

康護之聲

THE ECHO OF HEALTH AND NURSING



澳門鏡湖護理學院通訊 2016 年秋季（總第49期 9月30日刊出）
The Newsletter of Kiang Wu Nursing College of Macau

非賣品

2016
Autumn
ISSN1813-4572

秋

出版：澳門鏡湖護理學院
地址：澳門鏡湖馬路35號地下
電話：(853) 82956200 傳真：(853) 28365204

網址：<http://www.kwnc.edu.mo>
電郵：admin@kwnc.edu.mo

院長：尹一橋
編輯：康護之聲編輯組

八十一應屆學士學位畢業生 懷仁愛之心照顧居民健康



畢業生將懷仁愛之心服務市民

「2015/2016年度畢業典禮」於2016年9月24日上午十一時假鏡湖醫院綜合禮堂舉行，50名學士學位課程畢業生均已入職鏡湖醫院，其中六成畢業生計劃於二至四年內進修專科、碩士課程。另外，31名補充課程畢業生亦獲學士學位學歷，持續提升護理專業知識，守護本澳市民健康。

社會文化司司長代表高等教育輔助辦公室何絲雅代主任、曾冠雄副主任，中聯辦文化教育部趙川東副部長，澳門基金會行政委員會區榮智委員，仁伯爵綜合醫院周美嫦護士總監，學院校董會馮志強榮譽副主席、許世元榮譽副主席，劉永誠主席，吳培娟副主席、何敬麟副主席、蕭志偉副主席，尹一橋院長、邢志紅副院長等嘉賓、家長及教職員蒞臨為畢業生致送祝福。



劉永誠主席

何絲雅代主任



尹一橋院長

劉永誠主席、何詩雅代主任及尹一橋院長均向畢業生致以鼓勵。劉主席致辭提及，今學年兩個課程共誕生81名畢業生踏上嶄新的路途，任職公私營醫療機構為本澳市民提供護理服務。他期望畢業生在服務社會和幫助別人的同時成就自我，體現生命價值，成為一名優秀護士。

尹一橋院長指，新學年在教學和課程等方面均作全面革新，課程設計以「成效為本」，理論與實踐教學時數更符合國際標準和本地區對護士的要求。她形容，學院未來的發展充滿機遇和挑戰，會繼續跟進和完善院校素質核證和課程評審，並得到不同領域專家學者加盟任客座教授和榮譽教授，提升師資團隊質量。



林美欣(左)和蕭詠詩(右)代表畢業生對學院與社會各介的支持致衷心感謝



優秀畢業生、鏡湖醫院專科樓護士林美欣同學形容，四年的學習生活，實習和社會服務的經驗有如一塊塊拼圖，經過不斷的積累、昇華，逐漸完整了她的人生觀。對臨終紓緩護理充滿興趣的她表示，未來四年有進修的計劃，但現階段期望吸收更多臨床經驗，做好對患者上的關懷，增加彼此的信任及認同感，有助她發揮自我，也滿足自己對護理的最大期望，即關懷與護理同行。

畢業禮上頒發了多項獎學金，並新增一項鏡湖精神獎學金，由學院全體員工贊助一名學生四年學費，鼓勵學生實現理想，期望藉此為本澳護理行業培育更多充滿熱誠的人才，取之社會，用之社會。

新一屆校董會成員

榮譽主席：廖澤雲

榮譽副主席：馮志強 許世元 馬有恆 張立群 顏延齡 霍震霆 彭翹軍 譚伯源

主席：劉永誠

副主席：黃國勝 吳漢疇 林金城 吳培娟 何敬麟 蕭志偉 飛安達 溫能漢

董事：尹一橋 余健楚 盧德華 陳錦鳴 謝思訓 黃珮琳 林燕妮 黃若禮 鍾小健 曾志龍



互動遊戲讓新生與學長學姐打成一片

新學年迎兩大革新



新生在師生的帶領下合唱院歌



本學年使用全新網上學習平台



高仿真模擬人教學有助訓練學生批判思維

學院於2016年8月26日，假鏡湖醫院放射大樓綜合禮堂舉行「2016/2017學年護理學學士學位課程開學禮」。校董會吳培娟副主席、尹一橋院長、邢志紅副院長及全體師生到場迎接80位來自港、澳及內地的新生。為配合國際趨勢及新的政府政策，尹院長指今學年將進行兩大革新，並完善學生支援系統。面對不能鬆懈的護理學習，她期望學生能堅守初衷，排除萬難達成白衣天使的人生目標。

