



St. Teresa's Hospital School of Nursing

2019 年 11 月 8 日



護生園地第二十期

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。

- 71 班開學禮後感
- 71 班 O Camp 感想
- 首次實習
- 首次夜更實習
- Life Education Day
- 職志輔導計劃：「行業走訪」
- Let Me Fly Project
「職場體驗計劃」
- Info Day
- 第一屆護理專業文憑(登記-註冊護士轉制課程)



護生園地第二十期

71 班開學禮後感

71 班的開學日當天，懷著期待心情的我們第一次穿著整套雪白的制服和護士帽。開學典禮由胡修女介紹護校的歷史，黃校長和老師們勉勵各位護生並與我們共進午餐，還有感恩祭聽著神父對我們的彌撒祝福。胡修女、黃校長、老師們和神父都教導我們要愛護和用心照顧病人，令我對護士更有一份責任感和使命感。我希望在未來兩年能夠積極面對挑戰和困難，不辜負護校對我們學生的期望，將來我們會成為專業盡責的好護士。

7126 吳穎霖

光陰荏苒，不知不覺間已經來到九月份，是聖德肋撒醫院護士學校 71 班的開學典禮。

還記得當天是我第一次穿起護士制服。我一方面為自己能實踐理想而感到興奮，另一方面也為未來挑戰而感到擔憂。幸好在感恩祭中，神父的祝福和鼓勵鞏固了我的信心，使我有信心迎接未來的挑戰。

開學典禮的結束，意味着新挑戰的開始。在未來的日子裏，希望大家能互相扶持，一起愉快地學習。

7140 黎卓彥



護生園地第二十期

71 班開學禮後感



回想開學禮當天，懷着期待及好奇的心情與各位莘莘學子一起步進教堂，一同在天主的見證下進行開學典禮，本來心情也有一點緊張，畢竟到處都是陌生的場境，但是當開學禮開始後，神父及修女們和藹慈祥的微笑令我的緊張頓時煙消雲散。

相信在天主、修女、神父及各位教職員們的祝福下，我們定能懷着愛心及智慧，順利畢業，以基督的心祝福及服侍病人。

7122 李芷瑩



護生園地第二十期

71 班 O Camp 感想

6/9-7/9/2019 人生第二次參與 O camp。

在這兩天，我認識了很多新朋友，大家都很雀躍，70 班的師兄師姐為我們預備了一系列團體活動打破各位同學之間的隔膜。

我是橙組的組員，第一天我們其實都不認識對方，所以玩遊戲的時候沒有太好的團隊精神。到晚上總結分數時，知道我們是四組之中最低分的一組，士氣更加低落。可是到晚上回到房間，我們八個組員一間房，大家聊聊天，便慢慢熟絡了一點，並且更希望可以打敗分數比我們高的組別。

第二天的早上，雖然早餐不是大魚大肉，但是我們一組人坐在一起吃個簡單的早餐，有說有笑的也很開心。我負責為大家沖製阿華田，其他同學都主動為大家盛載通粉，大家相處十分融洽。吃過早餐後，大家一起到禮堂集合，玩團隊遊戲，可以看出第二天大家的心態是比第一天有很大反差！大家都希望可以勝出比賽！果然沒有失望，我們在這幾個遊戲中爭取了不少分數，雖然最後分數跟其他隊伍的落差很大，但是我們盡了力。在這次 O camp 裏，我認識了一個志同道合的同學，現在上課的時候也會坐在一起，互相了解對方，在學習上互相幫助，很感恩！

最後很感謝師兄師姐為這次 O camp 的付出，令所有同學都有一次愉快的經歷，實在是功不可沒！



7106 陳彥陶



護生園地第二十期

71 班 O Camp 感想

感謝胡修女及黃校長在臨行前為我們祈禱及祝福，讓我們能夠在風光明媚的日子享受迎新營。亦感謝師兄師姐用心為我們準備迎新營，讓我們可以在開課前輕鬆地享受兩日一夜的時間，增進對彼此的認識。在集體遊戲中，我們一起努力去完成任務，互相扶持，我相信這亦能幫助我們在未來實習路上有更好的團隊合作。師兄師姐盡力解答我們的困惑亦讓我們對未來學習更加了解，讓我們不至徬徨。十分感謝學校舉辦如此有意義的活動。

7110 顏樂恩



護生園地第二十期

首次實習

踏入病房的第一天，緊張又期待。但是時間過得很快，在這三個月均去了內科和手術部門實習。由什麼都不懂到能獨立進行病房的日常並不容易，幸好獲得病房職員的教導，並運用學校的教學以展現護士的專業。但是在病房中有很多意想不到的事情，會經常遇上突發事件或者狀況，這能加強我的應變能力。而留意病人的生命表徵和準確性往往容易被忽略，透過實習我深深體會到其重要性。

在這三個月我學懂了時間管理的重要性，在遇到阻礙時如何用最短時間解決和分配各種治療的先後，但我認為自己還有很大進步空間。另外因團隊合作十分重要，因為有效的的分工和合作能更有效率地完成不同治療或情況。

