

St. Teresa's Hospital School of Nursing

2021 年 4 月 15 日



護生園地第二十三期

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。



- ◇ 74 班課程迎新日感想
- ◇ 74 班迎新活動感想
- ◇ 74 班開學禮後感
- ◇ 2020 年 11 月 27 日「整合身、心、靈工作坊」
- ◇ 2021 年 2 月 26 日「整合身、心、靈工作坊」
- ◇ 首次實習
- ◇ 聖誕抽獎
- ◇ 69 班畢業感言
- ◇ 70 班畢業感言

護生園地第二十三期

74 班課程迎新日感想



感謝胡修女、黃校長及各位老師為 74 班舉辦迎新日，很榮幸能夠成為 74 班的一員。即或在疫情當中，我仍感受到各位對學生的愛和用心，真的非常感激。

當天大清早，同學已回校；心情是緊張的，但更多的是興奮和激動。各老師已準備好並等待我們，班主任亦為各同學整理儀容；同學之間即使不熟悉，仍互相幫忙，希望用最好的自己迎接這一天。

胡修女、黃校長及各位老師跟各同學分享和交流，讓大家對學校認識更多。再次感謝胡修女，她為我們禱告，讓我們不單放下心中的顧慮和擔憂，並增加信心。

回想自己未被取錄時，實在感到非常徬徨和迷茫，完全不清楚以後該怎麼走。經過迎新日，我想我已清楚方向。我明白這兩年是艱苦的，但我相信經過各位老師的栽培和自己的努力，我和其他同學都能茁壯成長，用愛對待每一位患者，造福社群。

7436 楊樂嫻



護生園地第二十三期

74 班開學禮後感

1月21日是74班開學禮，我很榮幸可以在這大日子，參與其中，宣讀信友禱文。左神父當天的講道，提到大家該想想自己當護士的初心。這勾起我數月前在德肋撒醫院護士學校展開護士訓練的種種記憶。當天左神父亦作如此提問；的確，初心委實重要。若我們連自己為何要當護士也沒有想清楚，或遺忘初心，遇到困難時，就很容易放棄，有違護士精神。

祝願各位護士學生都能持守初心，愉快地學習，努力地向目標邁進。

7337 葉翠茵



護生園地第二十三期

74 班開學禮後感

2021 年 1 月 22 日，是我們 74 班開學禮的大日子。由於疫情緣故，我們需要戴上口罩，但這減退不了我們心中的期待，遮擋不了我們臉上笑容。

當天穿上制服，頓然滿有使命感和歸屬感，冀盼兩年後成為一位專業的護士。各人帶著信心和好奇，如剛出母胎的嬰孩一樣，對新世界充滿期待，為開學而雀躍。

我們接受左神父和胡修女的聖經誦禱、祝福、黃校長的勉勵，以及老師與職員的鼓勵支持。他們堅定了我的信心，讓我知道在這條艱難的學護道路上，有他們同行。

我十分感恩能成為這個大家庭的一份子，這是一個充滿愛的地方。胡修女亦介紹了沙爾德聖保祿女修會歷史和學校歷史，令我更深入了解這學校的背景和宗旨，將來以「信、望、愛」的精神來服務人群。

當中最令我感動的，是獻上蠟燭許願，全班同學們將自己心中的願望放於蠟燭上，讓一顆顆蠟燭鋪成一道彩虹，獻於上主。上主垂聽並眷顧我們，成為我們人生路上的明燈，牽引我們的前路；更提醒着我們毋忘初衷。當迷失方向或遇上艱難時，回想當初心那團火，挺身繼續拼搏往前走。這明燈在我的心中，永不熄滅。