學院在上學年，獲英國高等教育質量保證局院校素質核證信心評級及四個優良作業。尹院長表示，學院將於今學年進行課程和教學語言政策的革新，新的課程將以成效為本設計，在科目及臨床學習時數上作出調整，亦進一步推行英語、粵語和普通話的兩文三語教學，推出「學生英語語文能力支援計劃」，加大英語教學力度。另外，為完善學生支援系統，新學年全面啟用網上學習平台，還會繼續應用高仿真模擬人教學，訓練學生批判思維，讓他們盡早適應複雜的病房個案。

尹院長預告新學年將有多個以「專業間學習」為主線的月會，讓學生更清晰和了解醫療團隊中各專業人員的角色，以及發揮的功能。適逢鏡湖慈善會成立145週年，尹院長對鏡湖慈善會、歷代前輩，以及全體師生致以感謝及祝福。

鏡湖醫院馬學章院長則向學生簡介鏡湖醫院的背景、精神及服務現況。典禮上，學院還頒發多個獎學金、最佳護理臨床教師獎、最佳帶教科室獎，敬送護理臨床教師委任狀、學生會顧問及屬會導師委任狀。今年最佳護理臨床教師獎得主為鏡湖醫院鄧穎兒護士、廖敏芝護士及潘潔儀護士，最佳帶教科室獎由鏡湖醫院八樓南翼心臟科病房和十一樓北翼普外科病房獲得。

開學禮還有鏡湖醫院霍惠蘭院長助理、護理部吳毅副主任，學生會顧問黃潔貞立法議員及校友會梁寶卿會長出席。

2016-2017年度「高中健康照顧課程」開學



學院繼續與中葡職業技術學校合作培育照護人才

學院與中葡職業技術學校合辦的「高中健康照顧課程」開學禮於2016年9月1日假學院演講廳舉行。兩校校長、教職員及課程高一至高三級學生共約80人出席。

邢志紅副院長致詞指，開辦「高中健康照顧課程」已踏入第三年，不僅本年報名的新生人數創新高，首屆高中畢業生亦將於今學年誕生。作為對準畢業生的考驗，課程會安排他們實地學習、實踐課堂知識、體驗照顧專業工作。

中葡職中陳英倫校長認為課程第一屆畢業生將為本地職業技術教育開創新里程，鼓勵高三學生即使在實習過程

中獲得成功或遇到挫折，都是一個成長的機會。他又感謝學院對非高等教育多元化發展的支持以及對學生的關愛與無私付出。

開學禮還包括中葡職中潘維念副校長、張麗雲課程協調員、黃艷影、王雪茵及樊惠玲班主任，學院尹一橋院長、曾秀梅主任、李衛燕副主任、臨床導師等多位教師出席。

學院舉行校外進修課程結業禮

學院於2016年7月13日傍晚假演講廳舉行「2015/2016年度校外進修部年度結業禮」，約百多名師生出席。校外進修部李衛燕副主任表示，部門承擔着推動社區健康的責任，一直致力舉辦健康照顧及急救範疇等課程，滿足社會不同層次的需要。學員代表致謝護理老師的耐心教導，並承諾將學以致用，服務社會。

隨着社會的進步，健康照顧已成現今社會重要的課題。李衛燕副主任指，對社區健康照顧課程的設計除了貫徹學院「從人到仁」的教育宗旨、照顧的知識和技巧外，更重視培養人文關懷，務求讓每位學員都具備關愛元素去照顧服務對象，在懂得照顧別人的同時，亦學會照顧自己。她希望學員能堅守這份終身學習、充實自我的精神和態度，把所學的知識和技能靈活運用，照顧好每一位服務對象。學生代表林美琪指，透過實習課程接觸服務對象，導師的嚴謹讓她們見識到生命的價值，不容許有任何差錯。她相信即使回到崗位，也會把所學知識幫助他人。

結業禮出席嘉賓包括尹一橋院長、邢志紅副院長、曾秀梅主任、朱明霞副主任、曾文副教授、胡笑霞副教授、余惠鶯助理教授、劉嘉寶講師、王嘉杰講師及梁月明校外導師等。



校外進修課程學員將學以致用服務社會

日護理專家到學院開講家居護理



護理師生對是次專題講座主題充滿興趣

學院於2016年9月9日邀請研究家居護理及國際護理的日本專家、日本兵庫縣立大學護理學系教授李錦純博士來澳主講「日本家居護理的發展專題講座」，分享他們推行家居護理的現況及實行的措施，吸引過二百多名師生及社區護士到場。講座假學院演講廳舉行，李錦純博士以日語演講，由她的學生、學院畢業生黃潤洪護士擔任中日口譯。

