



憐恤人的
天使，
飛翔吧！

理查絲 與 精神護理

她總是在眾人忽略的角落，
靜靜地，放下一顆顆堅固的石頭，
時間，印證她的正確。
她為日本建立了護理制度，
更為普世的精神病患，
建立了「精神護理」。

■張文亮

喜歡照顧別人的女孩

一八四一年七月二十七日，理查絲（Linda Richards）生於美國紐約州北方的小鎮波斯丹，她有三個姊姊，父親是鎮上的牧師。

在她四歲時，父親帶著全家與鎮上的一些居民，駕著篷車前往密西根湖邊的森林拓荒。不久理查絲的父母都染上了肺病，拓荒小鎮剛成立，父親就病逝了，母親祇好帶著四個孩子回到自己的娘家佛蒙特州紐伯里。

理查絲從小就寫道：「冬天時媽媽咳得很厲害，居里醫生看後，祇搖搖頭說：『期待春天趕快來到』。」居里醫生每次來，都看到理查絲站在病床邊，就教她簡易的居家護理。理查絲寫道：「醫生首先教我如何將家裡的盤子洗乾淨，再教我如何翻枕頭，將被單鋪平，後來又教我如何由母親的病徵判斷她的病情。」居里醫生一定沒有想到，他無意間教導的這一個小女孩，後來成為普世精神護理的開創者。

以從事護理為榮

一八五四年，理查絲的母親病故，她與姊姊同住。二年後，三個姊姊都結婚離家，她搬去與外祖父同住。她除了在學校念書之外，也幫居里醫生照顧一些病童，她在十六歲時寫道：「護理能減輕病人的痛苦，是善良又令他人喜悅的工作。當別人說我是一個天生的好護士時，我覺得那是對我最高的稱讚。」

成為一個好護士，還需要有很多的裝備，但是那時美國還沒有護理學校。一八五六年，她申請進入聖·瓊斯堡學院，這是一所師範學校，一年後，她取得小學老師資格。畢業後，她申請當地的一家醫院，要當護理人員，但是被拒絕，理由是她的教育程度太高。當時的護理人員，沒有正規的訓練，也不需要受什麼教育，護理人員像是醫院裡的女工，不受人尊敬。

她轉而申請一所小學當老師，在學校期間，除了上課之外，她也自願擔任學校保健室的護士。下課以後，她又義務

到病人的家裡當看護。學生看她總是在病人的家中進進出出，為她取了個「蜜蜂」的外號，她卻寫道：「我期待奉獻一生，從事照顧病人的工作。人若知道生病的痛苦，就知道照顧病人是何等重要的工作。」但是當時的醫院，還不認為護理工作需要這麼神聖的使命感。

白屋裡的初戀

理查絲逐漸成為鎮裡著名的護理義工。在鎮外有一棟白色的大樓房，住著當地最富有的浦爾女士。浦爾女士在年輕時就守寡，她沒有孩子，但有許多的財產，她是鎮上最冷酷的女人，素來不與人來往。當她年老行動不便，需要有人看顧時，就找上理查絲。不久，理查絲對護理工作的愛，深深地感動浦爾女士。一八五九年，理查絲的外祖父病逝，浦爾女士請理查絲搬到她的屋子裡與她同住。

理查絲本來以為浦爾女士的邀約，祇是為了就近照顧，沒想到這位寡婦另有計畫。寒假到了，理查絲在家裡的時間較久。有一天，來了一個年輕的訪客喬治·浦爾（George Poole），他是浦爾女士的姪兒，是位熱衷雕刻的藝術家，浦爾家族財產的繼承者。以後數個月，喬治·浦爾「順路」前來探訪的次數愈來愈多，他贈送給理查絲的雕刻品也愈來愈細緻。一八六〇年，喬治·浦爾與理查絲訂婚，並準備在隔年結婚。

跨出最關鍵的一步

一八六一年，美國南北戰爭爆發，喬治·浦爾加入北方聯邦軍團。他與理查絲本來認為戰爭可以很快結束，沒想到這場戰爭拖了四年，南北雙方都死傷慘重。戰後，喬治·浦爾才回到家園。他在南北戰爭的最後一戰中，胸部中了一槍，在醫院裡又受到病毒感染，此後理查絲仔細地照顧他，兩人期待病癒後就可以結婚。一八六九年，喬治·浦爾病逝，這期間浦爾女士也病逝了，他們將所有的財產都留給理查絲，但是她所愛的都走了。

她有一段低沈的日子，有一天她寫



精神護理的先鋒——理查絲
(Kalisch, Philip A. and Beatrice J.(1995) *The Advance of American Nursing*, 3rd Ed., p. 71, J. B. Lippincott Company, U.S.A.)

