

# 南丁格爾與近代護理

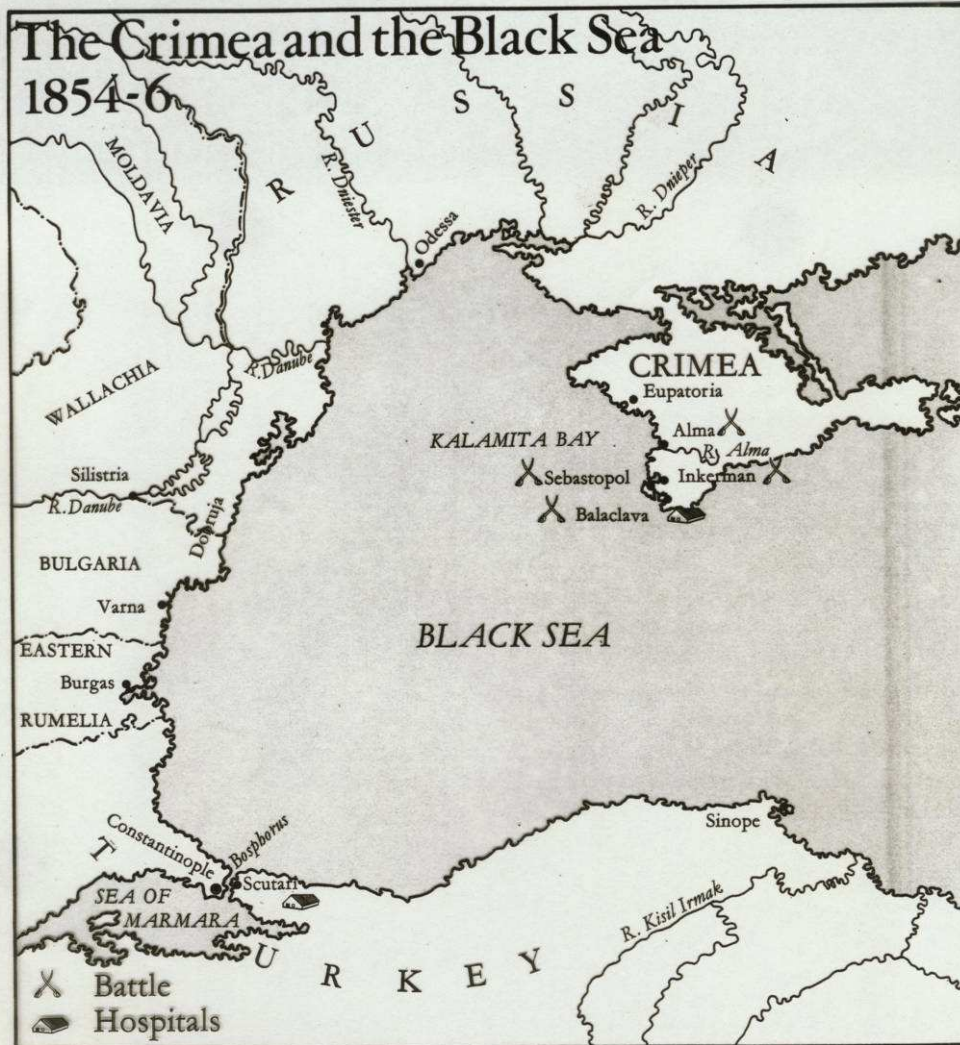
張 文 亮

那一夜

我似乎又回到那個百年前的戰場

來自西伯利亞的冷風

無情地吹在克里米亞的大地上



冰雪掩蓋了戰壕  
遠處的黑暗中  
傳來一聲戰馬的淒嚎  
野地醫院裡 卻擠滿了人

似乎有一輛永無止盡的列車  
不斷地搬運傷患  
受傷的、  
流血的、  
斷肢的病人



野地醫院的一切  
卻似乎有條不紊  
受傷的受到照顧  
流血的得到包紮  
斷肢的受到治療

這裡有親切的看顧  
乾淨的環境  
溫軟的被窩與  
營養的飲食



全因為  
有一個女性  
與  
一支全新的護理精兵  
在此

冷風、冰雪、淒嚎  
在這裡停止！

# 南丁格爾的期待

當我看到天上的彩虹時，我總是在  
想，如何將彩虹的美與榮耀帶進醫  
院，帶到病人病床的旁邊。

——時間不詳，給布雷克葳爾  
(Elizabeth Blackwell)