面對地小人口密度大的澳門，應如何善用社會資源，才能應對老齡化社會衍生的各種問題，以及迫切的護理人力資源的需求，李錦純博士指，現時日本正實行醫療一體化的措施，由以醫院為中心的護理，轉向社區

化，以患者為中心，透過與醫生、藥劑師、家居護士，以及治療師等跨專業團隊的合作，提供醫療、生活支援及照護服務，特別是通過長期照護保險制度資助進行訪問看護服務，以保障有需要的人士得到適切的照護。

護士在訪問護理中擔任主導角色，李錦純博士指，直至現時為止，全國有四十萬人正在使用訪問看護服務，估計2020年將增至一百萬人有此需求。由此可見，社區護士在未來人口老化及長期照護的社會需求十分龐大。她表示，日本政府為培養年輕護士走進社區，開辦不少訪問看護課程，並優化薪酬制度吸引人才。

學院與老人科護士共研失智症評估標準



工作坊導師與出席人員合影

為凝聚澳門醫護界不同機構專業人員的力量，加緊確立對失智症評估的共識，儘早建立失智症早期檢測的標準程序，學院與衛生局於2016年7月10日假筷子基衛生中心合辦「長者認知能力評估工作坊」。工作坊由學院兩位具國際認證失智症認知能力評估專業資格的曾文副教授、李衛燕講師主持，並邀請香港戴樂群顧問醫生進行現場個案評估與研討。

曾文副教授首先介紹失智症評估常用量表及在本澳經研究驗證的適用情況，接着聯同李衛燕講師示範長者的認知評估技巧，並與出席者共識各種評分細則。戴樂群顧問醫生則會診了一個失智症個案及一個疑似個案，詳細講解了失智症的評估要點和注意

事項。整個工作坊氣氛活躍，出席者討論熱烈。有出席者表示工作坊專業實用，對日常工作有很大幫助，為將來不同機構之間共識長者認知評分標準及轉介奠定堅實的學術基礎。參加是次工作坊的人員包括仁伯爵綜合醫院、衛生中心及衛生站的老人科護士，學院老年護理研究組老師及仁愛晚晴青年大使，合共30多人。

訪貴州遵義醫學院推進兩校合作



兩校期盼推進澳黔兩地護理教育的合作與交流

為回應國家泛珠三角區域合作發展政策，深化澳黔兩地在護理教育方面的合作與交流，受中聯辦文教部邀請，學院組織師生、員工一行20人於2016年7月17日至21日前往貴州交流。

參訪團於2016年7月18日拜訪遵義醫學院，雙方簽署合作協議，尹一橋院長獲聘為遵義醫學院護理學院客座教授，期盼今後在相近教育理念指導下，奠基於原有合作基礎，開展合作辦學、師生交流、老人科合作教學、以及研究成果分享等深層次的交流與合作。這是自2008年建立友好合作關係以來，兩校關係進一步的延續與發展。參訪團還參觀了遵義醫學院新浦校區、大連路校區及遵義醫學院附屬醫院。

是次參訪得到中聯辦、遵義醫學院代表全程陪同。同行師生紛紛表示對中國近現代史、民主革命、紅軍長征等有更多的瞭解和認識，也深感今天衣食無憂的幸福生活來之不易，更表達要學習革命先烈不怕艱苦、頑強奮鬥的精神，努力在自己的崗位上發光發熱。

學院參展科技周推廣健康智慧生活

由澳門特區政府科技委員會主辦、中華人民共和國科學技術部支持的「2016科技活動周暨科普成果展」於2016年7月7日至10日假漁人碼頭會議展覽中心舉行。學院應邀為協辦機構參與展出，共接待的參觀市民約一千人次。

本屆科技活動周以「智慧生活—我們的未來」為主題，吸引來自本澳和內地38家科研機構、學校及社團參與。圍繞該主題，學院展位設計遵循生命週期，展覽內容貫穿人的一生，分為母嬰區、兒童青少年區、成人區及老年人區四大區域。參展項目為「智慧生活更健康」，其中包括有乳房自檢，聽胎心，心肺復甦術，脊柱側彎知多少，手機天堂與地獄，耐心聽、用心說，糖尿病自我管理，生活方式與壽命測試，老化及智慧生活等。



學院師生科普健康生活

師生世界華人地區長期照護研討會獲獎

學院師生一行11人於2016年9月23日至26日赴北京參加由世界華人地區長期照護聯會、中國人民大學主辦，學院等機構協辦的「第十三屆世界華人地區長期照護研討會」，以「整合式長期照護服務體系：制度建設、人才培養、服務拓展」為主題，發表三份口頭報告及四份海報，並獲大會頒發「優秀海報展示獎」，以及「優秀口頭發表獎」。另外，朱明霞教授亦獲邀主持分論壇「老年照護的人力資源」。