下：「我知道這將是我一生最困難的一步。不是等待別人來愛我，而是主動去愛人，不是等待別人來照顧我，而是主動去照顧人。」她關了房子，帶著簡單的行李，前往波士頓，決定從最基層的護理人員做起。

初期的挫折

一八七〇年，理查絲進入「波士頓市立醫院」當實習護士。當時實習護士就是醫院裡的清潔工，擔任最粗重的工作。她做了三個月，卻什麼也學不到，深感失望，正想離去之際，有一個資深的護理長與她約談，並說：「我認為妳將成爲一個傑出的護理人員。跟著我，我將就我所知的全教給妳。」

這位護理長教她如何由病人的呻吟判斷病情，由病人的姿勢判斷身體疼痛的部位，與對一些藥品簡單的認識。讓理查絲最感鼓勵的不是這些知識，而是知道仍然有人在護理的工作崗位上盡心竭力。她寫道：「雖然醫院管理、社會對護理的尊重、病人對護理的認識、與護理工作的環境都不好，但是仍有護理人員願意背負照顧病人的責任。除非樂於照顧人，否則很難在護理的工作上全力以赴。」

美國護理教育的開始

一八七二年，美國女性外科醫生迪墨克（Susan Dimock）自德國學成歸美，在波士頓成立「新英格蘭婦幼醫院」，同時，她也成立迪墨克醫院附屬護理學校，這是美國第一所護理學校。理查絲是第一個錄取者，學校在同年九月十五日開學。

理查絲寫道：「我每天上午五點半起床，在醫院中學習到晚上九點。每一位護理學生都需要照顧六個病人，晚上九點後，病人若有危急狀況，我仍需趕回。我經常需要徹夜不眠地照顧病人，我感謝上帝賜給我健康的身體，並堅定我的心志，使我能在學習期間一直保持喜悅的心靈。」

學校的課程有十二門，如藥劑學、外科護理、產科護理等；此外，護理實習的課業特別重，學生必須知道量體重、體溫、脈搏、血壓、呼吸次數的原理與操作，



十九世紀護理學生的上課情景

並且配合協助各門診。一八七三年九月，理查絲以班上最優異的成績畢業，並且首先取得護理證照，她是美國取得護理證照的第一個護理人員。她寫道：「我知道我們這一群護理先鋒，是帶著強烈的學習欲望進到學校。我與我的同學們都是善良與強壯的人，一學到知識，就趕快緊緊地抓住。我相信這些知識，未來都會成爲護理工作的基礎。」

進入貧困地區

畢業後，新英格蘭婦幼醫院以護理督導的職位聘她，但是經過一個月的思考，她決定前往「貝爾維醫院」擔任護理督導。貝爾維醫院位於紐約貧民區內，大部分的病人是流浪漢、罪犯、吸毒、醉酒的人，而且產婦罹患產褥熱的死亡率很高，這與她過去在波士頓與新英格蘭醫院所接觸的病人不同。她寫道：「那些病人的社會階層是我從未接觸過的。我心裡感到害怕，尤其我將擔任夜間督導的工作，但是我想在灰燼之中也有珍珠，在眾人看不到的角落也有隱藏的寶貝，需要有人進入該地仔細地尋找。」

夜間督導的工作是由傍晚五點到隔天早上七點半，她到任後立刻了解院裡大大小小的事情，並熟記院裡醫生、護士的姓名。她清楚狀況後，首先要求夜間要有足夠的燈光，並讓爐火繼續燃燒。她繼而實施「護理紀錄」，將病人在夜間所發生的狀況以書寫的方式，而非用口頭的方式，傳遞給接班的護士。此外，她也改善產房的環境衛生，規定進出產房須更換鞋子與換上乾淨的外套，她寫道：「保持乾淨與整潔，是照顧病人必備的要件。」