# 生命的祝福

對別人生命最大的鼓舞，不是來自  
自己的成功與歡欣，而是自己長期在  
窒息般的困境中的掙扎。

——時間不詳，給一護理人員

# 病榻上的舞台

當將妳的一生視為一場藝術的展現。  
許多人不知道，用心在每天生活中所  
展現的，是所有戲劇表演中的最高藝  
術。每一個人都是自己生命舞台上的  
最佳表演者。只是，許多人是在浪費  
生命，不肯好好的表演，他們對不起  
自己，也對不起別人，直到有一天  
「死亡」叫他們滾下台。

我曾經看到一個在工廠縫睡袋的女工，  
她的工作草率、不盡責，我問她：「妳  
要用這種工作態度多久呢？難道妳未來  
的二十年都是如此嗎？」她回答：「我  
也不想這樣，但是我又能怎麼辦呢？」

長期臥病，許多事情我也無能為力，但  
是我經常提醒自己，應該把病榻當成一  
個藝術的舞台，好好地演下去。

——1868年，給莫何

## 另一種護理工作

一八五五年六月十七日，聯軍正式進攻馬拉可夫與雷丹要塞。這是鞏固克里米亞，俄軍黑海艦隊的輜重地，攻下這二個要塞，黑海艦隊的司令部——塞瓦斯托波耳港就成了不設防的港口了。

整個克里米亞之戰的關鍵就在這二座要塞的攻防戰，俄軍要塞二百門巨炮，採用交叉射擊，巨大的榴彈炮，轟得聯軍步兵抬不起頭來，地面彈炸的土石，都成為致命的利器。聯軍決定挖戰壕前進，由羅門科西山上，一直挖下來，向炮兵要塞前進。戰壕一吋、一吋的挺進，距離攻擊目標五百碼、二百碼、一百碼……愈來愈近

在克里米亞戰區，南丁格爾對於護理工作的改革，也像一道看不見的戰壕，由病房挖出去，穿過醫院圍牆、軍營，愈挖愈遠，挖到戰地指揮部去。

南丁格爾六月初自病中復原，她沒有時間去為自己的病感傷、自憐，她把僅剩的時間、體力，像部集中馬力的推土機，不斷的向前推去，她以深遠的眼光看出，護理不是祇在醫院之內，連在醫院之外眾人的身、心、靈的健康，都要照顧。

## 醫院之外的春天

「什麼？南丁格爾反對軍人喝酒？難道她不知道士兵最好的朋友就是威士忌？酒才能使人像一群野獸般的衝向戰場！她沒帶過兵，憑什麼給軍隊建議？她為什麼不把自己的工作範圍限制在醫院圍牆之內？」陸軍將領咆哮道。

南丁格爾站在作戰指揮部，有力的答道：「護士是最接近傷患的人，最能感受人的痛苦。在去年漫長的冬日裡，我看過多少的士兵，死前表現的何等高貴，那絕對不是來自酒的力量。」

士兵雖然受的教育不高，但是絕對不是魯莽、好色、好酒的一群野獸。酒不會使人勇敢，祇會使人中毒、自暴自棄、喪失尊嚴。在我心目中，每一個士兵都是將軍，祇要給他們機會，他們會是一群高貴的紳士。」

將領問道：「妳要軍隊給他們什麼機會？」

南丁格爾胸有成竹的答道：「成立軍中圖書館、康樂隊，開班授課，設立軍中銀行。」

波利特將軍力斥道：「妳會寵壞那一窩豬。」南丁格爾轉頭對他說道：「我相信，每一個人都是極尊貴的。」

連少數支持南丁格爾的將領，都搖頭嘆息道：「妳這麼不了解軍人，怎麼會成功呢？軍隊從未聽過這些……。」

## 事在有心人為

一八五五年六月，南丁格爾成立軍醫院閱覽室，並且採用開放式借書，她要求書籍必須富有教育性，又要有趣。法國大廚索耶帶來的偵探小說，最受歡迎。「什麼？採開放式借書，士兵不把書偷走才怪！」有一將領喃喃道。但是沒有人偷書。南丁格爾發現許多士兵不識字，她找出軍中曾當過老師的，成立「識字班」，半年的識字班後來擴大成為四所學校。

六月底，南丁格爾成立軍中銀行，鼓勵士兵儲蓄。以前的士兵不儲蓄，他們不相信軍餉局，認為那是個騙人的地方。陸軍當局警告南丁格爾：「這違反軍隊現有制度，軍中已有儲蓄管理單位，士兵根本沒有存錢習慣。」南丁格爾沒有回答，她太忙了。半年內，軍中銀行存入一萬七千英鎊，南丁格爾把存款，加上利息，送回給士兵後方的家人。士兵買酒的錢省下來了。