研討會不僅得到中國內地學者的支持，還吸引來自新加坡、香港、台灣等專家學者到場分享經驗。學院7名學生獲澳門高等教育輔助辦公室資助參與是次研討會，發表「探討澳門長者「活躍老化」的現況」、「探討澳門無約束院舍的可行性」、「探討團體家屋於澳門的適用性」，以及「探討澳門老人院舍壓瘡盛行率控制方案」四份海報。梁淑敏副教授亦於會上以「培養不同層次長照專業人員的課程體系」為題目發表演說，細談學院培養不同層次長照專業人員的情況，引起與會者迴響。李衛燕講師和周嘉琪講師分別發表「澳門慢病長者的症狀與醫療服務使用情況的相關分析」和「澳門長者之死亡焦慮狀況調查」的演講，向與會者介紹澳門長者情況。

與會者對本澳長期照護情況十分感興趣，學生藉着是次研討會，與各地學者互相交流，獲益匪淺。有參會學生認為，參與國際性會議可以宏觀地了解到目前整個華人地區在面對老齡化社會的共同問題，以及不同地區分享到的應對措施及策略，有助加深其對長者護理的認識。



長者輔具及生活用品展覽會上宣傳失智症



學院於2016年9月23日至25日參展「“與你同行”長者輔具及生活用品展覽會」，向數百名參觀市民宣傳失智症。

展覽會上，學院展示了大腦結構模型、認知功能測評(電腦遊戲)、認知功能訓練(電腦遊戲)、音樂訓練介紹等。不少參觀市民表示，展品有助於他們瞭解失智症早期症狀，提升市民大眾對大腦健康的關注。同時，負責攤位的師生積極向參觀者作詳盡的介紹，市民反應良好，約有20名長者留下聯繫方式希望到學院護理及健康教研中心作進一步評估。

員工英語聚會

• 兩文三語推動組 •

為配合學院邁向國際化的目標，提升同事的英語水平及推動學院內的英語使用，學院兩文三語推動組於2016年年初起定期為員工舉辦英語聚會，以輕鬆愉快的活動形式，提升同事對英語的認識和興趣，並藉着聚會增進同事的交流和友誼，至今共舉辦了三場不同主題的英語聚會，得到同事的熱情參與和好評。

參與聚會的同事都樂在其中，表示很珍惜每次練習英語的機會，並就聚會的主題和安排踴躍提出建議。兩文三語推動組會繼續積極推動各類型英語活動，亦計劃把聚會對象擴展至學生，務求全面推進學院的英語氛圍，提高全體師生員工的英語使用能力。



學院同事獲尹院長頒贈紀念品

英語聚會一（2016年1月15日）
主題：2015年回顧與2016年展望
目的：鼓勵同事在輕鬆的氣氛下以英語交談

四位學院同事，包括劉嘉寶講師、蔣藝講師、陸嘉燕講師及盧子健先生，分享他們過去一年在工作及生活上的難忘經歷，以及新一年的計劃與展望。出席聚會的同事亦就着主題，以英語輕鬆交談，互相分享生活點滴。

英語聚會二（2016年3月18日）
主題：海外學習與工作體驗分享
目的：讓同事瞭解英語國家的學習和工作體驗

英國愛丁堡大學護理博士生譚瑰賢小姐獲邀擔任主講嘉賓，分享她多年來於英國學習和生活的所見所聞與感想。五位學院同事，包括伍慧兒助理教授、曾秀梅副教授、蔣藝講師、羅文秀講師及梁健恆先生亦分享他們於英國留學的趣聞，與主講嘉賓及出席聚會的同事交流經驗與心得。

英語聚會三（2016年5月13日）
主題：英語演講技巧
目的：讓同事透過趣味遊戲學習英語演講技巧

學院兩文三語推動組黃善嫻小姐擔任導師，為同事設計趣味英語遊戲，介紹演講的「一二三」技巧，包括「第一刻靈感」、「兩極對比」和「神奇三步曲」。所有出席的同事都即席揮毫寫下英語句子，並以英語發表簡短演講。



同事參與趣味英語遊戲



出席同事與主講嘉賓譚瑰賢小姐（前左1）合照

學院代表參加台國際研討會 推廣澳門護理學術形象



尹一橋院長（右）與羅文秀講師（左）出席「2016慈濟護理國際研討會」



尹院長介紹學院歷史和發展

尹一橋院長與羅文秀講師於2016年8月3日至6日赴台灣花蓮出席由佛教慈濟醫療財團法人花蓮慈濟醫院主辦的「2016慈濟護理國際研討會」，分別擔任主題演講嘉賓與海報發表者。她們認為是次會議能達到提升護理人員護理照護的技巧，增進國際交流的目的。