成爲護理學校的校長

在她的改革下，貝爾維醫院的衛生環境迅速獲得改善，得產褥熱的產婦數目遽減。更爲人稱道的是，「護理紀錄」使護理人員在照顧病人銜接上的誤差降低爲零，這制度後來爲普世護理人員所仿效。

一八七四年十二月，「麻省諸塞州立醫院」聘她爲護理副主任，並請她擔任該所醫院即將成立的護理學校的校長。她去函婉拒這一升遷的機會，理由是：「照顧

病人已充滿我的思想，沒有心思去照顧別的。」貝爾維醫院的董事長海倫修女知道此事後，建議她去擔任護理學校的校長，因為「她對護理制度的管理，如同照顧病人一樣的優秀。」「但是我不會說話，更不會教導別人。」她仍然退縮，海倫修女回答道：「有教導能力而不肯去教導，是推卸責任。」這一句話，把理查絲推向從事護理教育的路上。

她到麻塞諸塞州立醫院後，立刻取消護理人員掃地洗衣的例行工作，她認為「護理人員要照顧的是人，要將護理人員的有限體力，集中在照顧病人方面」。她在護理學校要求學生上午上課，下午隨著主治大夫巡視各病房，並記下醫生診治的情形。

一八七六年，她升任護理主任，大力改善護理人員與護理實習生的居住環境與伙食。她常對學生說：「妳們今日的學習，決定妳們未來承擔工作的能力。一個人承擔工作的能力，決定她專業所該得的尊重。」

與南丁格爾見面

一八七七年，麻塞諸塞州立醫院附屬護理學校已成為美國東部地區最著名的護理學校，她卻辭職，她寫道：「我不想留在成功的高原，滿足於別人的稱讚，我仍然期待學習」。她前往英國，拜會南丁格爾（Florence Nightingale, 1820-1910）與著名的南丁格爾護士學校。

到達倫敦後，理查絲與南丁格爾會面，後來她寫道：「與南丁格爾會面，是我一生從事護理最高的榮譽。再也沒有一堂護理的課程，能比在她面前學習的多，我實在捨不得離開。我常想為何南丁格爾的一生會如此的美麗？對人類的貢獻會如此大？這是因為透過她的工作，普世病人的受苦才開始獲得人道的關懷。」

在南丁格爾的推薦下，她以九個月的時間到英國著名的十八所醫院參觀實習。

護理教育的實質

一八七八年一月，理查絲回到美國。在回麻塞諸塞州立醫院述職前，她回到自己曾擔任實習護士的

波士頓市立醫院探訪朋友，沒想到這所醫院的董事與醫生正為要不要設立一所護理學校爭執不下。理查絲一到醫院就被董事會與醫生們邀去演講，她講道：「我認為有些醫生與醫院管理單位並不反對護理，反對的是改變，所以問題的關鍵在於我們是否祇滿足於過去，不想去做任何的改變？」董事會立刻一舉通過設立護理學校，並且聘她擔任護理主任與護理學校的校長，她欣然接受此一新的任務。

她在開學時，給新生們寫道：「護理教育的基本點是相信病人的痛苦是有意義的，是不該被忽略的。學習觀察與注意病人痛苦的反應，是護理的開始。我們的耳朵要學習怎麼聽，我們的眼睛要學習怎麼看，我們的雙手要學習怎麼做，我們要察覺病人每一個細微的變化，每一聲呻吟所代表的意思。當你們擁有這些知識與訓練，你們將成為一顆顆極稀有又極珍貴的珍珠，沒有任何外來的稱讚能夠比擬你們服務的尊貴。」

鐵的訓練

這所新設的護理學校是兩年制，開學第一天，醫院大廳裡坐滿學生，但是她要求的護理教育課程重、作業多、考試多、實習多，並且要求學生穿著端莊，有好的品性，兩年後，只有六個學生畢業。這所鐵的訓練學校，不僅培育出一流的護理人員，也成為各處有心從事護理工作者所嚮往的地方。當時護理界流行一句話：「除非你是一個認真、嚴肅思考護理的學生，否則不要申請理查絲設立的學校。」

