



St. Teresa's Hospital School of Nursing

2020年4月1日



護生園地第二十一期

護士學校使命

聖德肋撒醫院護士學校於 1969 年創校，秉承保祿醫療牧民理念，目的是培訓護士學生能以基督信、望、愛的精神提供稱職和優質的醫護服務。此外，我校也積極推行實際應用的高品質護理課程，培育優秀護理人才，造福社群。

- 72 班開學禮後感
- 72 班 O Camp 感想
- 67、68 班台灣交流
後感
- 首次實習
- 參觀活動花絮
- 聖誕報佳音
- 67 班畢業聚餐



護生園地第二十一期

72 班開學禮後感

一月十七日，是七十二班的大日子。手上的護士制服令我百感交雜，它不僅代表了我的夢想，亦代表了一個陌生的環境及接二連三的挑戰，莫名的壓力油然而生，心跳亦變得急促起來。換上護生制服後，我咬緊牙根走進了課室。時間來到了下午，懷著緊張的心情我邁步走進了聖堂，迎來當天的高潮——開學典禮。莊嚴的聖堂、渾厚的歌聲及橘調的燈光，在無言間撫平了我不安的心跳，神父親切的笑容及溫暖的祝福，亦為我對日後的挑戰帶來了信心。開學禮結束後，我回到更衣室脫下制服，看著這純白的制服，早上一切的不安及緊張原來早已煙消雲散，取而代之的是一種責任感及使命感。我笑了笑，把制服放回儲物櫃內，不禁期待著明天的到來。

新的環境及挑戰無疑會令人感到壓力，但相信在神父及修女的祝福、老師們的指導及同學間的互相勉勵下，我們都能有所成長及收穫。希望兩年後，我們都能夠順利畢業，實踐所學，回饋醫院。

7206 蔡巧怡



護生園地第二十一期

72 班開學禮後感



我能加入聖德肋撒醫院護士學校這個大家庭，心感榮幸。我本身並沒有宗教信仰，亦從未就讀過天主教學校。只是在兒時電視播放的聖經小故事中，知道耶穌的存在以及其德行。該次開學禮，學校邀請了神父主禮感恩祭，為我帶來一次寶貴的經驗。

在開學禮前，除了班主任、各位老師為我們打點一切外，胡修女給我們和藹、親切的問候，關心我們吃了早餐沒有，要不要吃點餅乾，令我們充分感受到學校的溫暖。

開學感恩祭即將開始，胡修女帶領我們步入聖堂，接受祝福。念着一句句讚頌主的經文以及唱誦的聖詩，令我原本緊張的心情慢慢平靜下來，全心全意地投入感謝祭當中。

雖然在開學前早已和其他同學見面，但這次開學禮卻更加深了我們之間的關係。第一次一起穿着整齊制服，一起步入聖堂進行感恩祭，一起到醫院飯堂吃午飯。我相信在未來日子裏，我們還會有更多的第一次，而且友誼亦會長存。

在聖德肋撒醫院護士學校的生活比我想像中更親切，雖然當中亦夾雜着戰兢的心情，我還只是一名學護，距離畢業還有一段路要走；但在胡修女、黃校長、老師們的帶領下，各文職職員以及同學們的幫助下，一定能完成學業，為社會服務。