## 護理觀念在軍中產生的改革

九月初，南丁格爾成立軍隊康樂室「印克曼咖啡屋」，提供娛樂設備，三個月內，各部隊都成立咖啡屋支部，成立陸軍室內交響樂團、鼓樂隊、男聲聖歌班、話劇班，定期在軍中教堂表演，場場爆滿，不久又組軍中足球隊，在室外比賽對抗。這些後來都成為世界各國軍隊所仿效的楷模。

到一八五五年十二月，南丁格爾對軍隊的改革，產生一個有趣的現象，所有克里米亞戰區的酒店、沙龍，不是關門就是搬走，士兵醉酒不再被視為敢拼的標記，而是一種有損人格，甚至有損部隊形象的事情。

各部隊自組糾察隊，阻止酗酒的士兵與販酒商人在戰區走動，這種糾察隊形成日後的憲兵部隊。一八五五年克里米亞的冬天仍如往昔般寒冷，有個士兵在家書上寫道：「這是我一生中最溫暖的冬天，南丁格爾接待每個士兵都像基督徒，我們變成了一支基督精兵」。

## 主動出擊的護理觀

護理所照顧的不祇是醫院裡的病人，也包括社會上容易致病的無知、墮落的想法與制度。如果沒有改革後者，護士的工作就好像救生員，一直忙著去救溺水者，而沒有想到為什麼這些人會不斷的掉到河中？因此護理的工作也應包括告訴人，如何預防掉入河中。

南丁格爾後來在《護理摘要》一書中寫道：「許多人看到兒童的死亡率高，就認為要成立兒童醫院；孕婦的死亡率高，就要求成立婦幼醫院。成立這些醫院是很好，但解決問題的關鍵卻不在醫院裡，而是父母該知道如何在居家環境裡，維持自己與孩子的身體健康，如果沒有這些居家衛生知識，再多的醫院也解決不了問題。」孩子需要的不是醫院裡的白床單，而是家裡的白床單。

一九六八年，美國華盛頓州州立公共教育的學者豪斯沃斯在《床邊基礎護理》一書中，就大力讚賞南丁格爾的護理觀，寫道：

「這是南丁格爾的遠見，護理不是祇被動的去照顧病人，而是主動的去思索所有人的康健之道。面對不斷遽變的時代，護理工作要成為一種更高的專業，並跳脫一般人認為，護理不過是醫院裡一種廉價服務業的觀念，就必須回歸起初南丁格爾的護理精神。這會使護理人員的責任更加重，但也會使護理人員的管理層次大大的提

六

醫學史家魏克(Roy Wake)曾寫道：歷史上，減輕人類疾病痛苦最大貢獻的有三，分別是

南丁格爾的護理改革，

李斯特(Joseph Lister)發現手術消毒法，

與辛普遜發現麻醉藥哥羅芳。

李斯特與辛普遜的發現，

後來都被更新的方法取代了，

惟有南丁格爾的護理改革影響最深遠。

*Florence Nightingale*



A portrait of Florence by Augustus Leopold Egg. Although she was attractive to men and attracted by them, she felt instinctively that fulfilment in life demanded a deeper challenge, which found its answer at Scutari.

著名的文學家狄更斯更直接的寫道：

讓一個病人能在病床上，

獲得溫馨的幫助，那將是何等的祝福；

當人知道，生病的時候，

會有人看顧他，那將是何等的放心；

田野裡，生命力再強的黃瓜，

也需要有人照顧，才能長得好，何況人呢？

我真的很確定，沒有一株黃瓜是自己長得好。



「許多人誇獎藝術家在石頭上的雕刻，  
或在畫布上的圖書，  
但是那些都是沒有生命的東西。  
護士的工作才是真正的藝術，  
需要何等的專注與精力的投入，  
是在人的身上工作，人是上帝之靈的殿，  
有什麼藝術工作能比得上  
修砌上帝的殿尊貴呢？」