理查絲擔任這所學校的校長八年，她改變了美國醫學界對護理的看法，從此「醫院裡若沒有護理人員，醫院就無法開門。」

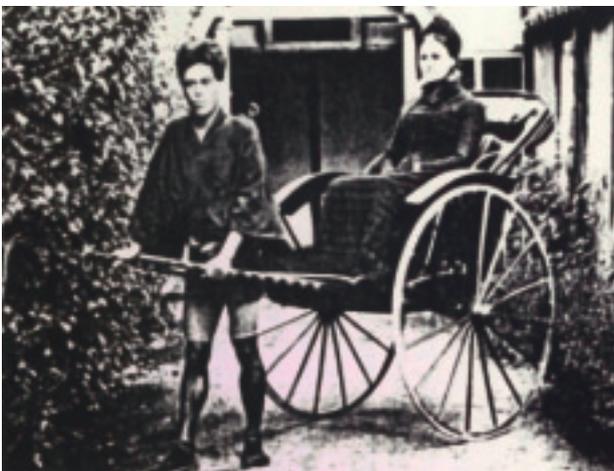
但有一個更艱難的任務在等著她。

來自富士山下的呼聲

一八八五年二月，她聽說「美國海外宣道會」在找一位有經驗的護理人員，能前往日本設立護理學校。她寫道：「我本來以為這是來自陌生國家的一則小報導，後來卻逐漸在我心中形成一個深刻的負擔。」八月，她辭去工



十九世紀的護理學生



在日本的理查絲

作，申請成為前往日本的醫療宣教士，十一月搭船前往日本。

日本在一八六九年明治維新後，積極引進歐美的技術與制度。西醫很快地進入日本，日本人卻不接受西方的護理，主要的原因是認為女性地位較低，不能叫男性做這做那的。但是日本的女性溫柔、忍耐、有禮貌、善於微笑、樂於學習，是理想的護理人才。

一八八〇年代，霍亂在日本流行，許多人喪生，逼得日本的保守社會開始裂開一道護理可以進入的門縫，理查絲就在這時前來。

非常稀奇地，這位護理改革家在她晚年的記載裡，幾乎沒有提到她在日本的護理工作，也沒有提到她如何建立護理學校，她祇提到她花大部分的時間，在接觸與認識這個陌生國家裡的女性與她們的家居生活。她提到日本女性的禮節、服裝、鞋子、飲食、與家庭的關係，她寫日本的榻榻米、睡覺用的硬枕、出外交通的方式等。她沒有一開始就成立護士學校，而是進入她們的家庭中，教導她們居家護理、照顧家庭與病人的方法。

不久，有些對護理有興趣的女性來到醫院向她學習，但是很快地，她們的父母或丈夫就將她們帶回。來醫院學習的年輕女性中，有一位是伊藤小姐，她來自一個高尚的家庭，但是她不斷地來醫院學習護理。有一天，伊藤回到家，她的丈夫把離婚書丟給她，因為她到宣教士的醫院當護士。伊藤祇好回到醫院繼續學護理，並與理查絲同住。

伊藤的護理逐漸獲得病人的肯定，口碑慢慢傳出去，她的前夫聽到了，偷偷地來到醫院，看到伊藤所從

事的，他大受感動，做了一件當時很少日本男性會做的事，他到醫院向她道歉，祈求她再嫁給他。伊藤的再嫁，使許多女性到醫院學習護理，理查絲這時才在日本成立第一所護理學校。一八八八年，第一批護理學生畢業。

一八九〇年，理查絲發現自己的身體愈來愈易疲累，耳朵逐漸失聽，她知道在日本的工作該告一段落了，她將學校交給伊藤。她所做的僅是在日本的一角為護理鬆土，栽種一些好種子。她沒想到她離開後，護理在日本迅速地發展，到一九〇〇年，日本已有一千五百位護士，後來也間接地帶動了台灣的護理發展。

護理巡迴教育

一八九一年，理查絲回到美國，許多醫院爭相聘她為護理主任，許多護理學校也要聘她當校長，「護理界永遠需要有力的手去扶持年輕的護理學生」，她寫道。她不顧身體的疾病，出任「賓州費城巡迴護理學會」的主席，在各醫院與護理學校巡迴教育。她特別強調「護理實習」的重要，將護理教育延長為三年，並且要求護理學生要學以致用，在學生時代就有護理的經驗，她以護理教師的身分，去承受護理學生的犯錯與病人的指責。她堅持：「這些初期犯錯時的指責，是護理學生最受益的經驗，愈有經驗的護理人員，日後愈能承擔重任。」

