

專欄文章

日期： 2021年7月2日（星期四）
資料來源： iMoney 網上專欄【無牆醫院@iM 網欄】
標題： 付出和照顧有需要的人 護士工作放大鏡
參考網址： [請按此\(報導\)](#)

【無牆醫院@iM網欄】付出和照顧有需要的人 護士工作放大鏡

名人善萃 18:53 2021/07/02 讚好 0

A+ A- 關注文章 儲存文章

分享:    



那打素全人健康持續進修學院(英文簡稱NICHE)的使命是倡導學員終身學習，索求全人健康，鼓勵他們實踐全人照顧，務求將最優質的醫療服務給予病人。學院接觸最多的學員是護士。由護士學生，至高級護士長及顧問護師，學院均設有不同類型課程，配合他們不同階段的需要。無論大家在甚麼階段相遇，每當走在一起時，總會談起「當初點解選擇做護士」。以下是學員在學院課程上，曾經分享他們入行的理由：

「細個時體弱多病，若非護士姐姐的安慰，我總不願意打針和食藥。我都想做個好護士……」

「想學識R/T feeding (即胃管餵飼)，以後就可以帶埋婆婆去旅行……」



雅麗氏何妙齡那打素慈善基金會 ALICE HO MIU LING NETHERSOLE CHARITY FOUNDATION

「好簡單，為了生活.....」

「我的答案很老土。希望做護士，幫助有需要的人.....」

護士是一份崇高的職業，靠着一顆純潔無私的心，去付出和照顧有需要的人，燃亮他們的生命。

要成為照顧病人的護士，愛心和同理心是不能缺少的條件。愛心能拉近我們與病人之間距離；而同理心則讓大家找到病人真正的需要。另外，當護士需要誠實和盡責，才能為病人提供既安全又優質的護理服務。而常存虛心學習的心態，對護士的工作也十分重要的。因為在整個醫療團隊中，除了醫生，其他專職醫療人員、文職同事、支援團隊、膳食部、甚至衣服床單供應部門等，均是護士每天的合作夥伴。護士要存有謙虛的心，明白大家都是團隊中的一份子，多欣賞每位隊友的各項專長，才能建立彼此尊重和互信的合作關係。

還有，護士要懂得有效的時間管理，應付每天接踵而來的工作和持續進修的生活，否則很容易陷入失衡狀態，不但有損自己健康，還會影響對病人的服務。最後不得不提一顆堅毅的心志，不但能幫助護理專業發展，而且能凝聚團隊力量去克服工作困難與挑戰，從而為病人帶來希望。

護士工作救傷扶危，雖然充滿意義，但確實也有其令人卻步的地方。有些同業一直與生死問題糾結，未能放開懷抱工作；有的應付不了「唔駛急，最緊要快」的工作節奏，畏縮不前；有的談起「追更」已經冒汗，擔心自己總有一天捱不過來；也有護士未能工作家庭兩兼顧，連自己的基本需要也忘記。看來，要做到，並且勝任護士這份工作，除了上文提及的條件以外，還需要多花心思。

「放工後唔好再諗工作的事.....」

「持續進修，把吸收的知識應用到工作上，能提升工作效率.....」

「抽時間計劃每個月放假的日子怎樣過，刻意製造me time畀自己.....」

「遇上壓力，搵人傾計，搵專業人士幫忙.....」

這些也是來自學員在學院課程中的一些分享。而我們學院則強調——「首先能照顧好自己，加上有愛心和同理心，才懂得如何好好照顧別人」。我們鼓勵正考慮投身護士行業的你，首先去認識自己的全人健康「身、心、社、靈」四方面的需要，加以好好照顧，建立最佳狀態去應對未來護理工作的挑戰。

我們十分期待大家加入護士這個大家庭，攜手將愛與溫暖送到每位病人的生命裡。

那打素全人健康持續進修學院簡介：

那打素全人健康持續進修學院藉舉辦教育與培訓、文化傳承教育活動、研討會及講座、關顧活動、護理專業交流、科研及出版等，以提升身、心、社、靈方面的「全人健康、全人關顧」的理念與實踐。



▲ 伸展運動舒舒屋



雅麗氏何妙齡那打素慈善基金會 ALICE HO MIU LING NETHERSOLE CHARITY FOUNDATION



▲ 情緒九宮格



▲ 舒壓有道 — 齊來體驗減壓良方

“ 作者_雅麗氏何妙齡那打素慈善基金會簡介：

為實現「無牆醫院」精神，雅麗氏何妙齡那打素慈善基金會主動走出醫院，進入社區為大家提供最專業、最準確的健康護理及復康資訊。

機構網站：<https://www.nethersole.org.hk/> ”