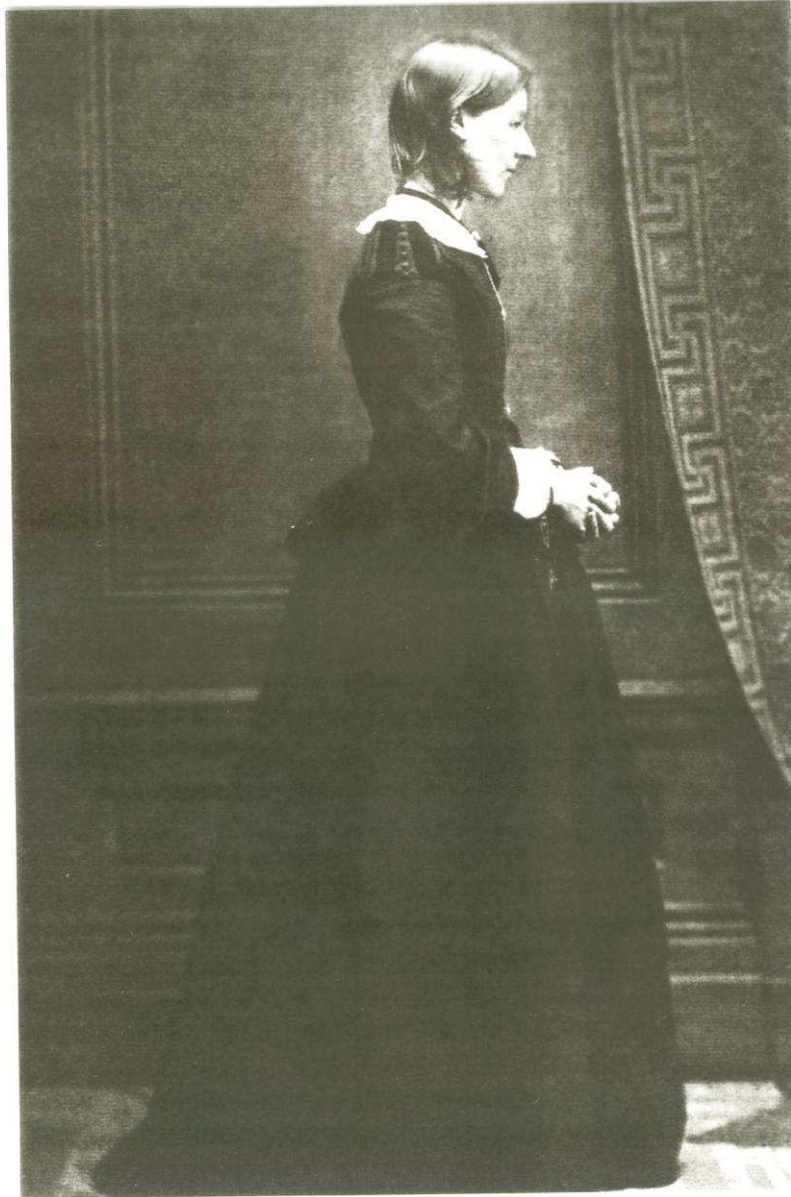
「我已組成一小隊的護理人員，準備隨時出發，  
我們已準備食物、隨行所有費用，  
不用國家負擔任何一毛錢，  
我們只要國家給我一張許可證，  
就可以到最前線去。」

