

務要堅固 不可搖動

耕有所獲

護「事」話你知：絕路？出路？

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

03

2018

前言

不知道在大家的學護生涯中，有否遇過很難忘的老師，時至今日仍讓你回味？或是他們主動的關心和鼓勵，改變了你？其實護理的師生關係，是互動的，亦同時彼此影響和祝福。這一次有幸邀請兩位不同院校的老師，為我們分享她們的故事，讓我們看見老師與學生可以是亦師亦友，同走護理路。

務要堅固 不可搖動

文：彭翠萍女士 [香港理工大學護理學院]

在投身教學的時候，原來發現護士學校是一個社會縮影，人性的種種，無論是光輝及陰暗面，都盡見其中！這也許是作為護士老師的靈性掙扎、成長歷程！不論身份是學生、老師、教授、管事、校長……都在這路程上互相牽動，互相支持，還有互相鞭策！在這崗位上，是行公義？做對的事？做上主呼召去做的事？做好件事？還是好憐憫？作上主的和平之子？在憂傷之中傳送寬恕？在難過心靈播下喜樂？

從天父而來的感召，需要有勇氣、堅持、信心，「眾人以為美的事，要留心去作」！一句關心的話，一個細緻的動作，一件忠於專業的決定，一個協作的團隊，都不可以掉以輕心！主耶穌曾經這樣吩咐我們：「無論何人，因為門徒的名，只把一杯涼水給這小子裡的一個喝，我實在告訴你們，這人不能不得賞賜。」(馬太福音10:42)重點是，人前人後不要兩個模樣，無論人看見與否，我們都要盡心盡力地做！讀書如是，返工如是，實習如是，休息如是！有些時候、有些事情，更要擇善固執，排除眾議！能憑信心地相信，憑仁愛地包容，憑喜樂地感染，憑和平為信念，憑恩慈地作事，憑良善地付出，憑信實地執行，憑忍耐地面對，憑溫柔地擁抱！知易行難，過程需要依靠聖靈的帶領，常常禱告，回到聖經的教導，反思及領悟！

護士學生在高中以後進入護士學校，無論是醫院護士學校或大學護理學院，接受為期3-5年的專業訓練，他們由莘莘學子而漸漸學習、受訓練成為要有承擔、任勞任怨的專業護士，也不是一件容易的事！有人說，年青人由20至30歲，會經歷四件很重要的事：讀書、工作、拍拖、結婚。這四件事，對於他們的下半生有著重要的影響！「少年人用什麼來潔淨他的行為，是要遵行祢的話。」(詩篇119:8)作為護士老師，個人的感召是自省其身，言行一致，讓學生們可以學習。另一方面，在他們成長的歷程中陪伴他們，無論是成功、失敗、沮喪、難過，

都是亦師亦友。記得曾經有一個學生，他在學習歷程的最後階段，因為過不了實習試，先後三次不合格，最終學校決定他要退學！這也許是他最艱難的日子，當老師們、行政及管理的人員，正進行退學程序，他竟因未能面對，亦承受不了因退學而來的種種壓力，萌生了輕生的念頭！有天當我得悉他有異樣而致電給他的時候，他接聽了，而且答應在我到達現場前，不會輕舉妄動！上主保守，感恩是他不抗拒我的幫助，於是當天我和另一位同事合力地把他勸進了醫院，接受治療；最後等他家人也到來開解和陪伴他，感受到家庭力量的重要！感慨雖做不了護士，但發現原來活著，已經是很大的恩典，真的是塞翁失馬，何需輕生！

能夠拯救一個生命，是很寶貴的！在人生路上，可以相遇、相知及相惜，是一種恩典及祝福，上主愛每一個人，祂希望我們實踐愛如己的教導，在自己位置上，盡心盡力，發揮所長！這令我想起一首歌曲 You raise me up 「你鼓舞了我」的歌詞：

「當我失落的時候，噢，我的靈魂，感到多麼的疲倦；
當有困難時，我的心背負著重擔，
然後，我會在寂靜中等待，
直到你的到來，並與我小坐片刻。
你鼓舞了我，所以我能站在群山市頂端；
你鼓舞了我，讓我能走過狂風暴雨的海；
當我靠在你的肩上時，我是堅強的；
你鼓舞了我……讓我能超越自己。」

一個十分好的啟迪，常常提醒我自己也曾經被恩師啟蒙，今日在教師的崗位上，理當竭盡所能，承傳上主的教導，無怨無悔！

「所以……親愛的弟兄(姊妹)們，務要堅固，不可搖動，常常竭力多做主工(事奉)；因為知道眾人的勞苦在主裡面不是徒然的。」(哥林多後書15:58)