研討會假主辦機構協力樓二樓和氣會議室舉行，不僅得到台灣本土學者的支持，還吸引來自美國、新加坡、內地、香港及澳門等專家學者到場分享經驗。尹一橋院長於會上以「海外交流、人文漣漪」為

題目發表演說，細談學院的護理教育，引起與會者回響。羅文秀講師則發表海報「護理學學士課程高仿真模擬教學之情景設計」，分享學院展開模擬教學的方法和成果。

尹一橋院長表示，學院在「從人到仁」教育理念指導下，通過正式課程與非正式課程相結合，開展高等護理教育培養新一代護理人員的過程。除了基礎理論學習外，學生在入學的第六個學期末開始到本澳醫療機構臨床學習，第八個學期末則可自選到境外醫療機構學習，讓學生藉此認識不同醫療體系及服務，以及其理念與護理模式，識別護理知識及實踐需要完善的領域，更有利於初步構想個人專業發展計劃。

近10年來，學生在畢業前的境外臨床交流學習中，超過122名學生自選到台灣花蓮慈濟醫院進行為期兩周的臨床學習。尹一橋院長在會上展示學生在慈濟學習回來的心

得、個人改變及專業發展，她認為學生透過臨床學習擴闊眼界和視野的同時，備受關懷實踐的熏陶教育，對鞏固護理專業認同感有莫大裨益。另外，學院導師亦自2006年起與慈濟護士交流，彼此相輔相成，發展批判思維，影響專業發展，促進對專業身份的認同。



學院代表以海報分享高仿真模擬教學結果

學院代表團訪英大學加強合作



訪問團與愛丁堡大學護理教學團隊作深入交流

Prof. Charlotte Clarke來澳講學，期望刺激本地學生的國際思維，了解多元文化。

訪問團一連九日的行程還到訪位於倫敦的St. Thomas醫院、Evelina 兒童醫院和英國皇家護理學院。St. Thomas醫院是一所位於英國倫敦市中心的大型教學醫院，南丁格爾在此醫院建立了世界上第一所正規護士學校。Evelina 兒童醫院附屬於St. Thomas醫院，該院打破一般醫院典型佈局和長廊模式的設計，以海洋、海灘和天空等元素作主題，為整所醫院增添生氣和歡樂氣氛，減低病童的恐懼感。英國皇家護理學院則為全球最大的護理組織，適逢該院創辦一百週年，訪問團特地前往參訪，了解該會的歷史和發展。

為促進國際化與國際合作，學院教職員工一行29人由尹院長帶隊，於2016年8月5日至14日赴蘇格蘭愛丁堡大學、St. Thomas醫院、Evelina 兒童醫院和英國皇家護理學院進行學術與文化的交流，收穫豐碩。

學院自2011年起與愛丁堡大學簽訂友好合作協議，為雙方師生提供交流及學術合作平台，在學術支援、教師培養和研究生搜集資料基地等方面取得顯著成效。參訪團是次到訪，與該校社會科學健康學院

院長Prof. Charlotte Clarke、護理學系主任Dr. Sheila Rodgers及一眾教學團隊會面。尹院長及Dr. Sheila Rodgers交流兩校護理教育的特色與發展前景，雙方教師就學位後課程、科研、持續專業發展課程與護理人力等議題作深入的討論和經驗分享。

尹院長認為是次拜訪對愛丁堡大學護理學系的歷史、課程、持續教育、博士層面教學，以至境外生培養均得到啟發，有助進一步促進兩校學術合作、師生互訪及短期進修等項目。她藉此契機邀請



Overseas Exchange Impression



Chan Wai Ian (in the middle)

· Chan Wai Ian (Year 2012) ·

In this three weeks exchange to America, University of Memphis' s Tour was one of my favorite exchanges. It not only enriched my visit to America but enriched my entire life as well. Furthermore, the tour not only broadened my perspectives but also helped me meet a lot of amazing people and made unforgettable memories along the way. Aside from participating in classes with nursing students in this three-week itinerary, I also visited and studied in various medical institutions in Memphis, including the Methodist Hospital ICU and Emergency Department. Compared to the ICU in Macau, the Methodist Hospital ICU has more advanced equipment, cutting-edge technology, electronic medical records, and resources sufficient enough to reduce manpower while giving patients the best medical treatments. Nursing in America and Macau have much in common such as care for patients with enough empathy and patience. Secondly, visiting the St. Jude