7221 李思嘉

護生園地第二十一期

72 班 O Camp 感想

今次有幸參與兩天一夜的迎新營，簡直是人生中難忘的事情，使我畢生難忘、獲益良多。

透過各種遊戲使我學會了自律、專注、紀律和團隊精神的重要。入營前，大家都懷著戰戰兢兢的心情。抵達營地後，藉着各樣活動和遊戲，彼此認識，增進了解，關係更緊密。

這個迎新營除了幫助我們彼此認識，也令我們明白到團隊合作、團結精神的重要性。這個體會對我們將來的工作是十分重要的。

到了迎新營的尾聲，我們都感到依依不捨，我們頓時感慨起來，真的是時光飛逝！

最後，十分感謝師兄師姐們的付出，明白到他們在百忙之中抽出時間來照顧我們，及策劃這兩日一夜的迎新營。這並不容易，也不是必然的。因此萬分感謝他們！

7203 陳宇嬋



護生園地第二十一期

72 班 O Camp 感想

藉着參加迎新活動，我和 72 班的同學熟悉了許多，這都要歸功於師兄師姐合力設計的遊戲。迎新營當天，我們玩了許多遊戲與比賽，例如：拍七遊戲、綁繩遊戲等；當中很多活動需要大家同心協力才能完成的，也令我們容易融入團體中。如果沒有大家合作的團體力量及靈活的思考，相信完成任務是一件很困難的事。師兄師姐們帶領的破冰遊戲讓我們之間的隔膜漸漸消失，最初大家互不相識，後來我們能互相傾訴，無所不談。我很高興可以在這次迎新營中認識到這些志同道合的朋友！

於個人方面，我亦突破了自己，挑戰了許多原以為自己做不到的事情。這次活動令我發現，其實沒有自己做不到的事，只要肯去嘗試，就能夠挑戰和突破自我。而且組員們亦很鼓勵我去接受各樣挑戰，我十分感激他們的支持！

這次迎新營的活動辦得出色，別具意義，實在有賴我們的師兄師姐，付出自己的休息時間和努力。因此我想藉此機會感謝他們的付出，令我們 72 班有這次難忘的回憶。

7227 潘韻芝



護生園地第二十一期

67、68 班台灣交流後感



短短四天在台灣桃園聖保祿醫院的交流，擴闊了我們的眼界，讓我們獲益良多。當中感受到醫院提供貼心全面的醫療服務，更設有完善醫療設備能照顧到病人的各種需要。



最深刻的是在嬰兒房看到許多可愛的小生命，雖然他們愛哭，愛讓別人抱抱，但護理師也很有愛心去哄寶寶，把他們抱起來哄哄他們，就像自己的孩子一樣。每一位都很有耐性和十分細心去照料寶寶們。



旅程中更感謝每位老師、護理師的照顧和悉心教導。她們教導我們護理技巧，跟我們分享他們的經驗，更讓我們在各個部門認識及體驗各種醫療服務。我們定將學到的在我們未來工作中運用出來，更要保持著我們護理的初心，為病人提供最好的醫療服務。

6716 高嘉恩

護生園地第二十一期

67、68 班台灣交流後感

這次台灣聖保祿醫院交流活動獲益匪淺，很難得可以有機會在台北知名的醫院參觀，而且可以在不同的病房，包括外科、內科、婦產科、門診等等地方參觀，這次的體驗很寶貴和十分難忘。

當中最深刻的體會，就是在 2C 的婦產科病房，在那裡不單止了解到病房裏的運作，也透過角色扮演，親自扮演當媽媽餵哺母乳，雖然只是角色扮演而已，但的確感受到一點點當媽媽的感覺。

踏進婦產科的一刻，感覺很舒服。特別深刻的是月子中心，環境寬闊舒適，不論在燈光、環境佈置、母嬰教育或是餵哺初生嬰兒的安排上，都可以觀察到護理人員的別出心裁，深切感受到護理師對每個媽媽細心的照顧。每個設備都是為母親悉心安排，非常貼心！

首先在燈光上，光度是採用了溫和的橙黃色，而環境佈置上，牆上壁報貼著溫暖的字句及佈滿心心的圖案，讓人一踏進中心已感覺一份溫暖，營造出好像「家」的味道。

另外，在母嬰教育及母親在餵哺初生嬰兒的安排上，都能夠照顧到每位媽媽。在教育方面，除了會提供多項的講座之外，亦會有複習班提供，複習多一次講座的內容，確保他們汲取到的知識能根深蒂固；餵哺嬰兒方面，專業的護理人員會親自一對一教導母親，所以在教育上，婦產科病房的確做到較全面護理教育。

此外，在角色扮演的學習是令我最印象深刻的，我要換上坐月子媽媽的衣服。衣服設計是很特別，前面有兩邊暗洞方便媽媽餵哺母乳。換上衣服後，婦產科的護士親自教了我四個哺乳姿勢，包括搖籃式、側臥式、橄欖球式以及躺餵方式，我坐在床上親身抱起一個跟真實嬰兒的重量和身型一樣的假嬰兒學習餵哺母乳，當時感覺很真實，我好像一個媽媽正在餵哺母乳，這個是很特別的體驗啊！

