

專文推薦一

始終如一的遠見及正念

明金蓮

臺北榮民總醫院
護理部主任

南丁格爾曾說：「護理是一門藝術，若要成就一件藝術品，就要像畫家或雕塑家那樣全心奉獻、盡力預備。」在在證明護理人員是需要培養高度靈敏、敏銳觀察力與專業技術能力，才能提供病人身、心、靈的全人照護。我的老師——徐南麗教授，是位勇於創新、追求卓越，不向惡勢力屈服，處事態度嚴謹的資深護理人，無論是在護理界、學術界及教育界都具有豐富跨領域經驗及卓越表現，像一道始終溫暖的光，無私的奉獻、發亮，照亮人群，貢獻社會。

和徐教授結緣是在民國六十七年，我正就讀中國醫藥學院護理系二年級，學校邀請當時叱咤風雲，頂著國軍英雄與十大傑出女青年光環的航空護理專

家來專題演講，分享其接受航空護理師訓練過程，如何建立後送作業標準、設立空中醫療救護專機及樹立護理制度等，讓護理系師生見證了我國航空護理專業的能量，了解空中醫療救護專機是國軍軍醫史上絕無僅有的紀錄。徐教授成為航空護理界眾人無法超越的傳奇，遠遠看著其英姿，頗生敬畏。

事隔多年，沒想到我能再度與老師在榮總相遇，當時她正積極建立護理工作標準及進行護理人力生產力研究，而我擔任觀察員，協助在全天不同的時間點，收集臨床護理人員的工作內容與耗費的時間，也開始學習她首推的護理研究訓練。她的遠見與洞悉能力，使護理工作標準化、電腦化，建立有效率的護理人力管理系統，是現在計算護理人力的依歸。

人生能有幾座高峰可攀登？盡其在我，「一分耕耘、一分收穫」、「天下沒有白吃的午餐」。徐教授從登上第一座高峰——當選國軍英雄及第六屆十大傑出女青年後，仍不忘人生之目標，繼續努力，隨後攀上了人生的第二座高峰——在臺北榮民總醫院擔任護理部副主任。爾後的第三、第四

高峰，正驗證其堅忍不拔、兢業的精神，心存正念，一路走來，始終如一。

這本書的各個章節，從「成長學習及護理研究之路」、「人生轉折」、「人生有五寶，健康活到老」、「安定自在，健康樂活」，許多分享正與推動高齡友善健康照護理念目標相契合。藉由她罹癌的經驗，特別提醒民眾要健康檢查防範未然，早期診斷早期治療，贏在起跑點，才能降低癌症病人的發生率與死亡率。雖說每段生命都有終點，但面對生老病死，您準備好了嗎？想要擁有充實而精彩的退休生活，就要在年輕時好好照顧自己的健康、培養自己的興趣、建立適切的人際關係，並規劃自己的財產分配，如此一來，當回首時，您也能看見美好！

有感於徐教授即便離開臨床護理工作、轉到教育界即至後來退休，依然擁有令人感動的精神，因此最後借美國詩人朗費羅獻給南丁格爾的不朽詩句，表達我對老師的尊敬、祝福與愛——“Look! In that house of misery, a lady with a lamp I see.”