最後，雖然這三個月很不習慣，但很值得，失去了自己時間但獲得很多，亦為自己將來成為專業的護士建立基礎。願各位同學亦能結伴加油。

6927 吳嘉琪

經過兩個月的病房實習，由起初什麼也不懂，至現在可以獨自面對不同的問題。這些也要感謝病房的護士、病房助理和不同的醫護人員的協助和教導。在實習期間，我學到了不同的護理技巧和如何與病人溝通。在與病人溝通時，要懂得將心比己並應從病人的角度思考了解他們的需要。轉眼間，我的第一次病房實習即將完結，我十分期待第二次的實習。

7004 陳若彤

護生園地第二十期

首次夜更實習

在這三個月的實習，我在不同的病房中實習，我接觸到不同病症的病人。由第一天的緊張害怕到漸漸已經開始習慣了在病房中工作。我很感謝我在這次實習中遇到一班很好的護士及師姐。在實習的第一個星期，感激師姐教導我在病房中的工作。另外，一些護士亦會帶領我接觸一些學校未曾接觸過的護理程序，例如打糖尿針。我亦很慶幸我在第一次的實習就能到兒科病房工作，因為在兒科病房我能看到一些特別針對兒童的護理，令我獲益良多。

7030 鄧雅詩

終於到了我期待以久的第二次實習了，相比第一次實習，是次實習多了一個挑戰——
Night Duty。

在我第一天的 Night Duty 時，我心情十分緊張，因為最大挑戰是調教生理時鐘，我需要運用平日睡眠時間來工作，這是很難適應。幸好，病房姑娘知道我首次 Night Duty，運用空餘時間教導我護理知識，例如打針、派藥及吊鹽水。讓我過了一星期又充實又快樂的 Night Duty。經過一星期 Night Duty 後，感覺自己在護理技巧及臨床知識又邁進一大步，這是個獲益良多的實習經驗！

6920 梁儷薰

護生園地第二十期

Life Education Day

感謝胡修女，黃校長，各位老師安排我們是次靈修活動。使我們有機會來到上水聖保祿靜樂院，能夠暫時遠離煩忙的城市生活，忙碌的學習，深入思考反思自己的人生，尋找自己家族關係，定立自己的未來人生道路，以及享受大自然。

是次活動最難忘的是彩色石頭。在耶穌像前有不同大小顏色的石頭，這些石頭，這些石頭代表我們人生所遇到困難挑戰和幸福快樂的事情，縱使前路困難耶穌都引領我們的前路，排除不同的困難和挑戰。令我反思雖然護士課程路途漫長，過程中亦會遇到錯敗，有悲有喜，但在耶穌的帶領下更有動力面對未來的挑戰成為一位出色的護士，以生命影響生命幫助更多的病人。

6924 馬淑霞



護生園地第二十期

Life Education Day



護生園地第二十期

職志輔導計劃：「行業走訪」

本校應香港聖公會福利協會的邀請協辦「職志輔導計劃」，為十五位中學生安排生涯規劃活動：「行業走訪」。是次活動目的是讓中學生了解及認識護理的工作性質及概況、了解入職要求及現職職員分享日常工作概況。以下節錄本校護生活動的後感。

這次的行業走訪活動令我實在獲益良多。首先一開始中學生來到我們學校的時候，我有一點不知所措，不清楚自己是否能把技巧清晰地教給他們，亦不清楚是否能帶動氣氛，使他們勇於發問以及投入當中。但是他們都十分踴躍，相信是對護士這個行業很有興趣而去報名參加這次的行業走訪，他們積極態度使我漸漸地沒了緊張的心情，順利地把護理技巧教給他們。

在分享技巧之後我們組成一個小組，與他們分享一下我們在校的生活，原來他們都覺得護士這份工作十分神聖，但同時亦存在很多的謬誤。透過相處之後，使我尋回了一開始想成為護士的初心，他們青春天真的表情告訴了我當初也是那麼積極的尋求進入護士學校的方法，使我恢復了工作動力，實在獲益良多。

6707 鄭恩茹



護生園地第二十期

Let Me Fly Project 「職場體驗計劃」

本校於二零一九年七月二十二日至八月四日跟香港中華基督教青年會協辦「Let Me Fly 職場體驗計劃」，為十位中學生提供為期十天的實習體驗，協助學生進行生涯規劃。

這次很榮幸能夠參與 Let me fly 計劃，透過不同的活動來讓參與的中學生體驗職場工作和學習護理知識，令同學們可以了解護士的職責及有助他們規劃將來的發展。

我們會帶領同學們參觀學校及醫院，有機會了解作為一位護士學生的日常生活、上課、工作和課餘活動。另外，會參觀學校的模擬實驗室和練習實驗室，讓同學們有機會透過假人和其他同學互相模擬真實環境親自嘗試不同的護理程序及技術，例如量血壓、洗傷口、急救(心肺復蘇法)、插胃喉、尿管等等。再者，會讓同學們旁聽護士學生平日的課堂，令他們更深認識作為一位護士學生需要學習的護理理論及技巧。