我不完全相信報紙的報導全屬真實，  
但是我相信傷兵每一聲呻吟都是真實的痛苦。」

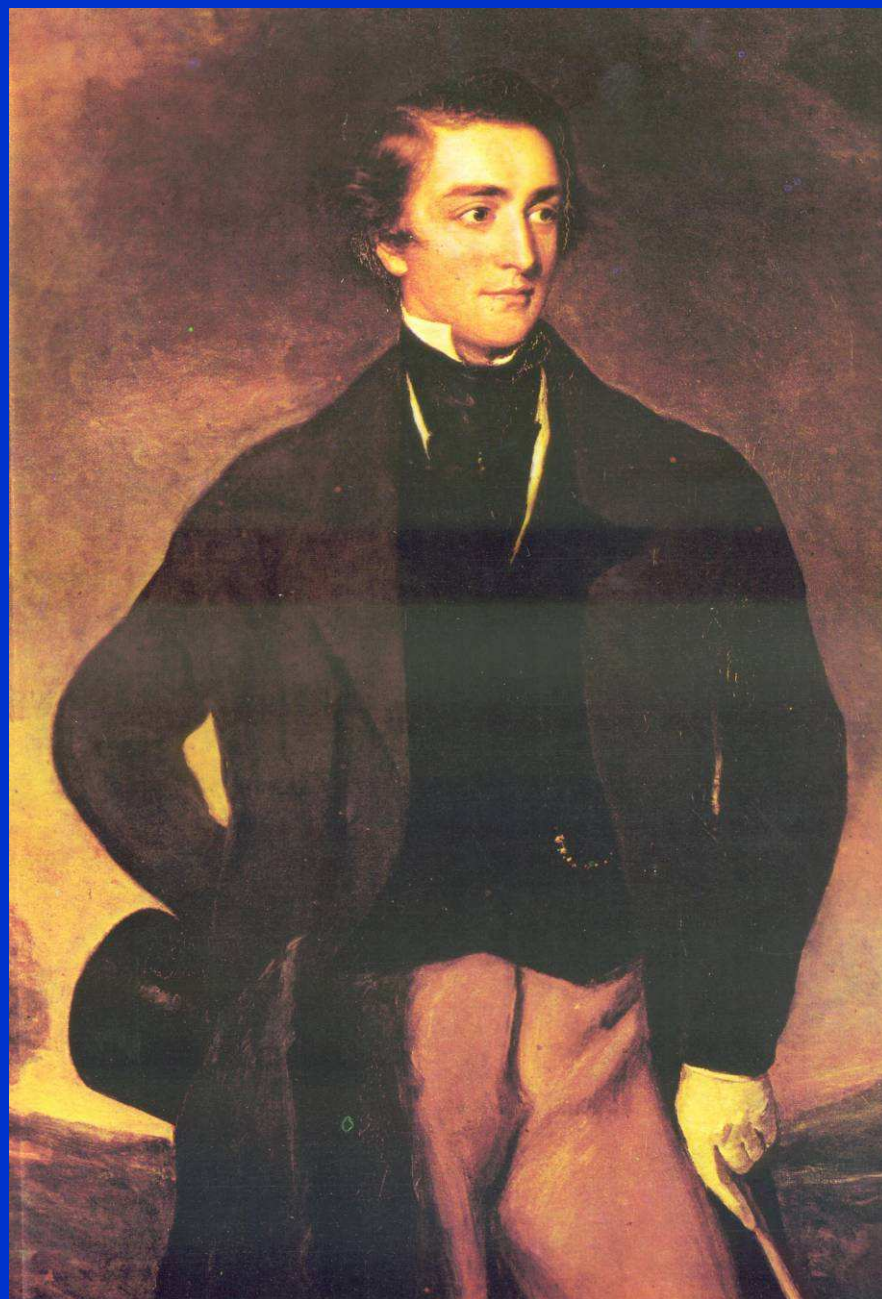
「 身為護理人員，  
我不攻擊別人，不製造敵人。  
我裝備自己，使自己更有用，  
這是幫助護理的最好方法。 」



