



# St. Teresa's Hospital School of Nursing



2023年11月30日

## 護生園地第二十八期

### 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。



- 75班畢業感想
- 75班課外活動
- Let Me Fly  
職場體驗計劃 2023
- 77班首次夜更實習感想
- 行業走訪
- 護校資訊日
- 78班首次實習後感
- 76,77班生命教育
- 課堂活動

# 護生園地第二十八期

## 75 班課外活動

為了讓我們對護理行業有更多了解，學校在兩年的登記護士課程中，特意加插了許多參觀活動。包括本院的心臟中心，黃大仙的香港癌症基金會，何文田救護站等等，當中令我最難忘的是參觀位於將軍澳的司務道寧養院。

非常感謝司務道寧養院給予我這次難忘的參觀機會，讓我深入了解香港的療養服務。同時，我也要特別感謝寧養院的護士，他們耐心地向我們介紹和解釋，不僅讓我們瞭解了機構的運作方式、服務對象和醫療環境，還讓我們深深感受到他們的服務宗旨：「用愛擁抱晚晴」。

在面對身體衰退甚至死亡時，該院不僅致力於提供適切的治療，還在細節中展現了無微不至的關愛。為了保護逝者的尊嚴，那裡的護士們自己籌措了一箱化妝用品，並會親自為逝者進行簡單的化妝，以整理容貌和保持整潔，同時維護其形象。這個善舉不僅向逝者表達了尊重和關懷，也給予了家屬們內心的平安。這使我深刻體會到，除了照顧病人的身心健康，病人的家屬們也承受著相同的痛苦。在這次參觀中，我深深感受到司務道寧養院所展現出的專業和關懷。他們不僅關注病人的醫療需求，還注重病人和家屬的心理需要。這種人性化的服務理念令人敬佩，也讓我更加重視對於病人和他們家屬的關懷和支持。

最後，再次感謝學校和司務道寧養院，這些參觀體驗為我們兩年的學習生活加添色彩，也讓我們更加了解本地的護理行業，為我們將來成為一位稱職的護士做好準備。



司務道寧養院

7535 黃淑敏

## 護生園地第二十八期

### 75 班畢業感想

轉眼兩年，我即將踏上登記護士學生生涯的最後一步。兩年的時間雖然在漫長人生中只是一瞬間的事，但當中經歷的甜酸苦辣卻不是筆墨所能形容。回首這段學習旅程，心中除了萬分感慨就只有無限的感激之情。感謝胡修女、黃校長和所有給予指導的師長們，在我學習過程中，您們分享了豐富的臨床經驗及專業知識，使我們能夠更好理解及應用在實踐上。在未來工作中，我會不忘您們的教悔，不斷追求專業的成長及提升。

當我成為一名正式的護士，前方的道路會充滿挑戰及困難。我將肩負起照顧他人健康與生命的責任。完成這個課程只是在這個行業繼續發展的入場券，在未來亦需要持續學習、成長及進步。我將努力將所學的知識轉化為實際行動，希望能夠提供優質的護士服務。另外，在這個充滿科技及創新的時代，我們要持續學習及更新知識。我們需要與時俱進，學習新的護理知識及技術，增加自己的專業知識。

最後，感謝同學們兩年多的陪伴。我們在這段旅程共同成長，我們將攜手迎接未來的挑戰，繼續為日後的發展貢獻自己的力量。

7525 吳旨欣



# 護生園地第二十八期

## 75 班畢業感想

時光匆匆，我們 75 班同學即將踏上護士學校兩年的畢業之旅，我心中充滿了深深的感慨和感恩之情。這段時間我學會了許多關於護理的知識和技能，更重要的是培養了一顆關懷他人的心。期間我們經歷了無數的學習、挑戰和成長，而這一切都離不開胡修女、黃校長和所有老師的悉心教導和支持。每個考試和實習對我們來說都是一個個挑戰，我們體驗了護士的辛勞與責任，與此同時學會了如何以專業的技巧和溫暖的態度照顧病人。這些都讓我們更加堅定要成為一名護士的決心。