Children' s Research Hospital was another eye-opening experience. In addition to treating children with cancer, the hospital also does its own research and development of drugs to provide the best medical services for the children as well as to contribute to the entire medical community. As I walked into the hospital, I immediately felt like I was in an ideal world for children. The whole environment, layout, and furnishings filled with bursts of color. The walls of every corridor had pictures with different themes, including the four seasons, stars in space, and even paintings created by the children themselves. I did not feel any sense of death or sadness in the hospital; instead, I felt the warmth, joy, and hopes of recovery. The third place I visited was the Memphis Jewish Home and Rehabilitation. I really admire this medical center because it is one of the only places that provide rehabilitation to patients who cannot completely take care of themselves after surgery. It has different professionals providing

service to patients with different needs for recovery. Here, the patients can focus specifically on rehabilitation to receive an improved recovery process. The fourth place was The Village at Germantown where special services are given to the elderly with nostalgic furnishings, quiet surroundings, and essentially, it is the perfect place for recuperation for them in their rest of life.

In conclusion, this three weeks I spent studying in the U.S. enabled me to come into contact with many new things and also I obtained much knowledge from this exchange programme. Memphis in America has come to be one of the most caring places I have experienced; if a place had people, then the place had care, attentiveness, and service too. I hope that returning to Macau, I will be able to contribute relevant, helpful, and professional advice to the profession and I will try to do my best to improve patient care in Macau.

(June, 2016)

小孩背後的故事



在2016年5月9日至20日，我們一行14人到了台灣花蓮慈濟綜合醫院進行為期兩週的臨床交流實習，我們有幸獲派到不同的部門見習，包括外科加護病房、燒傷中心、護兒中心、整型病房、肺結核病房以及心蓮病房（安寧病房）。

花蓮慈濟綜合醫院是亞洲地區第一間引入安寧服務的醫院，至今系統發展得十分成熟，由病人入院的一刻起，已經在關注病人出院後的生活質量，在住院期間有醫生、護士、社工、居家照護師等跨專業團體一起與病人、家屬評估和討論跟進工作，還有居家照顧服務提供給出院後有需要的人士，以及共照服務，到不同的病區為有需要的病人提供緩和治療。他們還設有一個提供病人照顧技巧、症狀緩解等資訊的網頁，考慮到花蓮地區原住民較多，這個網頁可選擇不同瀏覽語言，從而讓家人和照護者學習，減輕了醫護人員的工作負擔，真正做到了全人、全家、全社區、全隊、全程這五全的照護。當中，護士角色可分為病房護士、共照護士及家居護士，實習過程中醫院亦安排了我們學習擔任不同護士角色的職責。有一次去機構探訪時，同學遇見一位外觀看上去只有七、八歲的小孩，可是，他的經歷令我產生對救人與被救，誰對誰錯的疑惑之中。

師姐告訴我們那個小孩其實已經11歲了，在剛出生時，被吸毒的父母遺棄，後被慈濟醫院所救，但由於是早產兒，以及身體存在腦積水等各種病痛，在危重病房



台灣花蓮慈濟醫院 實習反思

• 2012級 陳詩瑩 •

整整住了1年有多，幾經辛苦才把他的性命保留下來，現在由機構扶養他長大。由於受過種種病痛的折磨，他無法像正常兒童般成長，趕不上的身體和智力的發育，令他外貌不如實際年齡、只認得男的是爸爸，女的是媽媽，無法言語表達自己，甚至無法像小孩般玩耍嬉戲，一生伴隨着的是病痛的折磨。

知道這個小孩的故事後，我產生疑惑。他的生命該由誰掌控？無法像正常人般成長，那麼救他是對的選擇嗎？生命對他來說，是痛苦還是幸福？一開始我覺得救他是在增加他的痛苦，然而有同學告訴我“他從來沒有感受過正常人的生活，或許現在的生活對他來說是幸福的，從未得到過就不怕失去”。是的，我們無法去衡量救他是對或錯，因為我們無法得知生命對他的意義是什麼，但我們能在他有限制的生命裏給予最大的幫助，正正是他可以感受到。作為醫護人員，救人固然是我們的職責，但很多時候往往存在着行善和不傷害原則之間的衝突，特別是面對生命的決策時，對和錯往往就是一瞬間，無法回頭。

在短短兩星期的實習過程中，我們不但加深了對台灣護理體系的認識，更從中看到自身的優劣勢，讓我想起一句話「護理是一門藝術」。也許護理知識我們都懂，但怎樣做得好、又到位，是我們要繼續學會的。