許多護理人員對她既愛又怕，因為她「勸勉人時，諄諄善誘；責備人時，言語嚴厲；憤怒時，讓人羞愧；上課時，深具啟發；幽默時，十分親切。」她曾在一場畢業典禮上毫不客氣地指出：「護理教育祇能為你們披

上白色的制服，卻無法潔淨你們的心，而後者比前者更為重要。」

精神護理的萌芽

她在美國各處醫院巡迴演講教育時，逐漸發現在精神病院裡沒有受過



晚年的理查絲

正規教育的護理人員，護理學校也沒有培育精神護理人員。一八九九年，她以過去在護理工作上的見識與經驗，將一生最後的體力，全部投入精神護理教育。她在「道頓精神病院」開設三年制的護理學校，除了一般課程外，學生須在一般的醫院實習一年，在精神病院實習二年，以兼具一般科與精神科的專長。

當時，精神病人在醫療界中是最被忽略、也是最被誤解的一群人。許多人經常將精神病患扭曲成具有暴力傾向的人，其實正常人對於精神病患的暴力相向，遠超過精神病患的暴力。理查絲認為精神病患是無法與正常社會溝通的人，他們活在自己的世界裡，因此精神護理最重要的職責是與病人相互了解，成為他們與社會溝通的最後一道橋梁。病人如果能夠恢復溝通，就能重拾與現實世界的溝通能力。這是理查絲對精神護理最重要的貢獻，釐定「護理」在精神醫學的功能，不只在看顧，更在溝通。

她寫道：「精神醫學不斷地進步，精神護理可以持續不斷地學習。」她在課程中列入精神病的分類、精神病人的行為、精神藥物的認識、鎮定病人的水療照顧等。她將精神病患的類別細分為身體功能不健全引發的器質性精神病，由心理引發的精神分裂、憂鬱、鬱躁等功能性精神病，心理功能偏差引發的情緒失調、行為偏差、暴力傾向、縱飲、吸毒與性變態等，針對不同的病因，給予不同的護理看顧。她也將精神護理與社區護理結合，讓精神病患的壓力紓解與看顧能從家庭開始。

她將護理引進文明社會迫切需要的心理與精神看顧，她以護理將落後社會中一些被誤認為鬼附、通靈的精神病患釋放出來。在精神護理的看顧中，精神偏差並不代表人的本質偏差，精神病患不是社會所要摒棄的一群人，精神護理進入病人的心理層次，教導病人自我幫助，重新站起。她寫道：「精神護理人員需要的是機智與耐心。」

一九〇四年，第一批的精神護理生力軍畢業，從此精神護理成為普世精神病患的祝福。



十九世紀初期法國醫生比耐爾（Pinel）首先解開精神病患的鎖鍊。

一九一一年，理查絲退休，她回到鄉下，經常有護理學生去探望她。她為護理界培養許多精英，如創辦《美國護理期刊》（*American Journal of Nursing*）的龐萊（Sophia Palmer）與戴薇斯（Mary E. P. Davis）都是她的學生。

護理的愛

一九二二年，在一場護理大會裡，她獲邀為講員，她簡短地說道：「護理人員是人，病人也是人。除非對病人有正確的態度，否則所有的知識與技術都無法使你成為一個真正的護理人員。病人是孤單的，那是病人需要護理看顧的時候，病人不只需要護理人員的雙手與頭腦，更需要護理人員的愛心。」

一九二三年，她中風，之後就長期臥床。一九三〇年四月十六日，她從昏迷中醒來，問照顧她的護士：「今天，護理人員工作得如何？」「她們所做的每件事都是必須做的。」看顧她的護士回答她。「好，做得好！」她低聲喃喃說道後，呼出了她在世上的最後一口氣。 □

深度閱讀資料

Baker, R. (1959) *America's First Trained Nurse-Linda Richards*, Julian Messner, Inc. Canada.

Carson, V. B. (2000) *The Wisdom of Past Travelers Heritage of Psychiatric Nursing, Mental Health Nursing*, Chapter 2, 11-30, W. B. Saunders Company, U.S.A.

Kalisch P. A. and B. J. Kalisch (1995) *The Advance of American Nursing*, Chapter 3, 57-84, J. B. Lippincott Company, U.S.A.

Richards, L. (1911) *Reminiscences of Linda Richards*. Whitcomb & Barrows, U.S.A.

張文亮

台灣大學生物環境系統工程學系