在這裏，我們各位同學彼此互相扶持共同成長。我們一起度過了無數個夜晚的奮鬥和學習，一起分享了歡樂和淚水。我們結交了一生的朋友，這段友情將會是人生最寶貴的財富之一。我們為大家彼此鼓舞，兩年來的努力和付出終於換來了這一刻的喜悅和驕傲。畢業意味着我們要離開校園，但我們的使命繼續，為更多需要幫助和關懷的人提供服務和支持。我相信我們每一個人都會成為優秀的護士，為這個世界帶來改變和希望。

最後，讓我們一起為我們的成功和未來舉杯，共同迎接新的挑戰和冒險。希望各位畢業生勿忘初衷，祝福大家在未來的職業生涯和人生道路上一切順利，生活愉快！

7517 李雅慧



75 班迎新日

## 護生園地第二十八期

### Let Me Fly 職場體驗計劃 2023

很高興這次能夠被邀請成為 Let Me Fly 職場體驗計劃的義工，能夠和分別來自三間中學的中四至中六學生互動。

這次參與活動的 Let Me Fly 學員大部分都有意向加入醫護行業，我更被老師邀請分享我在病房實習的經驗。其中，學員們最感興趣的是我在手術室實習的經歷。他們亦很主動發問，想了解更多護士的職責。

其後，我和各位學員一同設計健康海報，令他們也更認識護士的職責不單止是照顧病人，更要負責與健康有關的宣傳和教育。經過一連五天的活動，幾位學員對醫護行業的認知大大加深，有些學員更確定自己想加入醫護行業。祝願他們能考取佳績，成為醫護一份子！

7606 蔡嘉宜




## 護生園地第二十八期

### 77 班首次夜更實習感想

這是我人生中第一次上夜班，學校為我們安排了連續五天的夜班實習。雖然我很緊張，但我也很高興能擁有這個成長的機會。當我在深夜時分走進醫院時，我感到空氣充滿了期待，熙熙攘攘的下午班正準備結束。我可以看到夜班護士們正在為即將到來的慢慢長夜做準備。

隨著夜幕的降臨，病房發生了很多的變化，走廊的燈光變得昏暗，加上醫療裝備的響聲和腳步聲在大廳裏不停回蕩，令我感到份外緊張，幸好夜班團隊幽默和友善的工作氣氛漸漸緩和了我的焦慮。我的主要任務之一就是進行常規的病人評估工作。我需要仔細檢查病人的生命表徵，評估他們的疼痛程度，並確保每個病人都盡可能感到舒適。要與半睡半醒或因正常睡眠被中斷而迷失方向的患者溝通是一種與平常不同的體驗，我提醒自己保持冷靜的內心和穩重的表現，默默在夜裏為病人提供最適當的護理。

一連五個晚上，每一晚我也協助進行了各種程序和治療。從派口服藥，準備針劑到靜脈注射，我也需要隨時準備協助同事和病人。夜班要求更加注重細節，因為即使是最微小的錯誤也有機會造成嚴重的後果。夜班工作最具挑戰性的是管理自己的睡眠模式，人體自然是白天清醒晚上睡覺。



待續

## 護生園地第二十八期

### 77 班首次夜更實習感想

作為一名第一次參與夜班工作的護士學生，我必須找到克服疲勞和保持警惕的方法。我發現在休息時補充水份有助我保持注意力和清醒。此外，病房護士們的支持和鼓勵對於尚未畢業的我是無價的，我亦學習到自我護理的重要性。

隨著夜晚變成白天，我發現自己慢慢適應了夜班的節奏。晚上的醫院有着自己獨特的氛圍，一個更安靜更親密的空間。病人和護士在這時形成了一個更緊密的聯繫。我亦有幸目睹了病人在黑暗中對抗病魔的每一個時刻，既是脆弱，更值得記下的是堅強和勇氣。