（2016年7月）

參加2016年澳門高校教研人才培訓計劃 劍橋大學暑期研修課程有感

· 曾 文副教授 ·

劍橋大學，是一所世界著名的高等學府，也是我自小夢寐以求的地方，特別是在從事的社會及行為科學範疇中追求知識。今年暑假有幸參加澳門高校教研人才培訓計劃，與世界頂級教授一起探討學術問題。

在劍橋大學Clare Hall求學的數天，每天上、下午和晚上，甚至週末均有課程和活動，授課老師是來自英國、德國、意大利、法國等知名的教授或專家，他們運用自己多年的研究結果作教學內容。每次授課為兩個半小時，其中一個小時作講解，其餘是互動討論的時間。這裏匯集世界上優秀的教授和學生，實證為本的教學策略以及深厚的學術沉澱，使它躋身世界前列。



作者曾文副教授

劍橋大學讓我眼界大開，圖書館不但收藏了達爾文進化論的部分原稿，大學的教授還發現雙螺旋的DNA結構，以及在Clare College的孔子雕像，表明西方著名大學也注重中國傳統文化，體現中國在國際主流的份量。在西方著名學府裏討論祖國的儒家文化，意義特別。

在此，我感謝劍橋大學的精心安排，讓我們有機會與世界頂級大師分享研究成果，碰撞不同文化間的火花，更加感謝高教辦的安排，令我受益匪淺，看到澳門的學術及專業發展的方向與目標，為我們建立國際以及校際的學術合作關係奠定了堅實基礎！

(2016年8月)

Where East meets West: Interdisciplinary Approaches on Behavioural Health and Behavioral Interventions

· Mandy Lo (Lecturer) ·

I feel grateful for the opportunity of attending a 6-day behavioural workshop this summer. The workshop named “Where East meets West: Interdisciplinary Approaches on Behavioural Health and Behavioral Interventions” and was held by the Hong Kong Society of Behavioural Health from 10 to 15 July. It introduced the basic foundations of a public health approach to behavioural health. The workshop invited lecturers from America and Hong Kong to provide lectures on different topics according to their expertise, which included health related behaviours, public health theories and interventions and research methods. Besides from attending lectures, participants were also required to tackle a health related behaviour by writing a health promotion programme at the end of the workshop.

This public health workshop broadened my mind by successfully introducing latest and yet practical programme ideas. Health promotion is always an inseparable part of nursing as health behaviours are one of the most fundamental causes of most diseases. Promoting healthy behaviours is always the key to health. Thus, I believe that all nurses should be able to plan and deliver health promotion activities in different settings. As a nursing teacher who teaches health promotion, this workshop enabled me to better equip myself as most of the contents are closely related to my teaching and research. It also provided an opportunity for networking since the participants are of rather diverse backgrounds. In conclusion, this is a fruitful learning experience and I hope that I can apply those in my research and teaching in the upcoming semester.

(August, 2016)



Ms. Mandy Lo(left) and Professor David W.Seal

天使共鳴之藍萊河畔的回憶（上篇）

· 吳煥芬校友 ·

新南威爾斯州（Walgett）附近的藍萊河畔（NAMOI RIVER）是距離悉尼（Sydney）8小時車程的小鎮，雖然只有2,800人口，但面積比香港九龍還要大。如果天使們認為在城市的大醫院工作是非凡的挑戰，那我可以告訴您們，在鄉村小鎮的護士工作更考智慧。初來報到時，人們警告我倆不要做壞事，否則24小時內，便會傳遍全鎮。新南威爾斯州醫院（Walgett District Hospital）從設備至經費與悉尼醫院（Sydney Hospital）相差很遠，難題是每天需要面對的事，當把它們都解決後，反而更有信心面對新的挑戰。

剛在Walgett District Hospital工作時，全省各醫院要提升麻醉機達同一標準，然而，我們缺乏資金把半身舊老鄉機換新。在不能沒有麻醉機的情況下，我致電悉尼的麻醉機工程師求助，建議通過改裝來符合要求，他不但接受提議且樂意幫忙，最後，我們只花了300元便完成任務。

有一位不用吃藥及無治療的老太太，整天躺在床上，好奇之下，詢問她入院的原因。這位老太太年青時從愛爾蘭來到新南威爾斯州後，見地大肥沃，就拼命地在烈日下耕種，晚年卻全身長出很多皮膚癌瘡，由於數量太多，手術也無法全部切除，只能把出血或特別痛的部位才做手術，排期需時，上次等了半年。她的農場距離這裏車程三小時，又要在與Walgett District Hospital相隔三小時車程的Dubbo Base Hospital 等到床位，再由救護車轉送她過去。今次的部位是小腿，走每一步也很痛，故只好躺着。經了解後，我便致電話在Dubbo 的外科醫生，傾談後得知彼此有共同朋友，那更易辦事了。我建議他過來做局部麻醉手術，不用等床位和麻醉師，我倆利用放假時間為老太太完成手術，兩週後她康復回家。

