

息息相關 __寫二六東
花蓮 陳美羿 1394 字

「……吸不到空氣，整個人感覺要窒息了……」七十四歲的金先生，談起他的病，還心有餘悸：「一一九救護車把我送到醫院，這一次，我要求不要救我，讓我走吧！太痛苦了，我要放棄……」

花蓮慈濟醫學中心二六東病房，收治的都是胸腔內科的病人。舉凡肺炎、氣喘、慢性肺阻塞、肺膿瘍、肺癌……

「有沒有肺結核呢？」

「有，但肺結核是傳染病，會住在隔離病房。」護理長周云鵬說：「我們有三十床，幾乎都滿床，因為胸腔疾病的人很多。」

金先生罹患的是「慢性阻塞性肺疾病」，已經十多年了。在醫院進進出出，是二六東的老病人。

§

肺，是人體非常重要的器官之一，用來吸入空氣，進行氣體交換，獲得細胞呼吸必需的氧氣。

「正常的，健康的肺，如果外面罩著的只是一層紗；而阻塞的肺，就宛如裹上六層紗，通透性不好。」護理長周云鵬解釋說：「氧氣過不去，呼吸困難，有人稱之為肺纖維化。」

「慢性阻塞性肺疾病」英文縮寫 COPD (Chronic Obstructive Pulmonary Disease)，包括肺氣腫、慢性支氣管炎等。因為肺泡受損，只能避免惡化，因為它是不可逆的。

住院的病人，會給他用支氣管擴張器，或類固醇針劑；出院之後，給口服藥和氣喘家用噴劑。

「有的人回家不會正確使用，或技巧不好。我們就要叮嚀再叮嚀的重複衛教。」護理長周云鵬說：「像噴劑使用完要漱口，尤其是含有類固醇的噴劑，容易引起口腔黏膜破損，或細菌感染。」

老病號金先生說他家裡「甚麼都有」：氧氣筒、製氧機、抽痰機、噴霧器、擴張劑……沒有它們不行。

「以前一天三包菸，現在連二手菸都受不了。」金先生說：「秋天以後，容易發病；不能吃冰的，也不能吃甜的，因為容易生痰。」

§

甚麼樣的人容易罹患胸腔疾病？

「抽菸，二手菸也是危險因子。還有工作環境，比如木工、水泥工、礦工、磨石工，甚至廚房的油煙。」護理長周云鵬說：「還有遺傳、過敏……」

所以不管是胸腔疾病或是健康的人，都要有自我照顧的認知，注意天氣變化，預防感冒、要經常除溼、避免粉塵、灰塵、塵蟎。

二六東的護理人員年齡偏輕，因此特別加強要求對病人的衛教。定期舉辦在職教育；黏貼海報提供隨時觀看；製作淺顯易懂圖文式的衛教單張；依據標準流程定期查核。

護理人員的對衛教內容大大的提升，相對的對病人及家屬也會更精確的指導。

護理長周云鵬歡喜的說：「我們加強護理師的在職教育，發現她們除了更專業，還更加柔軟、溫馨子。除了給藥、量血壓、血氧，多了對病人噓寒問暖。」

沒錯！醫師或護理師除了執行固定的任務外，多問一句：「睡得好嗎？」「吃得下嗎？」病人感覺被關心，焦躁的心，應該立刻得到舒緩。

§

「為全家人的健康，戒菸吧！」「二手菸會導致成人與孩童，嚴重且致命的疾病。」「建立無菸環境，是保護大家遠離二手菸最有效的方法。」

這是宣導戒菸的 DM，擺在二六東的廊道上，歡迎隨手拿取。

財團法人癌症希望基金會的小冊子，共有三本：面對肺癌、面對化學治療、面對標靶治療。

這是提供肺癌病人的資訊，感覺罹患肺癌不孤單，有醫護人員陪伴，還有很多人都為你加油打氣。

「如何拍痰及姿位引流」、「認識人工血管」、「放射線治療的皮膚照護」、呼籲施打「13 價肺炎疫苗」、甚至還有「慢性肺阻塞的疾病飲食」。

護理長周云鵬肯定的說：「我們醫院是跨領域的團隊在為病人服務，除了胸腔科的醫師，還有呼吸治療師、復健師、營養師……全方位的照顧。」

出院時，護理師會再三衛教；出院之後，還有個管師持續追蹤。

呼吸，是每個人分分秒秒都在做的事，就是睡覺，也不停止呼吸，它跟我們最是「息息相關」，所以必須小心保護它的健康運作。

儘管是不可逆的疾病，可以自我照護，維持現狀，不再惡化。小則可以減輕家庭的負擔；大則不須付出社會龐大的醫療資源。不是很好的事嗎？

(2024.06.03)