連續五天的夜班工作對於我的身體和心靈是一大挑戰，可喜的是五天的努力帶來不錯的回報。我意識到護士們日以繼夜地為病人付出巨大的奉獻和犧牲。我亦親眼目睹了帶領我們渡過漫漫長夜的南丁格爾精神，為那些最需要幫助的病人提供安慰及關懷。在我完成最後一晚夜班實習後，我感到一種不能言喻的自豪和成就感。這次經歷考驗了我的極限並擴大了我對護理的理解，亦增強了我對這個職業的熱誠。我希望我能成為一位為患者生活加添一點意義的專業護士。

7739 黃展峰



# 護生園地第二十八期

## 行業走訪

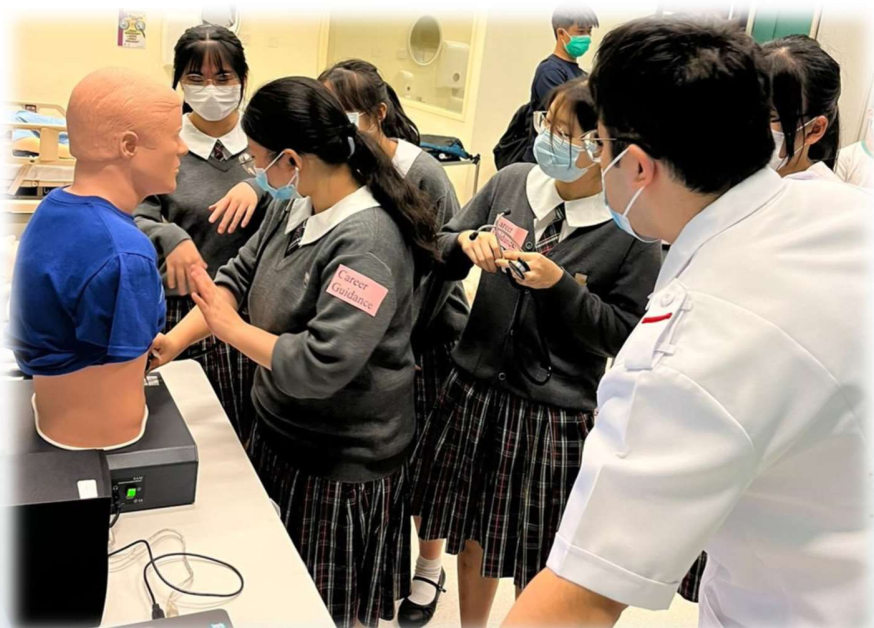
很榮幸能參與學校舉辦的行業生涯規劃活動，首先很感謝學校給予這次寶貴的經驗，讓我向有興趣投身護士行業的中學生分享自己的看法以及自己選擇投身護士行業的初心。

在這次活動中，我負責向中學生講解聽診的工具以及用途。當中經歷的不僅是向中學生介紹醫療用品，也令自己深深體會到看似平平無奇的醫療用品，也能為病人提供更加重要以及有效的護理。

很慶幸同學們的反應十分熱烈，我在分享自己對護理行業中的見解時，也能成功為他們釐清了一些對護理行業的誤解。在問答環節中，他們提出的疑問也令我獲得反思和成長的機會。透過回答和分享，我更學會了如何清楚表達自己的意見，以及鞏固了自己的醫護知識。

最後，再一次感謝校方舉辦這次的行業走訪活動。雖然分享的時間有限，但當中的過程卻令我受益非淺，更鞏固了自己成為一名稱職護士的決心，希望未來的行業走訪活動能夠繼續為有興趣投身護士行業的中學生提供清晰以及詳盡的方向，培育新一代的人才回饋社會。