74 班同學，希望我們能成為專業的護士，願我們彼此互勉互勵，向標桿進發！

7429 麥宣恩



護生園地第二十三期

2020年11月27日「整合身、心、靈工作坊」

今年由於疫情的關係，我們未能到上水樂靜院進行靈修，很感激胡修女和一眾老師的努力讓我們能夠在校體驗整合身心靈的工作坊。

是次活動給我們一個難得的平靜身心的好機會。在緊張的疫情下，面對每天染病人數不斷上升，人心惶惶，我們都積累不少的不安和壓力，難得有一天可以放下繁囂靜下來，欣賞植物，享受大自然，聚首談天。我體會到以後再忙碌都要抽時間靜一靜，放鬆一下才可以保持身心靈健康，不要只顧著忙亂的生活。胡修女更教導我們以靜觀用腹式呼吸的方法去令自己的情緒安定下來。我覺得腹腔式呼吸法對我們在學業方面非常有幫助。當我們感到緊張的時候，可透過這呼吸法持續而緩慢的深呼吸，從而達到鬆弛的效果。相信這可以令我們放鬆自己和釋放壓力，在學習和實習上有更好的表現。

7101 郭靜文、7106 陳彥陶、7109 鍾欣彤、
7113 龔雅婷、7117 梁嘉欣、7120 唐泳欣、
7123 羅漫玲、7127 蘇秀珠、7130 曾曉桐、
7132 王雅詩、7136 嚴柏津、7139 韓諾言



紅菜頭



風鈴花



護生園地第二十三期

2020年11月27日「整合身、心、靈工作坊」

感謝胡修女別出心裁地設計生命教育活動，在天台栽種五花八門的植物，其中包括白蘿蔔、四季豆、青瓜和蘆薈等，為學校環境帶來一片清新。在充足的陽光的照耀下，綠油油的植物為冷清的天台帶來一絲溫暖和生氣。有著播種和施肥者的照料，加上和煦的陽光，植物吸收足夠的養分茁壯成長，令我體會到生命影響生命的真正意義。感恩我們有幸參與是次生命教育的活動！不久的將來我們將成為專業的護士，也要悉心照顧病人，令病人得到優質的服務和治療，協助他們早日康復出院，上主是我的牧者，我實在一無所缺。

7102 陳家琪、7107 陳英蔚、7110 顏樂恩、7115 郭嘉儀、
7118 梁堯潼、7121 李嘉怡、7125 吳凱璇、7128 譚嘉慧、
7131 蔡寶賢、7135 楊雪瑩、7137 葉坤怡、7140 黎卓彥



護生園地第二十三期

2021年2月26日「整合身、心、靈工作坊」

三樓平台花園種植了一棵棵萬年青。感謝修女們為植物換上優質的泥土和用心的照料，萬年青生長得很茂盛。植物的成長讓我們看見堅強的生命力。這令我們反思人生就如植物，需要經歷風雨的洗禮，接受不同的考驗，我們才能成為茂盛的花草。學校給予我們充足的知識，在學習過程中慢慢成長，即使面對失敗，都需勇敢面對，才能把自己變得更堅強。這正是我們成為專業護士前需要學習的，準備將來以生命影響生命幫助有需要的人。

7211 賴卓羚、7213 林芷欣、7215 梁嘉汶、
7216 梁鎔文、7221 李思嘉、7223 吳思惠、
7225 顏穎彤、7229 冼欣宜、7231 鄧曉榆、
7235 黃慧婷、7238 梁海儀、7239 陳毅橋



萬年青



非洲菊

杜鵑



默想聖言

護生園地第二十三期

2021年2月26日「整合身、心、靈工作坊」



最令我難忘的，是走出迷宮的環節：一步一步尋找和嘗試，在過程中遇上困難並迷失，但最後找到出口，猶如人生路。這令我反思到，在踏上學習成為護士的路途上，同樣會遇上不同的挑戰。迷惘時，回想初衷，亦不忘向自己伸出援手的家人、老師與同學；他們會成為自己的支柱，助我迎難而上，面對和解決問題。期望自己能與 74 班的同學一同學習，一同畢業，成為一個專業的護士。上主說：「我是道理，真理和生命」我要常常依賴上主的引導。

7434 王婉儀



走到迷宮的盡頭，我們能可選擇一塊自己喜歡的石頭，箱子裡有各式各樣的石頭，它們的大小、顏色、紋路不一，每一塊都是獨特的，而且綻放出不一樣的光芒。正如每一個人都是獨特而唯一，有著獨一無二的特性和價值。我們應該珍惜這份獨特的賞賜，將時間、能力用在學習，發掘自我，發揮所長，這樣的獨特，才有意義。