最後，你們要靠著主，依賴祂的大能大力作剛強的人。
(以弗所書6:10)

每月金句



夜遊魔鬼山

我漂向病房，別問我信仰
高聳白色的城牆，擋不住憂傷
我漂向病人，心靈是否憂傷
手上沉重的牌板，盛滿了惆悵
像那塵土飄散隨著風向
誰又能帶領著我一起飛翔

(Credit to 漂向北方 黎明志)

今天的你帶著什麼心情上班呢？
你又是如何釋放你的壓力呢？
你有否回到上帝的懷抱裡？
你有否忘記了一開初的信念盼望呢？
不想靈魂枯乾，
誠意邀請你一同夜遊魔鬼山，
一起思考上帝的話語，
回到上帝的恩典慈愛裡。

香港基督徒護士團契11月份團契

日期：26/11/2018 (一)

時間：19:00-21:00

費用：全免，必須請登入 www.ncf.org.hk 報名

集合時間及地點：18:50 油塘港鐵站A2出口

查詢：23698512 Mandy

護士學生：「醫療宣教太遙不可及吧！」

Young grad 護士：「我仲適應緊病房的生活節奏，
有時間都休息吓，去啲 short trip 啦！
宣教？太辛苦啦！」

來吧！細聽

Sharon's 醫療宣教心路歷程

抱著一杯涼水的感動，選擇白衣天使作為終身職業。希望用神的愛來關心、照顧病人，向他們和家人傳福音。回想過去三十多年來的醫護經歷，竭力進修護理學士、碩士和博士課程；藉著醫護專業見證基督，把福音傳到近處和遠處。遠至美國、墨西哥、近至緬甸、泰國、四川、台灣；在本地和外國醫療的短宣服侍中，尋求神的旨意和托負。祈求在醫療宣教的禾場上，可以給主所用。



香港基督徒護士團契醫療服侍部主辦

日期：30/11/2018 (五)

時間：18:00-20:30

地點：香港理工大學 BC 203

講員：Dr. Sharon Chow [Nurse Practitioner Care Manager]

查詢：23698512 Mandy

費用全免，歡迎護士、護生及對醫療宣教有興趣的你出席，

請登入 www.ncf.org.hk 報名

同傷共苦

助人者的心靈創傷與療理

2018 11/24 (六)

誠信綜合治療中心十五周年講座

內容包括：
- 助人歷程常見創傷種類
- 受創的徵狀及影響
- 高危及保護因素
- 治療心靈創傷的原則
- 如何幫助受創的助人者：預防、處理及傷後成長
- 應對創傷的合適方法

講員：李詠茜博士 (能醫須自醫)
黃麗彰博士 (療理心靈創傷)

回應講員：譚日新博士 (糾結的輔導關係)
陳穎昭博士 (澄心遊)
梁趙穎誌女士 (屬天的承托)

查詢：2397 0798

同傷共苦 — 助人者的心靈創傷與療理 誠信綜合治療中心十五周年講座

2018年11月24日(星期六) 上午9時至下午1時

地點：觀塘基督教家庭服務中心一樓禮堂 (翠屏道3號)

費用：全免 (報名先到先得)

講員：李詠茜博士 (能醫須自醫)

黃麗彰博士 (療理心靈創傷)

回應講員：譚日新博士 (糾結的輔導關係)

陳穎昭博士 (澄心遊)

梁趙穎誌女士 (屬天的承托)

查詢：2397 0798

精彩內容包括：

- + 助人歷程常見的創傷種類
- + 受創的徵狀及影響
- + 高危及保護因素
- + 治療心靈創傷的原則
- + 如何幫助受創的助人者：預防、處理及傷後成長
- + 應對創傷的合適方法

文: 彭燕麗女士 [明愛醫院護士學校]

自二零一一年起，開始了臨床導師的工作，日間按照學生不同年級的進度及不同的臨床評核需要，穿梭於西九聯網的醫院，踏遍了內科、外科、骨科、胸肺科、甚至深切治療部。夜間就應工作要求，修讀教育理論及有關教授技巧、臨床評核、帶教技巧和溝通要訣等課程，但我卻體會「一分耕耘，一分收穫」這句話原來真的不是易事！是要學生、老師和病房同事的努力配合，加上天時和地利才能耕有所穫呢。不單是學校老師，病房中的帶教導師都是同學心中的學習對象。

在我的工作中，重頭戲就是學生的臨床評核試。在不同的臨床情況，要仔細考量如何按同學的個別能力、性格、甚至溝通習慣去引導同學主動思考當下的情況及應採用的不同護理技巧；令同學能培養出一雙精明的眼目、一對敏銳的耳朵、一身熟練的技巧，以照顧不同情況的病者。所以，臨床評核是不可或缺的。

