2026年"5.12"國際護士節

我們的護士，我們的未來：賦權護士，守護生命

澳門護士學會—國際事務部譯

International Council of Nurses
OUR NURSES. OUR FUTURE.
International Nurses Day 2026
Empowered Nurses Save Lives

每年的五月十二日，國際護士會都舉行國際護士節的慶祝活動，來紀念弗洛倫斯・南丁格爾的誕辰。今年，國際護士會發佈了二O二六年國際護士節的主題：「**我們的護士，我們的未來：賦權護士，守護生命（Our Nurses. Our Future. — Empowered Nurses Save Lives）**」。

二O二六年國際護士會（ICN）確定今年國際護士節的主題為「我們的護士，我們的未來：賦能護士，守護生命」（Our Nurses. Our Future. —Empowered Nurses Save Live）。

「賦能」是一個源自管理學，現廣泛流行於商業、科技、教育乃至社會治理等多個領域的概念。其核心含義是通過賦予能力、釋放權力或創造有利環境，使個體或組織具備更強的行動力、創造力與自主性，從而實現更高價值。

「賦能護士」是指通過一系列系統性、多維度的干預措施，提升護士在專業能力、心理韌性、職業認同及綜合素養等方面的內在力量，使其能更自信、高效、主動地應對臨床挑戰，並實現個人與職業發展的過程。其核心在於從外部支援與內在建設兩個層面，為護士提供持續成長的動力與資源，使能優化護理服務品質、推動醫療體系進步，最終可惠及患者與社會。換言之，「賦能」就是幫助護士在複雜的醫療環境中實現自我價值。其意義包含四個方面：提升專業能力、減緩人力流失、促進專業創新、國際發展趨勢。

一、提升專業能力

「賦能」可讓護士擁有更多臨床決策權，使他們能更快速回應病人需求。同時，受到賦能的護士會更自信和有能力地去實施創新照護模式，從而提高患者滿意度並降低醫療成本；此外，「賦能」更可使護士主動參與社區健康促進，推動居家照護與健康教育。

二、減緩人力流失

「賦能」可提升護士職業自我效能感，增強個人的勝任信念及提升工作成就感。他們可透過情感、體力與靈性的賦能，減輕職業的倦怠感，進一步增強在動盪環境中的心理韌性。同時，也可使專業受到認可與尊重，降低護理人員因挫折感而離職的機率。

三、促進專業創新

賦能護士不僅是技巧提升，更是自我價值的實現，可促使護士從被動執行者轉變為「照護管理者」，使護士更敢於提出改善工作流程、優化患者照護流程的創新意見。

四、國際發展趨勢

國際護士會（ICN）將「賦能」護士視為「我們的護士，我們的未來」的核心策略，以應對未來的健康挑戰，因此，賦能護士是國際護理發展的必然趨勢。

總的來說，賦能護士是一項多層次、系統性的工程。它始於對護士個體專業能力與人文素養的培養，延伸至護理服務品質的全面提升，依賴於支援性團隊文化與管理機制的構建，並最終貢獻於患者康復與醫療體系的整體進步。在醫療事業不斷發展的當下，持續賦能護士，就是投資於護理行業的未來，也是守護全民健康的重要保障。賦能護士是將專業權力交還給護士，使其不僅是醫療服務的執行者，更是高品質醫療服務的決策者與創新者。◇



精準解讀「賦能」的意義——國際護士節有感

謝少英

二O二六年國際護士節主題意義深遠

謝少英

國際護士節（International Nurses Day，IND）定於每年的五月十二日，是為了紀念近代護理學與護理教育的學科創始人——弗羅倫斯・南丁格爾（Florence Nightingale）。此節日由國際護士會（International Council of Nurses， ICN）於一九一二年設立，旨在弘揚南丁格爾奉獻、救死扶傷的人道主義精神。

自一九八八年開始，ICN在每年的護士節都發佈年度主題。例如：二O二四年是「我們的護士，我們的未來：護理的經濟效力」（Our Nurses. Our Future. —The Economic Power of Care），該主題強調護理不僅是健康照護的基石，更是能帶來顯著社會與經濟效益的關鍵投資，呼籲重新審視護理價值。二O二五年則是「我們的護士，我們的未來：關愛護士，促進經濟成長」（Our Nurses. Our Future. — Caring for Nurses Strengthens Economies），該主題強調健康的護理人力對社會經濟發展、醫療體系韌性有核心的作用，呼籲關懷護士的身心健康，突顯護士人力在提升健康與經濟方面的關鍵作用。