藉此，很感謝學校給予我們機會去參與今次 Let me fly 活動，除了中學生們有機會體驗護理行業的職場生活，令他們有初步了解，我也從中學習到很多；因為我負責介紹每個護理程序，令我更熟練每個程序和學習如何從實習的經驗中講解每個程度的原因和重要性。另外，我透過跟中學生們的對話，提升了自己對人的溝通技巧和待人接物的態度，讓我增值了不少。

6809 鍾京奴



護生園地第二十期

Let Me Fly Project 「職場體驗計劃」

快樂的時光總是過得那麼快！今天是最後一天帶領一班中學生到護士學校體驗護士工作崗位。猶記得同學們帶著一面歡樂和不捨地離開學校。雖然這幾天他們未能參觀醫院裡的病房，但學校裡齊全的設施足以有效地模仿真實的病房，而我們亦把畢生在醫院及學校所學到的護理知識和技巧全面教授給學生們，包括傷口消毒程序、洗手 7 步曲、插喉程序、餵奶程序等等。

當然不只是聽著我們的講解，我們還當場向他們示範，為了讓他們更能體會護士的職責，每位學生都有機會親自展示剛學到的所有技巧，當中我比較驚訝及開心的就是他們的學習能力非常強，只要一看便很快記得剛教過的技巧並且運用得非常好，再者他們多次積極的發問，可見他們對這份職業有著很大的興趣，他們確實很有潛質當一位護士哦。除此之外，護士亦要長時間工作，絕不能有一絲馬虎、偷懶，所以學生們亦體驗長時間的勞動，他們最後表示雖然長期站著有點累、腿有點酸，但合作的過程中很愉快亦學會了很多東西。

總而言之，這個活動真的令我們非常難忘，不只是他們吸收到豐富的工作經驗，我們也學到怎樣領導及教導他人。

6824 馬軾然



護生園地第二十期

Info Day



很高興能夠參與資訊日的義工活動。在是次活動裏，我主要負責向中學生示範及講解整個急救過程，在活動中，大家都細心留意及聽講解關於整個急救過程中需要注意的地方。大家亦把握機會在假人身上進行急救及會踴躍發問。有一少部分學生曾在課堂上學習急救，但未能完全掌握當中的重點，希望藉着是次活動，能讓他們加深對急救的知識，同時亦能了解護理人員的職責。

6811 許佩琪

我很高興這次有機會成為義工於開放日中帶領一群中學生參觀我們的校舍，還令他們更了解我們的課程。我覺得這次活動很有意義，可以令到沒有接觸過這個行業的中學生了解到一些基本護理知識，例如量度生命表徵，並讓他們體驗如何使用自動體外心臟去顫器(AED)及施行心肺復甦法。這些知識對於即使未必想讀護士的學生於日常生活亦有幫助。其次，對於有志於修讀護士課程的學生，可以令他們更了解作為護士將來需要學習的內容。回想起以前中學時期的我，如果能有機會參與這些活動令我了解護理行業的內容，或許可能令我更快確定自己的目標。因此，我覺得這次的活動可以讓這些中學生更早了解自己對護理方面的興趣，早些確立自己將來的目標及去向。

7031 徐悅雯



護生園地第二十期

第一屆護理專業文憑(登記-註冊護士轉制課程)

護士學校於二零一七年四月開辦第一屆護理專業文憑 (登記註冊-護士轉制課程) · 本課程獲得香港學術及職業資歷評審局被列入香港資歷架構 (第五層 QF5) · 畢業生亦可向香港護士管理局申請成為註冊護士。

這是三年制兼讀課程以英文授課, 護生會在公私營醫院作臨床實習訓練, 包括內外科、兒科、產科及基層護理, 也安排到醫院管理局轄下醫院的急症科護理, 精神護理服務, 社康護理服務體驗、安老服務會在長者院舍。

第一屆護生已於九月十六日開始臨床實習, 衷心感謝沙爾德聖保祿女修會及聖德肋撒醫院在資源上的配合。



護生園地第二十期

第一屆護理專業文憑(登記-註冊護士轉制課程)

本校第一屆護理專業文憑(登記-註冊護士轉制課程)的學生已於二零一九年九月展開臨床實習。

經過約兩年多的上課生活，臨床實習的生涯終於展開了。因為今次的課程是 part time 的形式，一邊上課應付功課考試，另一邊則要繼續工作，的確有點兒吃力。不過，辛苦過後，一直以來希望成為註冊護士的目標，快要達成了！

放下護士學生的身份約兩年多，現在重新以這個身份到醫院不同部門實習，令我感到既興奮又緊張。由於自己在兒科病房工作，需要實習的病房部門亦有別於以往自己的工作範疇。因此自己實習前都要做足準備功夫，重溫基本對病人的護理和程序等等。希望能夠和各位同伴們順利完成共二十九星期的實習，一齊為目標努力。

PDN120 林以心