有一次，某位男同學正預備畢業前的全面評核，卻在一兩天之前突然表現失準，疲態畢現；我感到奇怪，於是主動關心他，誰知就帶出了他封存了的淚水。言談間得悉原來其母患上重病，連夜發作，他因照顧媽媽而影響了作息，以致身心皆疲，亦影響了臨床表現。於是我把握了上病房前的時間於樓梯間為同學祝福禱告，求神醫治憐憫，讓家人身體情況平穩、同學有足夠休息和身心安穩。過後我遞上紙巾，他擦過眼淚後神情亦漸漸顯得輕鬆了，重拾那份冷靜和專注。翌日，他告訴我，媽媽服藥後病情有進展，他感安慰也能安然入睡。

感謝神，接着的臨床全人評估順利進行，他以學識配合技巧，評估合乎標準；他還帶着溫情及真摯與病者溝通，令病人明白自身病況及所用藥物的資料；這樣的結果，是很圓滿的句號。後來，在畢業禮上，他與家人和我合照，那刻心情真的難以言喻，這是值得回味的耕耘，同學寶貴的收穫：自己學業有成，家人又平安和健康。

耕有所穫

我實實在在的告訴大家，身教是重於言教的。有一次，另一位同學因着個人性格和溝通模式，影響了其臨床表現。我沒有怪責，反倒去了解他。與同學建立亦師亦友的關係是我的作風：穿上製服，是專業醫護人員，換了便裝，是可以一起分享傾訴的朋友；另一方面，病房的事務循循善誘的指導及關心同樣彌足珍貴的。常言道，先處理心情，後處理事情；同學先要接受關愛，才明瞭護理是與人相處的藝術，進而才可主動學習和積極投入病房的實習。這一位女同學，平素沉默寡言，原來是個獨生兒，父母忙於工作，她亦沒有任何工作經驗，甚至沒有當過暑期工或義工，所以人很清純卻不善於溝通，導致在緊湊的病房工作中難以與上司及同儕間有效的溝通表達。那一次，可能是聽錯、看漏了眼、情急之下等，沒有澄清和求證，結果未能正確地進行一些護理步驟，雖然對病人沒構成影響，但她也不能取得合格的成績，需要見相關老師及再進行相應的實習訓練，直至表現良好。

重踏病房時，見這女同學不論工作或學習都表現主動，可以正確無誤的進行護理程序，實是安慰。同時病房同事亦觀察到她的進步，加以提攜，實為樂事。在帶教期間，得知她因有信仰支持，在心情低落時，常常禱告，捉緊天父的慈愛，心靈就得安穩。加上家人關愛、病房同事適時指導和老師鼓勵，最後她學會了與同事溝通，工作積極和主動，亦順利通過了考核，結果皆大歡喜。

以上皆是在耕耘時，有時間、空間和人際間的配合，才能順利收穫的情況。但現實不會事事順利，亦有「不懂或太遲耕耘，沒有收穫」的情況。有些同學因表現未如理想而離開，及後得知他們有的轉到大專院校供讀，有的轉至自己有興趣及有能力的行業，開展新一頁，不過這樣亦不失為一美事，作為老師的我也會為他們高興。

師生齊心合力，以致同學能成長至有愛心、有實力、有獨立判斷、有眼界及有胸襟的接班人，走在光明的大道上，這就是我的「耕有所穫」。

事工消息及代禱事項

- ~ 請為各院校的護士學生團契禱告，感恩有五間院校團契已有恆常聚會，平穩發展，求主看顧及帶領團契，使弟兄姊妹在愛中成長。另外有一間院校團契隨著核心成員畢業之後，團契的發展遇到不少的困難，求主興起新一代的接班人，繼續在校園作鹽作光，見證上帝的榮美。
- ~ 請為各位辛勞工作的護士老師禱告，求主加能賜力給他們，讓他們可以平衡教學、病房帶教、研究工作和家庭生活，使他們身心靈健壯。
- ~ 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。

Speed Dating?

當路過適婚年齡，朋友也在談論結婚生子。在PAN的不停輪替中，生活圈子不斷縮窄！交友約會，Speed Dating, matching的廣告老是常出現在港鐵及網上平台，你又有否心思想參與？

主啊！你為我預備的弟兄/姊妹在哪裡？
主啊！是他/她嗎？
主啊！這是我為我所預備的嗎？
主啊！我是否有獨身恩賜呢？

Matching? Speed date? Table for 6? Table for 8? 咩來架？好驚驚甘 Wor?

