衣服，她想到日後的景況就喜笑。她開口就發智慧，她舌上有仁慈的法則。她觀察家務，並不吃閒飯。」我想這裡是讓人明白，仁慈和公義或守法則是可以並存的，也意味著行仁慈不一定要破壞公義或放寬法則。

正在思考仁慈這個課題的時候，無意間留意到電視在播放一場網上崇拜「權能時間」的節目(#2387RR_Eng)。Pastor Bobby指出今天的重要訊息是「相信神，你不必匆忙」(You Don't Have to Hurry - Trust Jesus)。其中的討論提及，因為「你不能匆忙和仁慈(較清晰的中文理解是：你不能匆忙又同時仁慈)，匆忙會錯過其他(人)的需求」(You can't be hurried and kind. Hurry will miss other needs)。當然，整個30分鐘的講道解釋這訊息詳細許多，未能在這裡用文字盡錄。根據講道的內容，我感受到仁慈的表現和實踐，就是當人與人接觸的時候(例如交談)，不可匆忙。因為匆忙了事除了會表現得不仁慈，而更重要的是匆忙會錯過了解同學需求及問題的機會。

綜合經文和講道對仁慈的演繹，我理解到仁慈並非去(或不須要)為同學更改成績或放寬門檻(因為仁慈和法則是可以並存)。而仁慈的表現是願意去明白同學的困難，願意去討論學生的不足和提出有建設性的方案。「願意和同學一齊」經歷和面對當前的問題，這可能就是仁慈地守關了。然而，這個課題，我仍在學習中。

徵稿

1. 給護理老師的信 - 在你的學護生涯裏，有沒有哪位老師影響你至深？或成為了你學習的榜樣……
2. 護生眼中的好護理老師
3. 你為甚麼做護士？

假如你對以上題目有興趣，歡迎你投稿，字數不限！編輯委員會有權決定是否刊登及刪修之權利，並在香港基督徒護士團契的網頁/面書中發表。投稿若經刊載，將致奉薄酬。請務必在內文中附上您的姓名(筆名亦可)、連絡方式(電郵、電話及通訊地址) 電郵至 info@ncf.org.hk。

心理學家 Freudenberger
定義 burnout 為:
state of mental and physical exhaustion
caused by one's professional life.

作為護士，我地可能好明白甚至面對過職業上 burnout 依個狀態，而事實上護士要面對嘅咗護士依個身份，更加可能需面對自己同時係一個家庭支柱、照顧者、病人、一個存咗社會責任，與此同時照顧病人當中亦背負多個身份……

STATE OF MENTAL AND PHYSICAL EXHAUSTION CAUSED BY THE MAD WORLD?



長者與我

文：刁美霞博士 [香港公開大學護理及健康學院]

在此先向香港基督徒護士團契各弟兄姊妹問安！接受邀請投稿後很久也未能想到分享的題目，不過最近讀到利未記19章32節：「在白髮的人面前，你要站起來，也要尊敬老人，又要敬畏你的神，我是耶和華。」對長者敬重的態度，有如敬畏上帝一般。筆者在投身護理教育工作前，有七年的時間我在私營安老院舍工作，就容我在這裏分享一下與長者相處的一些點滴。

長者=無用？

筆者當時住在荃灣，工作地點在屯門，在還未有西鐵年代，巴士是最常用的交通工具，屯門公路，是令我又愛又恨的路。

愛，因為它把荃灣及屯門的距離拉近了，也因為這段路也相對平坦，若在巴士上睡一睡（條件是要找到座位），也是蠻不錯的；恨，如遇有交通意外，便有機會被困兩小時，如在途中人有三急，後果更是悲慘！

記得有一次，在一個酷熱的早上，我在巴士上突然身體不適，肚子超痛，是從未試過這樣的痛，但又不是肚瀉的痛，甚至痛到作嘔，又嘔不到（後來診斷為闌尾炎），當時心想，為何不早一點痛，現上了巴士，一定要撐著回到院舍。

當下車後，行到院舍門口的小公園，突然遇到持拐杖的婆婆（這位婆婆是一位非常愛投訴，不苟言笑的院友，而且從未有人見過她笑，很多人都很怕她，花名叫黑面婆婆），她以最快的速度向我行過來，然後拖我的手說：「嘩！你的面色白如紙！」我說：「真的很痛！」接著，她還叫來另外三位在公園的婆婆一同扶我入院舍。當時是派早餐時間，各職員都很忙。婆婆問我：「她們很忙，要否由我幫你召救護車？」當時我婉拒了，因為：一. 我接受不到由院友替護士召救護車；二. 心想休息片刻便可以了，在休息期間，長者們各施各法，給我不同的藥油、家傳秘方及按摩等，最終當然仍要接受手術！