二O二六年二月ICN已確定了今年國際護士節的主題為「我們的護士，我們的未來：賦能護士，守護生命」（Our Nurses. Our Future. —Empowered Nurses Save Lives）。通過主題，ICN希望向世界傳達清晰的資訊：「為了發揮護理隊伍在守護生命的全部潛力，希望為護士提供安全、公平的工作環境，確保充分執業權利、職業影響力與領導力」。

現屆ICN主席何塞・路易士・科博斯・塞拉諾（José Luis Cobos Serrano）闡釋選擇這一主題的原因是當今在全球壓力劇增的情況下，世界各地護士正日復一日地開展卓越的工作，他們不僅在守護人類生命，也在改善社區的健康狀況。因此，他呼籲大家必須充分賦能護士，才能守護人類的健康與生命。而主題上的「賦能」就是呼應了這一承諾—確保護士擁有提供專業卓越護理所需的權限、資源與工作條件。他強調真正的「賦能」是消除障礙，讓護士充分運用專業知識與技能，為護士發聲、參與塑造護理未來開闢制度化路徑。他寄望全球國家或地區政府有需要尊重護士、重視護士和投資護士，通過為護士投資安全的工作環境、公平的薪酬待遇，以及有意義的領導力發展、教育機會與專業影響力平台才能吸引並留住一支強大的護理隊伍。◇


◎ 參加全國南丁格爾志願服務總隊志願者年會


◎ 舉辦護理專業講座



◎ 舉辦社區健康促進活動



◎ 協助社區救護工作

以溫暖之手，護生命之光

許穎曄

五月的風攜著暖意，正拂過在上班路上的我，也在吹拂著醫院的每一條走廊，拂過在走廊上那群身穿白衣、步履匆匆的身影。

二O二六年的五月，難得的十載光陰，是我從事護理工作的十載成長軌跡。背後每一件微不足道的小事和經歷，凝結成為如今的我。十年來，我始終堅守臨床一線，我也相信每一年的五月，都能迎來一批又一批能獨當一面的護士們。

二O二六年國際護士節，以「我們的護士，我們的未來：賦能護士，守護生命」為主題，不僅致敬了白衣天使們紮根一線、拯救生命的堅守，更彰顯了他們以專業賦能自我、以溫情呵護心靈的不凡擔當。他們每一位，是與生命同行的守護者，是與病痛對抗的勇士，更是撫慰心靈的天使。在精準施治的同時，白衣天使用一言一行、一舉一動，為患者撐起一片溫暖的晴空，讓冰冷的病房盛滿了人間溫情，讓絕望的心靈重燃了希望之光。

在以往，可能人們時常對護士的工作有不同程度的誤會。但是護士的使命，從來不止於打針輸液、監測生命體徵的專業操作，更在於穿越病痛的隔閡，抵達患者心靈的深處。他們深知，病痛帶來的不僅是身體的折磨，更是心靈的煎熬——恐懼、焦慮、孤獨、無助，往往比病灶更難治癒。於是，他們以耐心為筆，以關愛為墨，在病房的方寸之間，書寫著一個又一個治癒心靈的溫暖故事，用無微不至的安慰，為患者驅散陰霾，注入力量。經歷過十載的軌跡，我也體會到作為一名護士，自身的定位、價值也在不斷更新和提升。同時，更令我對作為一名護理人員的自我肯定。

記得一個普通而緊張的深夜，八十五歲的陳婆婆突發「急性左心衰竭」，監護儀發出的警報聲刺激著每個人的神經。我們迅速啟動急救預案：協助患者採取端坐位、給予高流量鼻導管吸氧、給予床邊心電監護、建立靜脈通路、通知醫生、推注利尿藥……醫護人員緊密配合，爭分奪秒地進行搶救。當監護儀上的心率、血壓等數據穩定在正常範圍時，陳婆婆的呼吸逐漸平穩，嘴唇也漸漸有了血色。半夜趕過來的家屬也鬆了一口氣，家屬和患者都緊緊地拉著我的手，眼含熱淚……那一刻，微弱的晨光透過玻璃窗斜照進來，我忽然覺得背後流下的汗水都透著一股暖意，心中充滿了感動與自豪。

護理的深度，不僅在於我們能解讀BNP（腦鈉肽）等指標的臨床意義，更在於我們能讀懂患者及家屬眼中的千言萬語。

在心外科病房，除了手術後患者需要護士們的關心和關懷外，手術前患者的內心對於即將進行的手術各種未知和帶來的恐懼，也是我們不容忽視的。患者需要我們坐下傾聽他的疑問，共情他的緊張，再輕聲解釋治療的意義和配合，以耐心的陪伴慢慢地解開患者心中的疑惑，使他們沒有恐懼，只有信任和安心。