再而，透過影片讓媽媽認識生物性哺餵法，繼而利用道具來模擬擠母乳的感覺。其中塑膠造道具模仿母親的胸部，仿真度非常高。當日最有趣的，是用當地特產的柳丁模仿母親的乳房，硬度尤如乳塞一樣，硬的很，擠母乳絕對不容易。

這些體驗比起用白紙黑圖的解說，印象來得更深刻，體會也更透徹，不枉此行。

6722 林靜欣



護生園地第二十一期

67、68 班台灣交流後感



萬分感激黃校長、胡修女、老師們以及台灣聖保祿醫院為我們六十八班籌備了這次的交流實習機會，讓我們瞭解到台灣的醫療體系以及聖保祿醫院各部門的服務。

在這次交流活動中，我獲安排參觀嬰兒房、術後病房、精神科病房以及加護病房。當中教我最印象深刻的是精神科病房。一開始看到要去精神科病房我是有點緊張跟期待的，緊張是因為平時在香港實習真的很少接觸到精神科病患，但另一方面我卻很期待能夠接觸到他們，讓我更瞭解精神科多一點。

記得在精神科病房參觀的那一天，護理長安排我們跟精神科患者上美術課以及跳舞課，並把我們分別安插在不同患者的組別裏。在上美術課的時候，導師要求我們把聖誕節會聯想到的東西都畫出來，我偷偷看著患者們，卻發現他們都畫得很認真，坐在我對面的患者更畫了一幅超高水準的聖誕樹。本來我是想模仿一下的，可是真的畫不出來，後來導師因為時間關係，讓我和我的同學分享我們所畫的，美術課就完結了。最讓我感動的是，坐在我對面的患者把他的畫送給我了，深願我能努力地完成課程，並成為一名稱職的護士。休息了一會兒，我們和患者們一起上跳舞課。在課堂上，我看到他們十分努力地跟著影片跳舞，跳得十分整齊及好看，反而我和同學則手腳不太協調，顯得有點狼狽。那天之後讓我更加瞭解精神病患者，他們或許與我們不太一樣，但他們真的很單純而且很善良。

還記得第一天督導跟我們說過，台灣最美的風景是人，在這五日四夜的交流活動中，我深深認同她的說法。他們為我們提供了熱情的招待以及貴賓級的待遇。而在醫院裏，他們對任何人都抱持著關懷，看見別人遇到困難時會毫不猶豫地主動上前提供協助，我真的很欣賞他們。今次交流完結後，我感到獲益良多，不單是護理技巧，更重要是人與人之間的溝通。我希望我能把這個旅程中所學到的，在未來的護理路上實踐應用，讓更多患者受惠。

6805 陳明慰



護生園地第二十一期

67、68 班台灣交流後感

感謝胡修女及黃校長為我們安排了這次台灣交流之旅，讓我們 68 班的同學們能在畢業前一起到台灣桃園聖保祿醫院進行交流。台灣聖保祿醫院的院長、副院長、督導們、各部門的主任、護士長、護士們及各部門的職員都對我們十分熱情。醫院安排每位同學每天上午及下午到不同的部門參觀，給我們非一般的體驗，令我們更了解台灣的醫療制度和護理工作。此外，督導們每天都為我們安排豐富的午餐，令我們都吃得很滿足，我們更感受到台灣人濃濃的人情味。其中一天我們到了台灣長庚大學參觀，令我們更了解台灣在護理教育的方針。再次感謝學校為我們 68 班安排這次的台灣交流之旅，給予我們寶貴的學習機會，令我們全班同學都獲益良多，十分難忘！