感謝主！祂讓我感受到長者們給我的愛及能力！縱使平常表現冷漠，但其實內心是善良的，是充滿愛的。祂提醒我，不要憑外表去判斷人。

悠閒工作？

很多人認為，院舍工作很悠閒，這絕對是誤解，很多時忙得連水也沒時間喝，不過，遇著這些情況，總有些院友推著輪椅過來護士站，送上飲品來，然後說：「忙也要喝些飲品，否則變人乾！」又或者說：「我有糖尿病，不能喝太多紙包飲品，現在幫我喝了它，否則我把持不住，會飲太多！」如此窩心的舉動，羨慕嗎？

次一等護理？

在院舍工作的日子常被人問，為何要在院舍「跔」，不返回醫院「做」？

我覺得很有趣，為何在院舍工作是「跔」？至今我仍不太明白！（似乎這個字有負面意思）但我知道，問我的人出於關心，可能因為私營院舍跟醫院的待遇實在相差太遠，而且工作發展也沒有醫院那麼理想。

這是很奇怪的現象，難道我們所提供的是次一級的護理嗎？為何待遇是次一等？不過，當你細心留意身邊的事物，其實又不太難明白：大部份人很願意花費在嬰兒或小孩上，卻不太願意花費在長者上；很多父母為了子女入讀心儀的學校會不惜一切遷入名校區，但又有多少人願意搬近年長的父母以方便照顧？

以弗所書6:2記載：「當孝敬父母，使你得福，在世長壽，這是第一條帶應許的誡命。」我們有否抓緊這應許呢？

一般而言，父母愛子女勝過子女愛父母，這令我感到愛是從上而來！神是我們的天父，祂愛我一定比我愛祂更多，不是嗎？祂連我們的頭髮有幾多也數過，但我們每天花多少時間與祂親近？

長者=智者！

約伯記12:12這樣說：「年老的有智慧；壽高的有知識。」真的感謝主，從長者們身上我學會很多做人處世的道理；也從他們身上學到愛及包容。讓我在此將他們的教誨與大家分享作為結束，而這些教誨，我也會經常提醒學生：

- 一. 時光真的會飛逝，做人無須太執著；
 - 二. 不要作一些令自己後悔的事，也不要因不作某些事令自己後悔；
 - 三. 除非你不用工作，否則嘗試去愛你的工作。
- 願主祝福大家！

事工消息及代禱事項

- ~ 請為剛入職的護士禱告，求主加力給他們適應病房的工作及同事之間的合作，平衡作息的時間。
- ~ 請為各院校的護士學生團契禱告，求主帶領他們策劃迎新活動，讓新生可以在校園中找到支持和鼓勵，經歷神的愛。
- ~ 請為各位辛勞工作的護士禱告，求主加能賜力給他們應付繁重的病房工作，保守他們身心靈健壯。

生活箴語



攝影 吳肖群
趁身、心有能量的每一刻，就應行動起來
積聚正能量，以驅走灰暗情緒。

求生晚宴



專為初職護士(畢業五年內)及護士學生而設的筵席，透過前輩分享「病房求生心法」
讓大家可以認識到在病房求生的竅門，並且可以彼此支持及共享愛護

2018.08.30 (四)
19:00-21:30 [前輩分享 60分鐘; 晚宴 90分鐘]
FES 團契室 [長沙灣道137-143號長利商業大廈11字樓]
在職護士 100元、護生 60元

網上報名 www.ncf.org.hk
截止報名 2018年08月27日
查詢 HKNCF 23698512 Mandy

每月金句: 你們中間若有人受苦，他該禱告；有人喜樂，他該歌頌。(雅5:13)

護「事」話你知

最近當工作忙碌時，我便會不自覺地邊哼著詩歌，邊笑著去完成手頭的事；當然也有時間做最貼身的護理：餵餐、哄食藥、梳洗和溝通。其中每天也堅持要“抹眼屎”、“牌板膠膠紙”、“盡量維持病人和病床整齊、電線和喉管不要縱橫交錯”；另外，“以人為本、將心彼己、一視同仁和彼此尊重”一直是我的原則 這些都是我認為是基本得不再基本的事。

身為一個ICU人，學到了很多進階的知識和技能，但不代表我們因此比別人優勝！猶記得當年我由那打素醫院轉到威爾斯醫院工作前，一位高級護士長的叮囑一直令我銘記在心：“不要以為做ICU比別人厲害和比別人強”！忙碌與否，根本不在乎有多少護理程序和檢查安排，該做的事，本來就值得花時間做。



信仰與工作

文：Ah Yip

我不會是最聰明、最快完成工作和最醒目的人，加上記性又不好，但我仍堅持帶著耶穌去上班，並忠心完成護士這職份，更加讓我多年來有很多見證病人和其家屬經歷主恩的機會：“耶穌的愛激勵我，敞開我的生命，讓自己成為別人祝福”。這首不自覺哼起的詩歌一直鼓勵著我，每天能用雙手的時候，就盡力去服侍！每天能成為同事的好同事，千萬不要錯過這莫大的恩典！

要記著，真正評估自己的不是Staff Development Review (SDR)、上司或老闆，而是上帝！我們著緊的不應只是每年加薪多少、有甚麼福利優惠，而是那份天堂的成績表，不要當個滿江紅的基督跟隨者。信仰生命和生活，根本不可能分開！