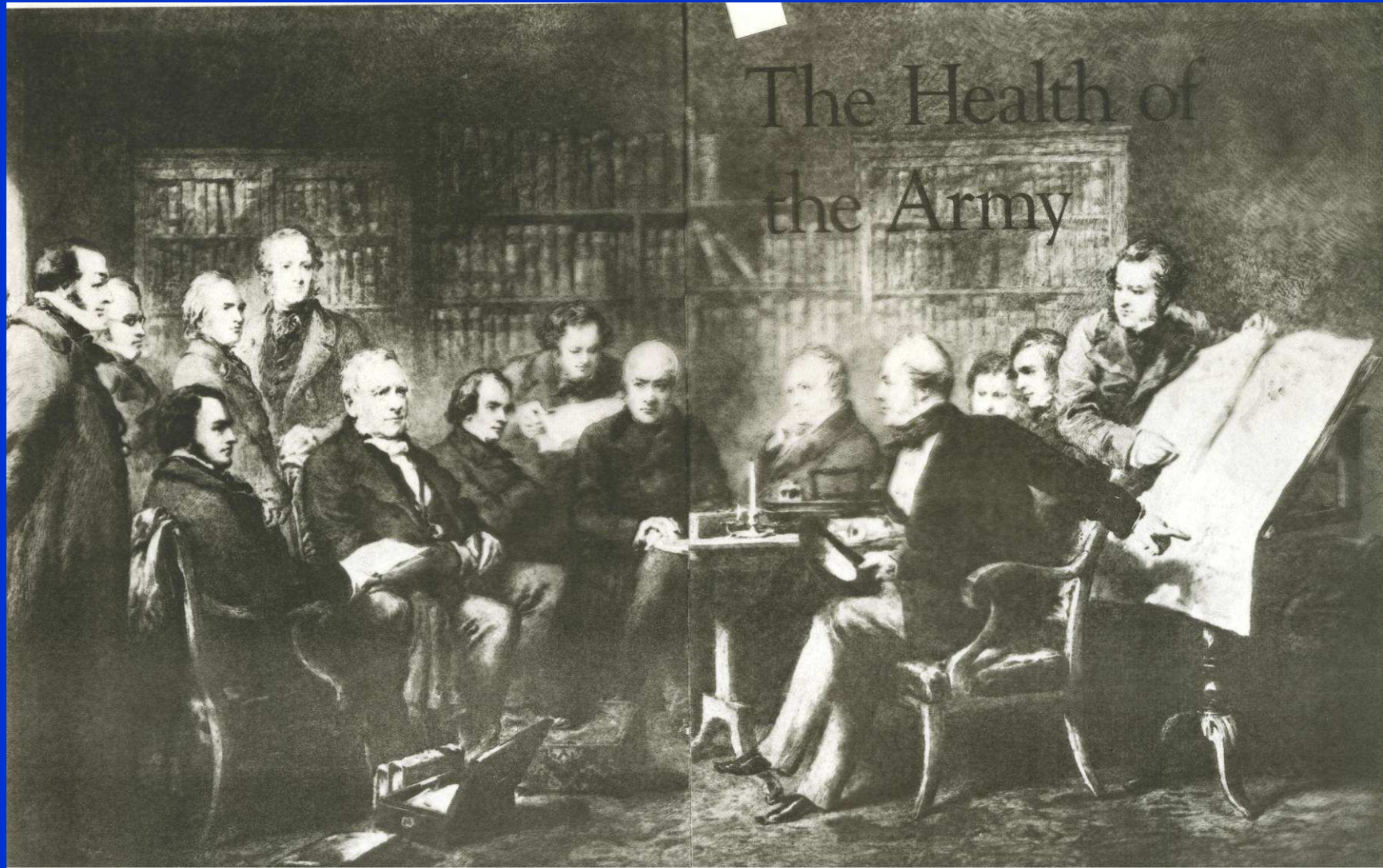
呻吟的哀痛已經走入歷史的迴廊，  
青翠的草叢已經鋪滿戰場大地。  
聽啊！軍號響起！回應著雄獅的咆哮；  
看啊！軍旗舉起！帶回凱旋的軍旅。  
國家、人民所等待的，  
卻是那位在漫漫長夜，  
輕響在傷兵床邊的腳步聲，  
棉紗制服的摩擦聲，與她的身影，  
憐恤的天使啊！妳在哪裡？



A rare photograph of Florence taken on her return from the Crimea. Though greatly weakened by her illness, she refused to accept her friends' advice to rest, and pressed on relentlessly with her plans to reform the army medical services.



# The Health of the Army



# 給病人一片藍天

「南丁格爾，很多病人終日躺在病床上，他們根本看不到外面，為什麼妳設計的醫院需要有那麼多窗戶，而且每扇窗戶都很大？」有人責問她。

南丁格爾答道：「看不到天空的病房，對病人的心靈是個很大的虧損，而心靈的痛苦是比身體的苦痛更深刻的。人就是需要看到天空，甚至在床邊擺幾朵小花，對於一個孱弱的病人都很大的鼓舞，為心靈帶來喜悅……醫院最好的位置是在市郊，醫院外面就是一個植物園，裡面養些溫馴的小動物；對於長期病患而言，一聲鳥叫，會給他們帶來很多的欣慰。在醫院裡一定要設有病患交誼廳，最能安慰病人

## 最有福的士兵

戰場上的士兵，有退下來的一天；但是我們成為上帝的精兵，卻是永遠沒有退伍的。無論在任何時刻，或是戰爭、或是和平，我們永遠是在上帝的軍隊中，不斷地體會祂的愛與智慧！因此當我們的生命愈到末了，愈是甘甜。永遠不要說：「我的生命好苦喔！」如果我們把生命放在上帝的手中，或被上帝擺在這裡，或被上帝放在那裡，都是上帝最好的回應。活著是為祂，生命將成為最美好的禮物，願上帝祝福你的點點滴滴。

——1897年，給克里米亞戰場的一名老兵

# 交託

我相信未來的日子，仍充滿了試煉，而且我們難以更改絲毫，因此，我們更需要仰望上帝。永恆的時光在祂手中，祂在乎我們，連我們頭上的毛髮，祂都數算過。

我比較容易將長遠、測不透的事，仰望在祂的手中；但我身邊那些芝麻蒜皮的小事，卻不容易交託給上帝，我總是掛慮我那些可憐的學生、護理人員、護理朋友。我是一個多麼小信的人，竟然擔心上帝不會照顧祂所愛的護理人員。