能為病人排除障礙，爭取快而優質的治療，早日康復，是護理專業的核心觀念。（未完待續）

（2016年6月）



從中醫角度看 虛胖

・莊耀禎助理教授・



很多人常覺得自己胖，光喝水都胖，而且怎麼都減不下來，還越減越胖。他們多半認為自己已經太胖了，應該減少進食量，有些甚至只喝水，但還是瘦不下來。其實，並不是所有肥胖都是因為吃太多引起，有些反而是因為過度減肥而造成虛胖。

甚麼叫做虛胖？

簡單來說，就是因為虛所造成的肥胖。這種類型的肥胖者多半是肥肥軟軟，肌肉鬆垮，沒甚麼力氣，稍微活動就氣喘吁吁，有些人還會時常覺得疲累頭昏，甚至會有下肢水腫的現象。造成這種肥胖的主要病理機制是脾虛導致身體的水液代謝失調。

中醫所謂的「脾」，是指整個消化系統，主要功能在化生水谷精微，敷佈體內津液。若脾虛時，則不能調節體內津液的正常運行，造成津液堆積在身體及四肢，而會造成肥胖。此外，因脾虛不能運化水濕，導致濕氣堆積在身體裏，阻礙氣的運行，因此虛胖的人便會常常覺得容易疲累、頭昏，甚而氣喘吁吁。若此時又錯用節食或禁食法，不吃食物光喝水，便導致脾虛更加嚴重，非但無法有效減肥，反而可能因為增加體液堆積而顯得

更胖。除了脾之外，腎也扮演了舉足輕重的角色。在五臟之中，腎為水臟，是管理體內液體的主要器官，對於調控體液的分布及廢液的排除，佔了重要的地位。

飲食與運動的配合

虛胖的人，不但不應該節食或禁食，反而要正常飲食，先把脾腎養好，才有機會達到減肥的目標。除了正常飲食之外，良好的睡眠習慣與適度的運動，也有助於達到減肥的目的。日夜顛倒的生活容易造成體內的陰陽失調，而影響臟腑的正常運作。另外，若久不運動，則體內氣血津液運行不暢，更會造成脾腎氣虛，而使虛胖情形更加嚴重。

了解虛胖的成因與機制後，讀者們一定更有興趣想知道，從中醫的角度，可以如何改善虛胖情形。就先前所提到的，虛胖主要關乎脾腎二臟，因此其保健原則便以「健脾益腎」為主。下一篇，將介紹幾種具有健脾益腎功能的保健藥膳及經絡穴位。

（2016年9月）

學院動態

- 2016年7月5日 學院召開「護理學學士學位課程」考試委員會、學術委員會、職稱評定組及學位監察組會議
- 2016年7月7日 學院召開校董會會議
- 2016年7月8日 香港公開大學護理及健康學部師生來參訪（圖1）
- 2016年9月3日 育仁中心舉辦「新生成長營」（圖2）
- 2016年9月17日 學院參與由浸信中學舉辦的「2017/2018學年升大輔導暨浸信中華文化學會啟動日」的升大講座
- 2016年9月23日 香港李求恩紀念中學來訪
- 2016年9月28日 員工參加「鏡湖慈善會慶祝國慶67週年聯歡晚會」
- 2016年9月30日 科研管理暨發展部舉行科研分享會
- 2016年9月30日 學院邀請消防局舉行防火演習及防火安全講座（圖3）
- 2016年9月30日 育仁中心舉辦「暑期交流分享會」

學生活動

- 2016年7月10-17日 關愛之光前往廣西南寧「中國愛之關懷兒童之家」和廣州的「中國愛之關懷兒童之家」進行探訪及義教
- 2016年7月28-29日 長者健康促進會舉行「跨地關懷—香港體驗營」（圖4）
- 2016年7月4-9日 學生代表參加由福建醫科大學主辦之「2016閩臺澳優秀學子夏令營」
- 2016年7月7-21日 學生代表參加中山大學中山醫學院主辦之「第八屆粵港澳醫學生暑期聯合夏令營」（圖5）
- 2016年7月24日-8月27日 學生代表參加高教辦主辦之「澳洲英語培訓之旅」（圖6）

