

106 級李宛儒台中榮民總醫院最後一哩實習心得



在榮總實習的過程中，得到很多人的幫助，讓我能有所成長和收穫。

學校的老師是我最強力的後盾，實習前和醫院溝通協調實習計畫，實習指導老師在實習時，注意我的實習狀況，並適時給予心理支持，在我遇到困難的時候給予指導和分享自身經驗，讓我更勇敢去追求更好的自己。

臺中榮總是個非常適合實習生學習的醫院，因為榮總很注重人才的培養，所以醫院在實習生的教學方面，會盡力提供相關資源，並規畫出完善的教學內容，並由臨床教師更有條理地去教導護生。

為了給護生最好的教學品質，最後一哩的臨床導師除了需要具有豐富的臨床經驗和知識，還要經過相關訓練，才有資格帶領護生和提供教學。

我在中榮 W82 實習，單位多為一般外科和腎臟科的病人，單位的學長姐對護生的態度都是溫和友善的，而且大部分的學姐都具有教學熱忱，雖然單位很忙，但是學姐們還是會找空檔教我很多東西，並盡量讓我實際嘗試臨床照護的技術，事後不但會給我建議，還會盡量鼓勵我，讓我建立自信心。

除了臨床技術，學姐還會教我一些疾病相關知識，或是引導我去思考照護的注意事項，教學方式也都是循序漸進地告訴我相關知識與技術，讓我可以漸漸熟悉，而不會在一開始太過慌亂，到最後甚至放手讓我去嘗試，讓我有獨立照護病人的能力和自信，所以很開心可以在中榮實習，讓我學到很多東西。

除了學姐們，實習期間護理長也會特別關心我的實習情況，有時還會找我會談，了解實習遇到的困難，讓我感受到是個溫暖的單位。

最後一哩實習，很幸運可以來中榮實習，我在這裡真的學到很多的知識和技術，而且這裡的病人疾病的複雜度和嚴重度較高，所以學到和看到更多的學理知識和技術，讓我獲益良多。

我覺得實習不能只靠老師和學姐的幫助，最重要的是自主學習，在照護病人前一定要了解他們的相關疾病、藥物使用和照護方向，不能等人來問，因為發生突發狀況時，不會有人有空告訴我該怎麼辦，所以一定要先了解相關知識，不論是實習前的預習，還是每天早上事先了解病人資料與疾病，都是必須要做的，而且每天結束後也要找尋當天看到的所有疾病和特殊藥物，事後才能把知識應用在照護上。

也很感謝這一段時間，所有幫助我的老師、同學、單位的學長姐和病人，如果沒有大家的辛苦與支持，我也沒辦法學到這麼多東西，所以謝謝在實習時一路上幫助我的人，讓我可以有所成長。