7105 陳穎希、7108 鍾嘉茵、7112 熊嘉盈、7116 林恩儀、7119 李碧琳、7122 李芷瑩、7126 吳穎霖、7202 陳智妍、7204 陳伊曼、7206 蔡巧怡、7207 蔡雅汶、7210 劉殷彤

護生園地第二十三期

首次實習

三星期的實習眨眼間結束了。回想第一天到本院病房實習，實在不知所措，心情既緊張又期待。因為終於有機會把書本及課堂上所學的知識實踐出來，但怕自己沒有經驗以致對病人做成傷害。所以第一天實習時，我跟著護士和病房助理認識病房環境、了解日常運作，學習常規的護理程序等；第二天，我被分派量度病人生命表徵。我初時並不熟練，怕量錯脈搏及數錯呼吸次數；內心懼怕病人說：「妳好像不懂，可以找護士小姐來嗎？」但我知道，只要努力便能熟能生巧。

這次實習中，令我印象最深刻的，是一位婆婆，她已在醫院住了較長時間。她起初還能活動自如，但手術後需要臥牀休息。有一晚，我巡房的時候，婆婆問我，「姑娘，我可以下牀走走嗎？我已經躺在牀上三天了！」她那渴望的眼神，至現在我還歷歷在目。當時我把她的請求轉告及請教護士職員，沒想到護士很快便答應了，但叮囑我要好好扶着病人走路。其後，我帶婆婆在病房走廊走走，起初我只是扶着她的手肘，但走著走著，她突然牽起我的手，說：「我們去拍拖吧！」那時候的我雖然有一些尷尬，但心中泛起溫暖。我們走到窗邊，窗外正是黃昏，看着美麗的天色，聊聊天，分享往事。返回她的牀邊時，她表示非常感激，臉上也露出真摯的笑容。我沒想過，只是陪伴婆婆在走廊散散步，便能讓她如此快樂呢！

在這三星期的實習，我除了更熟練一些護理程序，還能體會同理心，切身處地理解病人的感受。此外，我期望在下一次的實習，不但能展現出已掌握的知識和更純熟的技巧，而且能更有效率地完成每個護理程序。

7202 陳智妍

完成了兩個學期的理論課，我們迎來了第一次病房實習。第一次為病人服務，難免會感到緊張。非常感謝老師們在實習前，為我們舉辦了一天的介紹日。老師當天帶著我們到病房觀察，並介紹了醫院環境和病房的恆常工作，讓我們對病房運作有初步了解。這不但能為實習做好準備，更令我感到安心。

過去三星期的實習，我遇到了不少困難。幸好病房有臨床導師及多位護士職員的悉心教導和鼓勵，令困難迎刃而解，並轉化為我的知識，助我成長。我非常感謝學校安排臨床導師跟進我們的實習情況，教我們學以致用。經過是次實習，讓我明白護士除了為病人提供基礎護理，更要顧及他們及其家屬心靈上的需要，作出適當的安慰。看到病人在我們的悉心照顧下，滿面笑容地康復出院，令我深感恩惠；亦更堅定自己成為護士的初衷，為社會盡一分綿力。

7211 賴卓羚

護生園地第二十三期

聖誕抽獎

於十二月七日護士學校舉辦了一個聖誕節抽獎活動，雖然因為疫情的緣故，我們無法像往年一樣聚首一堂舉辦聖誕聯歡會，感謝學生會為我們準備聖誕禮物，並感謝學校職員的支持，讓我們在新冠肺炎疫情的籠罩下，我們一眾學生仍能感受到聖誕的氣氛與喜悅。除了學生會準備的禮物外，感激胡修女及黃校長贈送精美禮物作為抽獎之用，令抽獎過程更緊張刺激。辛苦老師及學生會在外奔波，花費時間和心思購買精緻且實用的禮物以及不斷為活動流程作出更改。抽獎活動能順利進行離不開學校老師、職員及學生會的付出，衷心感謝學校籌辦此次抽獎活動，為我校園生活添上一筆濃厚的色彩！