6832 李寶詩



護生園地第二十一期

首次實習

第一個學期理論課過後，終於迎接第一個病房實習。實習前，心情十分緊張和忐忑。實習完結後，卻發現護士工作比想像中更辛苦。除了日常護理，還要應對不同的突發情況，例如病人突然頭痛、發冷，護士都要第一時間作出適切的行動。每天我需要提起精神工作，又要面對不同的挑戰，使我感到十分疲累。實習初期，我發現理論和實踐之間有點差距，我頓時感受到很大的挫敗感！幸好病房護士和職員不時從旁指導，更教導了很多在書本上學不到的護理技巧及知識。後來，我更得到病人和家屬的鼓勵和肯定，這就成為我堅持下去的動力。

7119 李碧琳

首次的實習十分緊張，又伴隨着一點不安。經過了約兩星期的實習，我發現醫院和學校有很大的分別。我發現在學校裏所學到的知識是非常實用，所以在實習過程中我需要不斷的複習。在病房裏，我有很多不明白的東西，幸好病房職員和師姐們都很耐心地教導我。後來我逐漸了解病房的工作，而且跟病人和家屬溝通令我得到滿足感，能夠幫助別人令我很快樂。每當我看見病人由虛弱改善到痊癒的情況，最後能健康出院，我都感到很滿足。我認為我需要學習的是不同種類的病理和病徵，以及它們對應的治療藥物等。我會繼續不斷的努力，好讓我成為一個專業的護士。

護生園地第二十一期

69 班參觀何文田救護站感想

在日常生活中，我們只能在街道上看到救護車的經過和看到一輛輛救護車停泊在救護站內，我們無法近距離接觸救護站內的程序、規矩和救護車的設備。所以，我懷着興奮和緊張的心情參觀救護站。

在參觀救護車車內設備前，救護員先會向我們解釋救護站內的出車程序及如何向市民提供協助。然後，救護員帶領我們到車內參觀，最令我大開眼界的是其中一輛救護車，內裡委實是有一個小型手術室，方便發生大型事故之時，醫護人員能即時在手術室內搶救病人。這次參觀救護站，真是令我獲益良多！

6920 梁儷薰



護生園地第二十一期

70 班參觀西灣河救護站感想

對於能夠參觀從未踏觸過的救護站，我感到非常高興及感謝學校這次的安排。

首先，我們了解到不同救護工具的用途，亦有救護員模擬真實情況時應如何處理傷者以及一些急救知識。當中我印象最深刻是看到示範如何使用自動心外壓機，而且還給我有機會親自去操作試用。

其次，我們亦進入救護車車廂內參觀，看到救護車上常用的裝備和藥物，及認識其用途。而我們更有幸到流動傷者治療車上參觀，這是一架設計成小型手術室的治療車，為了方便為嚴重傷者作即時搶救。

最後，我認為這次參觀學習到的資訊不但令我更深切體會到救護的工作，還鞏固我在課堂上學到關於急救及藥物的知識。

7031 徐悅雯



護生園地第二十一期

聖誕報佳音



對於一個從沒有參與過宗教及節日色彩活動的我而言，我很高興可以在今年聖誕節，到聖德肋撒醫院為病人和醫護人員報佳音和送上佳節祝福。其中兒科病房裏的小朋友更令我印象最深刻。他們都非常投入當中，有的為我們打拍子，有的跟我們一起唱聖誕歌，有的甚至在我們身旁為我們伴唱伴舞，場面十分熱鬧溫馨呢！

7005 邵慧玲

護生園地第二十一期

聖誕報佳音



當天為了準備到醫院報佳音唱聖詩，大家都帶著緊張的心情練習。到了醫院各部門，面對著職員的目光，大家最初都表現得十分尷尬；幸好修女們一路陪伴著我們，還用結他伴奏。隨住她們的帶領，令到本來感到不知所措的我們慢慢放鬆下來，投入報佳音的活動，為醫院裏的病人帶來歡欣。這次活動令我深深感受到自己是聖德肋撒醫院大家庭的一份子。

7103 林卓汶



護生園地第二十一期

67 班畢業聚餐

67 班終於結束了兩年的學護生涯，即將要迎接另一個新的開始。希望同學們能夠堅守初衷，懷著滿腔熱誠，以及對待病人的一顆同理心，成為一位專業的護士。
祝同學們前程錦繡，工作順利！



護生園地第二十一期

67 班畢業聚餐