——1873年，給友人

# 論吃的藝術

準備好一餐飯，是一件接近完美的藝術。選擇正確的盤碟，更容易襯托食物的可口。差勁的盤碟彷彿是讓一堆食物黏貼在上面。可口的食物，可以誘導一個人的食慾，尤其對一個工作過勞的人，胃口是需要被激發的。這不需要大量的食物——那只是使人吃得痛苦。

精巧、少量的食物，吃了可以使人精神振奮，這包括蛋白奶酥、果凍、各式的餅乾、新鮮的蛋、咖啡與軟硬適中的牛肉。

不過要注意，太硬的牛肉片，即使攪成碎牛肉，只會變得更硬。

——時間不詳，給廚子

我為喜好鬥爭的人感到難過，他們曾經經歷過鬥爭，但是變得只適應鬥爭的日子，而無法過和平的日子。在和平的日子裡，他們需要藉著不斷地幻想，以維持他們的鬥爭，或是不斷地回憶過去的仇恨，以持續鬥爭的幻覺，他們永無平安的一天。

1862年，個人手稿

孤獨與孤單是不同的。孤獨是自己的獨處，在繁忙的生活裡，我們每個人都需要有獨處的時間；孤單是無論如何地努力，也無法自周邊獲得一點回應。沒有人能耐得住長期的孤單，人是需要有同伴的。有人說：「我不需要別人的幫助」或「沒有人可以幫助我」，這是錯誤的說法。有人與我們交談、寫信給我們，甚至告訴我們現在幾點幾分，都可以幫助我們走出孤單。

1864年，給莫何

別把自己的抉擇，放在流行的事上。正如一個探險家，從外表看來，他是騎在驢子上，其實是驢子走到哪裡，他就跟到那裡。這是一場驢子的探險，不是探險家的探險。為了避免這種荒謬，最好有一陣子，暫時脫離眾人注意的焦點，騎著你的驢子到一邊去歇一歇。這時的我幾乎不做任何事，除非有年輕的朋友來詢問。

時間不詳，給友人

在我的一生裡，看到太多的女性：  
渴望被愛，卻不愛人；  
渴望被了解，卻不想去了解人。  
不在乎真理，卻愛打聽消息尤其是別人的痛苦。  
她們會告訴你她們所想的，  
卻說不出所以然來。  
她們聽不見事實，只選擇自己喜愛的部分，  
又愛傳言給別人；  
如此反覆久了，  
就無法敘述出別人傳講的全貌，  
也無法準確地傳遞任何的資訊。

1861年，給莫何

為何好人常短命，壞人多長壽？  
願上帝憐恤我們，  
我們經常不知道自己真實的光景。  
好人若短命，  
也許是上帝不願他們老記得自己有多好；  
壞人多長壽，  
可能是上帝要他們常記得自己有多壞。

1861年，給父親

醫院裡應該有植物與花朵，以免病人除了  
牆壁之外，無啥可看。

1861年，給倫敦醫院的短箋，附贈花朵

音樂可以讓人放鬆，所以風鈴、弦樂，甚至是人們講話的聲音，對於長期臥床的病人，都是情緒上很好的舒解。但是音樂的聲音也需要有持續性，否則一首嘎然而止的鋼琴曲，反而給病人帶來緊張。

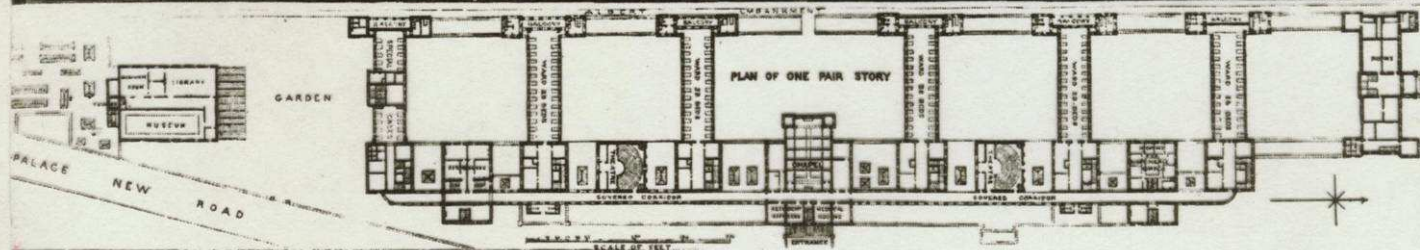
1860年，《護理摘要》

我們經常鼓勵正處巔峰的人，  
不要休息，繼續做下去，  
而忽略了，為了站上巔峰，  
他已經氣喘如牛，支撐不住了。  
犧牲的英雄，  
常是因為鼓勵他的群眾，  
不讓他休息。

1861年，給馬汀妮娜

Sir James Clark, the Queen's physician: a contemporary engraving. He used his influence to help Florence to win acceptance for her plans for army reform, and sat on the subcommittee of the Nightingale Fund Council for the foundation of a nursing school at St Thomas'.





