



顫抖指尖下的生命解答 一場關於「賺到了」的安寧共照

文·圖／護理部 11E病房護理站 護理師(N4) 陳佑婷

八十三歲的阿樂奶奶，自從幾年前老伴離去，四名子女雖日日探視，但多數時候，奶奶仍守著那份獨居的清寂。這次住院，阿樂奶奶肝癌併發肺部轉移的診斷，讓她的世界縮小到只能維持「端坐」的姿勢，唯有挺直腰桿，才能勉強換取一口稀薄的空氣。

對阿樂奶奶而言，平躺是一種奢望，說話更是耗盡全身力氣的苦差事。大多數時候，她只能坐在床緣，用那雙因病痛而微微顫抖的手，在紙上艱難地刻劃出斷續的心聲。

身為擁有十多年臨床經驗的護理師，我深知此刻的「舒適」比「治療」更具意義。我們運用專業評估，反覆調整靠枕的角度與高度，為她尋找一個能讓肌肉稍作歇息的「舒適擺位」；我與醫師密切討論用藥建議，試圖撥開那層窒息的壓迫感。

甚至，我們透過跨團隊—安寧團隊芳香治療師調整芳香複方精油治療。當淡淡的精油香氣在病床邊擴散，透過溫柔的經絡按摩，我能感覺到奶奶緊繃的肩頸一寸寸鬆開。隨著身體症狀的緩解，我有幸跨越了疾病的藩籬，走進了她那座安靜的心靈花園。

那天下午，陽光斜斜地照進病房。我靜靜坐在床邊，看著奶奶。她的臉上刻滿了歲月的褶皺，膚色雖因病顯得晦暗，線條卻異常溫和。那頭白髮藏著一輩子的風霜，卻不見疲憊；相反地，在那雙略顯渾濁的眼中，我看見了一種走過大風大浪後的沉穩與安然。

奶奶感受到了我的陪伴，她緩緩拿起筆，在紙上吃力地寫下：「人生沒什麼好計較，吃點虧沒關係，海闊天空。」短短幾個字，卻沉重得讓我屏息。她接著又補上一行：「吃苦當吃補，不計較、少比較，日子會過得比較快樂，也比較寬心。」

這些文字沒有華麗的修辭，卻承載著時間淬鍊後的重量。這不是教科書上的理論，而是一個人用整整八十年的歲月，親身實踐後得出的生命答案。

在那一瞬間，病房的角色發生了奇妙的位移。

我原以為，我是那個提供照護、給予支持的專業者；但看著奶奶寫完最後一行字時，臉上綻放出的那抹自在與平安，我才猛然驚覺：原來，我也正被她溫暖地照顧著。她用顫抖的手，放下了人生的重量，卻把這份溫柔的提醒留給了我。

在安寧共照的旅程中，我運用我的專業陪伴她的餘生，減緩她的軀體痛苦；而她，卻用她的一生，治癒了我在臨床工作中累積的疲憊。在那一刻，我心中有個聲音輕輕響起：「這一次，我真的賺到了。」

謝謝您，
阿樂奶奶

這堂最珍貴的人生課，教會我如何更溫柔地看待生命，也學會了如何在風雨之後，依然能擁有海闊天空的寬心。這不僅是一次共照任務的完成，更是一次靈魂的洗禮，提醒我們在給予專業照護的同時，永遠不要忘記病人生命本身蘊含的力量。☺