7123 羅漫玲

聖誕節將至，聖誕節學校舉辦了聖誕抽獎活動，讓一眾老師和學生都能感受到溫暖與喜悅。十分慶幸代表 73 班出席這次活動。學生會的職員精心挑選的禮物琳琅滿目，多不勝數，螢幕上轉動着的輪盤為現場添加了不少刺激氣氛，大家都希望能夠得到幸運之神眷顧，成為被抽中的幸運兒。在一片歡快融洽的氣氛之中，一眾師生皆為幸運兒獻上歡呼聲與祝福。願大家歡樂平安地渡過這個佳節。縱然最後未能被抽中得獎，但是現場氣氛足夠讓我們感受到來自學校的愛與溫暖。能夠在疫情下健康平安，我想這才是彼此最大的祝福！盼望疫情能早日退去，期待來年在輕鬆自在的環境下舉行聖誕聚會，共同慶祝佳節。

7302 陳靜蓓 及 7315 高婉珍



非常感激我能有幸代表 72 班的同學參與今次的聖誕節抽獎活動。雖然因為疫情，不能全體護士學校學生參與，但整個活動的氣氛非常溫馨，同時也設有抽獎環節，令到場面更加熱鬧，營造了濃厚的聖誕氣氛。

胡修女及黃校長悉心為我們準備特別大獎，禮物非常精美合用，同學都十分喜歡。亦感謝胡修女帶領各同學作聖誕祈禱及為同學送上祝福。祝願胡修女、黃校長、老師們及護士學校所有職員工作順利，聖誕快樂！

7231 鄧曉榆



護生園地第二十三期

69 班畢業感言



光陰似箭，日月如梭，眨眼間我們已成為畢業生。

猶記得兩年前我們初來乍到，周遭環境、人、事都非常陌生。我們努力學習完成不同的考驗，經歷這趟旅程。不知不覺間我們成長了，學習了不同範疇的護理知識，在病房實習期間掌握了各種護理技巧。在這兩年間，我們也碰巧遇上疫情。我們不得不改變以往的常規，從實體課到網上實時授課。這一切有賴學校悉心安排，能讓我們在疫情下完成學業，順利地畢業。我體會到，在這學習歷程中，我們得到不少人的幫助之下才能完成學業。因此，特別鳴謝全體聖德肋撒各部門人員、護士學校、胡修女、黃校長、各位老師和職員，給予 69 班學生完善的教導和支援。



隨著時間的消逝，我們也逐漸褪去了身上青澀的味道，取而代之的是成熟與責任。我們從護士學生蛻變成護士職員，這當然不只是稱呼上的變化，更甚的是內裏深層次的昇華。我們會學以致用，運用專業知識勇敢地承擔新的責任，以不辜負老師們的悉心教導。另外，對護士畢業生而言，此時正是另一個人生的啟程，讓我們展開新的一頁，在護理專業中拓展自我。在此，祝願各位畢業生前程錦繡，身體健康！



6935 甄珮婷

護生園地第二十三期

69 班畢業感言

光陰荏苒，歲月如梭，兩年美好而難忘的學護生涯，在不知不覺中漸漸過去。回想起兩年前首次步入校門時的感覺，陌生又帶點徬徨。兩年後的今天，我們從當天的無知和衝動的年青人，慢慢成長並蛻變為擁有分析能力、能夠獨立思考和具有專業知識的準護士。同學由一個個陌生的面孔，到兩年後大家成為朋友，兩年間的笑與淚，大家都一起經歷及面對。這般改變，有賴學校師生共同努力。感謝胡修女的愛心，各位老師鏗而不捨以及無私奉獻的教育精神，有助我們不斷成長。在此，我代表第 69 班畢業班同學感謝沙爾德聖保祿女修會的和聖德肋撒醫院給予我們精神上 and 資源上的支持，以及感謝病房主任、醫生和各部门同事，給予我們珍貴的實習機會，令我們可以把書本上學到的專業知識，應用於病房日常工作中。另外，亦要感謝胡修女對我們的教誨和指導，除了日常的護理技巧和知識外，還啟發我們思考人生的方向。在胡修女的關愛下，我們才能茁壯成長，成為一位專業的護士。感謝天主的福佑及恩寵。