更多無牆醫院的文章請[按此](#)

如欲查看更多iMoney網上專欄的內容請[按此](#)。

即睇iMoney全新網站【imoney.com】

#即Like iMoney智富雜誌 專頁【設定為 搶先看/See First】搶盡投資先機！



付出和照顧有需要的人 護士工作放大鏡

那打素全人健康持續進修學院(英文簡稱 NICHE)的使命是倡導學員終身學習，索求全人健康，鼓勵他們實踐全人關顧，務求將最優質的醫療服務給予病人。學院接觸最多的學員是護士。由護士學生，至高級護士長及顧問護師，學院均設有不同類型課程，配合他們不同階段的需要。無論大家在甚麼階段相遇，每當走在一起時，總會談起「當初點解選擇做護士」。以下是學員在學院課程上，曾經分享他們入行的理由：

「細個時體弱多病，若非護士姐姐的安慰，我總不願意打針和食藥。我都想做個好護士……」

「想學識 R/T feeding (即胃管餵飼)，以後就可以帶埋婆婆去旅行……」

「好簡單，為了生活……」

「我的答案很老土。希望做護士，幫助有需要的人……」

護士是一份崇高的職業，靠着一顆純潔無私的心，去付出和照顧有需要的人，燃亮他們的生命。

要成為照顧病人的護士，愛心和同理心是不能缺少的條件。愛心能拉近我們與病人之間距離；而同理心則讓大家找到病人真正的需要。另外，當護士需要誠實和盡責，才能為病人提供既安全又優質的護理服務。而常存虛心學習的心態，對護士的工作也十分重要的。因為在整個醫療團隊中，除了醫生，其他專職醫療人員、文職同事、支援團隊、膳食部、甚至衣服床單供應部門等，均是護士每天的合作伙伴。護士要存有謙虛的心，明白大家都是團隊中的一份子，多欣賞每位隊友的各项專長，才能建立彼此尊重和互信的合作關係。

還有，護士要懂得有效的時間管理，應付每天接踵而來的工作和持續進修的生活，否則很容易陷入失衡狀態，不但有損自己健康，還會影響對病人的服務。最後不得不提一顆堅毅的心志，不但能幫助護理專業發展，而且能凝聚團隊力量去克服工作困難與挑戰，從而為病人帶來希望。

護士工作救傷扶危，雖然充滿意義，但確實也有其令人卻步的地方。有些同業一直與生死問題糾結，未能放開懷抱工作；有的應付不了「唔駛急，最緊要快」的



工作節奏，畏縮不前；有的談起「追更」已經冒汗，擔心自己總有一天捱不過來；也有護士未能工作家庭兩兼顧，連自己的基本需要也忘記。看來，要做到，並且勝任護士這份工作，除了上文提及的條件以外，還需要多花心思。

「放工後唔好再諗工作的事……」

「持續進修，把吸收的知識應用到工作上，能提升工作效率……」

「抽時間計劃每個月放假的日子怎樣過，刻意製造 me time 畀自己……」

「遇上壓力，搵人傾計，搵專業人士幫忙……」

這些也是來自學員在學院課程中的一些分享。而我們學院則強調 — 「首先能照顧好自己，加上有愛心和同理心，才懂得如何好好照顧別人」。我們鼓勵正考慮投身護士行業的你，首先去認識自己的全人健康「身、心、社、靈」四方面的需要，加以好好照顧，建立最佳狀態去應對未來護理工作的挑戰。

我們十分期待大家加入護士這個大家庭，攜手將愛與溫暖送到每位病人的生命裡。

那打素全人健康持續進修學院簡介：

那打素全人健康持續進修學院藉舉辦教育與培訓、文化傳承教育活動、研討會及講座、關顧活動、護理專業交流、科研及出版等，以提升身、心、社、靈方面的「全人健康、全人關顧」的理念與實踐。



伸展運動舒舒壓



情緒九宮格



舒壓有道 — 齊來體驗減壓良方

作者_雅麗氏何妙齡那打素慈善基金會簡介：

為實現「無牆醫院」精神，雅麗氏何妙齡那打素慈善基金會主動走出醫院，進入社區為大家提供最專業、最準確的健康護理及復康資訊。

機構網站：<https://nethersole.org.hk/>