7737 李仲恒





# 護生園地第二十八期

## 護校資訊日

中學生涯臨近尾聲，莘莘學子迎來抉擇前路的重要時刻。護士工作穩定又充滿意義，是不少年輕人心目中的理想工作。因此學校舉辦資訊日向老師和同學們展示學校環境、課程內容和學生成果，讓有志投身護理行業的中學生，及想了解更多護理課程的老師們提供獲取和傳播資訊的機會。

資訊日當日，我和其他同班同學一起向中學生們示範一些護理程序，例如清洗傷口、量度生命表徵和置放鼻胃管等等，並與一眾中學生互相交流，分享讀書和醫院實習的苦與樂，以及解答他們對護理課程、入學要求和就業前景等等的疑問。通過參與我們的資訊日，中學生能更深入了解護理課程和護士的工作，為將來的出路做好規劃和準備。

除此之外，我亦十分感謝老師讓我擔任學校資訊日小助手，讓我有機會展現自己的能力，通過是次活動亦有助我建立自信，以及反思到自己的不足之處。

7804 羅妙珊



## 護生園地第二十八期

### 78 班首次實習後感

當我第一次進入醫院實習時，我心中充滿了興奮和期待。我知道自己將面臨許多挑戰，但同時也有許多機會可以學習和成長。

在實習期間，我學習了如何與患者建立良好的關係，如何聆聽他們的需求，以及如何提供最適合的護理。我還學習了如何處理突發事件，如何與其他醫護人員合作，以及如何管理時間和分配工作。我也感受到了護理工作的壓力和挑戰，有時候我感到困倦和無助，再次感謝老師和各位病房同事的支持，幫助我克服困難。通過這些經驗，我學會了如何在高壓環境中保持冷靜和專業，如何關注病人的需要，以及如何不斷提升自己的技能和知識。

而我在這次實習中最深刻的是一次遺體護理，那是一位患有末期肺癌的伯伯，在一個平日的下午中他安詳地離開了，病房助理邀請我協助遺體護理工作，在抹身時，伯伯胸部殘留的縫線傷口和瘦弱的身體像在訴說著諸多無奈。當我們完成抹身準備為伯伯穿著生前喜愛的白領襯衫時，因為襯衫沒有彈性，加上肢體已漸漸僵直，伯伯的手遲遲無法穿入襯衫的袖口，於是病房助理在伯伯的耳邊輕聲地說「伯伯，身體已經清潔乾淨了，你提高雙手，讓我們幫你換上好看的衣裝，就能好好的離開了……」說完沒有多久，我們抓起伯伯的手往袖口一拉，整隻輕易地穿過。我深信人死後身軀並不會變成一件死物，伯伯是能夠感受到我們的關心和好意，因此在每一個動作前也需告知病人，尊重病人的身體。在這次經歷後，我體會到生命的短暫與突然，亦再次提醒我要珍惜與家人相聚的機會，及以嚴肅的態度對待生離死別。

經歷為期三個月的病房實習，我深知護理工作的重要性和意義。我也深知在學護生涯中要不斷學習和成長，以保持最佳的護理水平。最後，再次感謝學校為我提供了這次寶貴的實習機會。我期待在未來的學護生涯中，能夠繼續學習和成長，以致將來能夠報答社會。

7840 石子賢

# 護生園地第二十八期

## 76、77 班生命教育



聖保祿樂靜院



親親大自然



明陣 - 向前邁進



# 護生園地第二十八期

## 課堂活動

75班心肺復甦工作坊



75 班分組報告



76 班靜脈注射工作坊



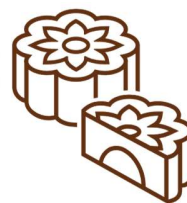
# 護生園地第二十八期

## 課堂活動

78 班胸腔引流護理



76 班慶祝中秋節



76 班導修課 - 輔助及另類療法



# 護生園地第二十八期

## 其他參觀活動

75 班參觀救護站



75 班參觀香港癌症基金會