我應該繼續等候？還是主動尋找呢？
主啊！我會如何遇見我命定的伴侶？

K&E會分享他們透過Speed dating的愛情故事及尋找伴侶的心路歷程，如何由認識對方到攜手走進教堂。如果大家想認識他們更多或是認識一下matching,歡迎參與這個聚會，祝福大家遇見上帝所預備的那一位！

香港基督徒護士團契 12月份聚會

17/12/2018 (一) 19:00-20:30 @ FES 團契室
查詢: 23698512 Mandy
無須報名，歡迎赴會

FES 團契室=長沙灣道137-143號長利商業大廈11字樓 [港鐵深水埗站A1出口]

護「事」話你知道

絕路? 出路?

文: 周小婷

電療、化療、標靶治療是目前治療癌症的常用方法。病人接受完療程之後，病情得以改善，也有治癒的病例。可是，不少病人在病情受控之後再度惡化，甚至有治癒癌細胞後復發的病人，對以上的治療反應不理想，漸漸步向晚期。

癌症帶來很多併發的症狀，最常見的是疼痛，亦有其他症狀例如失眠、食欲不振、貧血等等。整體生活質素大大下降，隨之而來的是沮喪、絕望、抑鬱。

除了生理上的痛苦，癌症病人也同時經歷心靈、社交、靈性上的打擊，這種痛苦不但影響自身，也會「傳染」家人。然而，難道末期癌症就只是絕路？

過去不少研究指出疼痛管理有效提昇病人的生活質素，雖然病人已在晚期癌症階段，但如能減低一切生理症狀如痛楚等，不單生活質素得以提高，活動能力也提升，從而增加自理能力，減少成為別人的負擔帶來的內疚感和自我否定。因此，有效止痛是末期癌症舒緩治療中首要處理的。

止痛藥有不同程度的止痛功能，對於癌症舒緩起了很大作用。嗎啡(morphine)是醫生向末期癌症病人處方的其中一種止痛藥物。對於嗎啡，有不少病人，甚或醫護人員對其誤解，普遍認為「嗎啡會令人上癮」、「使

用嗎啡就是意味自己很快死」，又有醫護人員恐懼其副作用而避免處方這類藥物。

其實，只要經由專科醫生處方適量的嗎啡，便可以有效控制疼痛。而病人在醫護人員監察維生指數下，由醫生調較劑量以免過量，使用嗎啡是非常安全並最有止痛效果的。

曾經有一位病人患上癌症並已擴散至身體各部份，他的神經線被腫瘤壓着，骨頭也受癌細胞侵蝕，以致持續極痛。以往他可以外出飲茶、相約朋友，但現在連上廁所也無能為力，需終日臥床，以致沮喪渡日。他一直拒絕使用嗎啡，因為在他認知裏，嗎啡是毒品，不可使用。後來，別無選擇地接受了嗎啡治療。醫生團隊為他調較適當劑量，疼痛最終得以改善，可以自行上廁所，重拾尊嚴，更增加了對醫護團隊的信任，最後可以出院回家自行按指示服藥。

除了止痛外，他也接受了舒緩性電療。這低劑量的電療，不是要殲滅癌細胞，而是把壓住神經線的腫瘤縮小，把侵蝕骨頭的癌細胞減少，此外，低劑量電療的副作用較少，止痛效果非常顯著，活動能力大大提高，使他在患病的晚期，重拾了尊嚴，有正面的態度，大大減少了一種苦澀味。

在癌症晚期的路上，「舒緩治療」佔了主導的角色，在看似絕路的境況中，提供了另一扇門，讓病人仍然有選擇享受生活的機會。下一次，再談談「舒緩治療」的另一個部份。

整全組長訓練

此課程為有心改進帶領小組技巧或對有興趣裝備自己成為未來組長的弟兄姊妹而設，全期共七堂，會循環開辦，學員可於任何時段加入或於下次課程補堂，務求讓弟兄姊妹可以學習到整全的知識，也歡迎完成課程的弟兄姊妹回來重溫或操練技巧，每個學習主題都會適時加入一些進階內容，讓回來重溫課程的學員有新的領受。

知己知彼：認識自己及別人的表像系統(NAKAD)如何建立親和感：表像系統與親和感

7/12, 21/12/2018, 4/1, 18/1, 1/2, 15/2, 1/3/2019 (隔周五舉行，共7堂)
19:00 - 21:00 @ 小息書店 (長沙灣道137-143號長利商業大廈11字樓)
費用: 會員免費, 非會員\$200 (會員申請, 詳見http://www.ncf.org.hk/成為會員/)
報名: www.ncf.org.hk
查詢: 2369 8512 Mandy
主辦: 香港基督徒護士團契