2020 年是一個充滿未知多變的一年，一場新冠肺炎疫症，打翻了準備好的計劃，當中包括我們臨床實習和上理論課的時間表。但我認為這也是一種磨練，一位專業的護士需要處變不驚、臨危不亂應付日常工作中遇到的突發情況。在疫情不穩定的影響下，有很多未知的事情會出現，很多不可控制的變數。正是這些挑戰，使我們成長，讓我們學會以不變應萬變，集中精神在可控制的事情上。在我們成長過程中，老師們的協助有如黑暗中的明燈，照亮眼前的路，指引我們正確的方向。因此，再次多謝所有老師在這兩年來的關顧！

兩年間，大家曾一起生活，經歷過許多風風雨雨；今天，我們將要離開這個大家庭，各奔前程，難免有些感觸。然而，我們不會感到徬徨，亦不會感到無助，因為，在母校的悉心栽培下，我們都茁壯成長。今後，我們將要踏入社會，為自己的前途打拼，不管將來遇到困難，我們都會秉承護校信、望、愛的精神，緊記師長的教誨，努力為病人提供稱職和優質的護理服務。

6939 陳健聰



護生園地第二十三期

69班畢業感言



護生園地第二十三期

70 班畢業感言

兩年的時間剎那間便過去般，與同學們一起上課、溫書以及實習的時光，回想起這些日子就好像昨天的事。同學們互相扶持走過這兩年的歲月，這些點滴轉眼之間變成我們腦海中的回憶。

回想起兩年前的我們，各自都有想成為護士的夢想。感激學校能夠給予我們機會在這裏學習，令我們可以為夢想而努力，開展成為護士的路途。

感謝胡修女、黃校長一直以來給我們的勉勵，亦教導了我們不少人生道理，一直帶領著我們成長，經常關心我們在學校的情況，了解我們的需要，令我們可以在安心和愉快的環境下成長。

在這兩年的路途上，我們都面對不同的困難、挑戰和壓力，但幸好在這條路上有老師們為我們披荊斬棘，不論是學業上有不明白的地方，還是學習以外遇到任何問題，老師們都會很耐心地教導及協助我們。非常感激老師們對我們的悉心教導、栽培以及無私的付出。特別是我們的班主任，我們就好像她的兒女，有關我們的大小事項，她都要時常為我們憂心，亦經常在身邊提醒及協助我們。在這兩年的路途上，我們有了她的扶持，能克服困難及面對更多的挑戰。

我們能夠走到今天，除了同學們的努力外，還要全賴有胡修女、黃校長、班主任和老師們一直以來的悉心教導，我們才能順利走到終點。這兩年間，我們也面對很多難關，特別是新型冠狀病毒的疫情爆發，相信不論是學校，老師和同學們都十分艱難，我們要由面授課堂改為網上授課，還有因為疫情嚴重而要暫停實習。但是很感激學校面對這個突如其來的狀況下，能為我們安排妥當，亦感謝醫院方面在疫情期間都能為我們安排實習的機會。有了這些寶貴的實習機會，我們方能把這兩年所學到的專業知識實踐，變成我們的經驗。我們亦感謝醫院各病房職員對我們的照顧、教導以及包容，令我們可以在病房學習到書本以外的知識。這兩年實習的經驗也為我們打下穩固的基礎，令我們畢生受用。感謝兩年來，胡修女時常帶領我們祈禱，求主助佑。

到了今天。我們即將畢業了，為我們的人生開展新的一頁，同時即將踏出社會工作，成為一位專業的護士，以護士的身份將學習到的專業知識去幫助病人。但我們會繼續鞏固自己在護士學校學到的護理知識，不會忘記胡修女、黃校長及各位老師的教誨，不斷進修及自我增值，提供更專業以及優質的護理服務給病人。最後，祝胡修女、黃校長、各位老師以及全體職員身體健康，工作順利。亦祝各位同學，前程似錦，勿忘初衷，成為一位專業而獨當一面的護士，不負各位對我們的栽培及期望。

7031 徐悅雯



護生園地第二十三期

70班畢業感言