「 護理 是一種科學，  
是一種看顧的藝術，  
是上帝的法則。 」





LI HUNG CHANG AND MR. GLADSTONE.  
(From a Photograph by G. W. WEBSTER, Chester.)



Mrs Wardroper, Matron of St Thomas', and superintendent of the Nightingale Training School for Nurses. Florence considered her to be the only woman to take charge of this crucial experiment designed to create a new kind of nursing service.



Miss Angelique L. Pringle,  
Matron, 1887-1889.



ABOVE Mrs Deebles, of the Army Nursing Service, who supervised the party of nurses sent to Egypt in 1881. This illustration, published in 1879, shows her with a group of nurses who accompanied her to Natal.

「 護士的制服太難看了，  
趕不上流行。 」

「野地的花如此裝扮是非常合宜的。因為第一，野地的花絕對是適合所生長的环境，完全符合周圍的需要。第二，開花的重點在種子，不在花瓣，野地裡的花很少有五顏六色的花瓣。美麗是有目的的，沒有目的的美麗徒然是一種浪費。第三，野地的花是融洽，和諧的，並不爭相鬥豔。

看啊！野地的花會老，但是花瓣依然潔白，護士服裝老舊，但是顏色依然潔白。親愛的護士們！不要以沒被人稱讚為摩登女郎為恥，倒要以像野地的花為榮。」





So may all we volunteers  
& Nurses, tho' different in  
many things, be fellows in  
duty. So may we raise the  
standard, higher & higher,  
of thoroughness. (With  
thoroughness always goes  
humility) of steady, patient,  
silent, cheerful work. So may  
we all be on the alert -  
always on our mettle.

Let us be always in the  
van of wise & noiseless  
high training & progress.

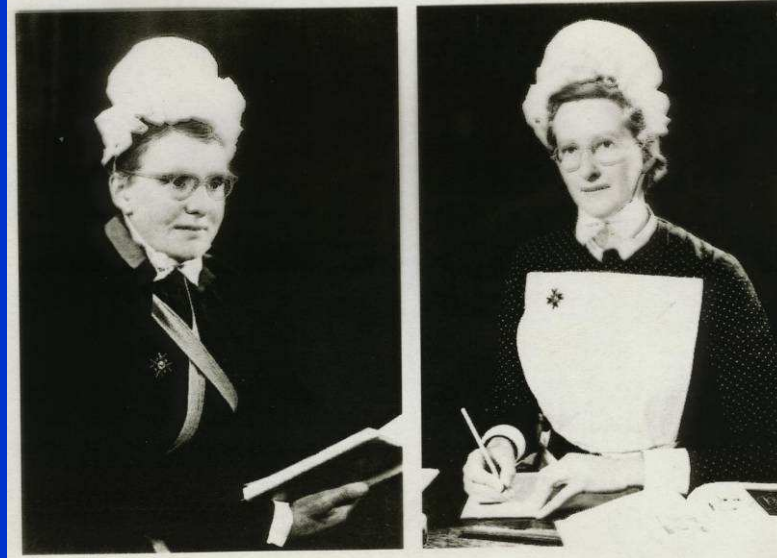
God bless you all.

Florence Nightingale

May 23/83 13



(*Top left*) Miss Marion A Gullan, Sister Tutor, 1914–1935. (*Top right*) Miss Dorothy S Coode, Home Sister 1903–1910, Sister of Preliminary Training School 1914–1924, Assistant Matron, 1925–1933. (*Bottom left*) Miss Marion E Gould, Sister Tutor, 1939–1954. (*Bottom right*) Miss Rosamond A Hone, Principal Sister Tutor, 1955–1972.



護理者終其一生永遠是在學習。

——1865年，給玖威特教授

# 南丁格爾所掛的經句

「是我，不要怕！」

(It is I. Be not afraid.)

——南丁格爾客廳牆壁掛的東西很少，但掛有一幅用彩色石子鑲框的聖經節，繡出聖經馬可福音六章50節，耶穌在伯賽大海邊對門徒說的：「你們放心！是我，不要怕！」

