

## 筆下心澄：護理第一步

讀書時期學習護理過程，第一步就是 **Engagement**（參與），即是去接觸你的病患。而在這個步驟中，需要和病患建立一個良好的醫患關係，以便日後作進一步評估及給予護理方案。

而如何和病患建立關係，往往都是一個問題。

記得以前做收症房時，認識一個病人叫阿文。阿文是一個 50 歲患有思覺失調的病人，年輕時發病，多次出入醫院。因為他的病以及性格影響，他的家人至少 10 年以上和他斷絕來往。

在病房時，阿文在他人眼中都是一個特別麻煩的人。例如喜歡收藏外套，每次大搜查都能發現他收起不下 10 件病人外套；吃飯又比其他人慢，每次吃飯他都會是最後一個完成，要全部人等候；容易鬧脾氣，經常以不吃藥去表達不滿，例如認為某個職員對他態度差。

而我在日常護理中，總會耐心聆聽他的訴求。有時我當夜班，他又會走來找我聊天，想我用手機幫他尋找一些資料，或是播音樂幫他放鬆。

一次一次的接觸，讓我和阿文的醫患關係越來越好。有時他又鬧脾氣不吃藥，我總能找到方法讓他抒發情緒，然後又合作繼續治療。終於他能出院到院舍居住，重回社區。

近日我轉部門到社康工作，工作模式和以往大不相同。有次我上司問我，如何和病患建立關係。那時我衝口回答：「多聆聽，幫助病人，或者適當地請他食小食。」我當時也想不到正確答案。

初到新地方，部門會安排幾位同事過讓一些穩定的病患給我跟進，而名單上碰巧有阿文。在社區再遇上阿文，他十分開心，亦關心問我：「做咩轉咗去做行街，夏天熱死你。」、「在病房做得不開心嗎？」

如何和病患建立關係？最近我有答案。

「其實只要用心對待每一個病患，關係自然會建立。」

撰文：青山醫院精神健康學院精神科註冊護士黃仲文

(轉載自香港 01 | 筆下心澄 | 2026-3-31)

香港 01 網站連結：<https://www.hk01.com/sns/article/60335553>