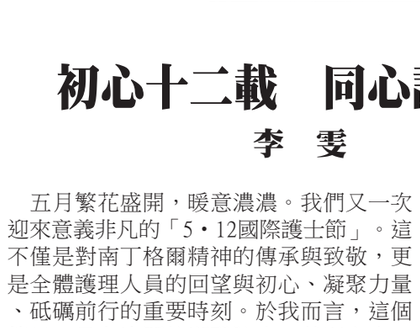
二O二六年護士節的主題告訴我們，賦能護士，才能更好地守護生命。護士不只是白衣戰士，更是心靈的擺渡人；護士守護的不只是患者的身體健康，更是患者的心靈家園。他們用自己的力量，驅散病痛的陰霾，撫平心靈的傷痕，讓絕望變成希望，讓孤獨變成陪伴，讓病房變成充滿愛的港灣。

值此在護士節來臨之際，願每一位護士都能被世界溫柔以待，被充分賦能，在守護生命的道路上，既有並肩作戰的底氣，也有收獲溫暖的歡喜；願她們用愛與專業澆灌的生命之花，永遠綻放，照亮每一個被病痛困擾的患者。◇

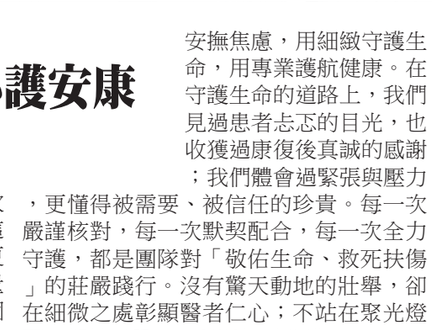

◎ 舉辦急救技能培訓課程



◎ 合辦深合杯衛生職業技能競賽（決賽）



◎ 參加海峽兩岸暨港澳地區護理學術研討會



◎ 舉辦兩會精神傳達會

初心十二載　同心護安康

李雯

五月繁花盛開，暖意濃濃。我們又一次迎來意義非凡的「5・12國際護士節」。這不僅是對南丁格爾精神的傳承與致敬，更是全體護理人員的回望與初心、凝聚力量、砥礪前行的重要時刻。於我而言，這個節日，是在澳門鏡湖醫院十二載堅守中，最溫暖而厚重的印記。

十二載光陰匆匆，我有幸與無數優秀的護理同仁並肩同行，共同守護生命健康。從初入臨床的青澀，到如今從容擔當，我在團隊中成長，在協作中精進，更在日復一日的堅守中讀懂：護理從來不是一個人的戰鬥，而是一群人的同心奔赴。我們以專業為基，以愛心為翼，在平凡的崗位上書寫著不平凡的堅守。有人說，護理工作瑣碎而平凡。可正是無數個平凡的日夜，匯聚成守護生命的磅礴力量。我們用溫柔安撫焦慮，用細緻守護生命，用專業護航健康。在守護生命的道路上，我們見過患者忐忑的目光，也收獲過康復後真誠的感謝；我們體會過緊張與壓力，更懂得被需要、被信任的珍貴。每一次嚴謹核對，每一次默契配合，每一次全力守護，都是團隊對「敬佑生命、救死扶傷」的莊嚴踐行。沒有驚天動地的壯舉，卻在細微之處彰顯醫者仁心；不站在聚光燈下，卻始終堅守在健康的最前沿。

一襲白衣，一身責任；一顆仁心，一生堅守。「5・12」的意義，從不是鮮花與掌聲，而是提醒我們不忘初心、牢記使命。十二載護途，我與團隊同心同行；未來路上，我們將繼續以更嚴謹的作風、更專業的素養、更溫暖的服務，守護每一位患者的安康。願每一位護理同仁被時光溫柔以待，願我們初心不改、步履不停，在守護生命的道路上攜手前行，以微光匯聚星河，以堅守詮釋榮光，在平凡的崗位上綻放屬於我們的耀眼光芒。◇

風雨同路見真情

花之語

「風雨同路」，多麼動聽的語句啊！某日，如果有人真誠的要與你風雨同路，那無論這個人是你的配偶、家人、親人、朋友或同事，你都已經得到了世界上最珍貴的禮物。人生在世，但求被人肯定。若有人願意與你風雨同路，多麼肯定你，切要珍惜啊！

現今社會，物質引誘豐富，人與人之間的交往，也因為那些引誘而變得虛偽，要找到真正的知己，談何容易呢？「人生得一知己、死而無憾」，我多麼認同。因為太多的關係都建於利益之上，令交往變得複雜、無所適從。幸運地，我暫時還沒有被物質引誘出賣。身邊的朋友經常對我說，你凡事都無所謂，很容易被人欺騙。我總是告訴他們，如果真的有人欺騙我，他失去的東西會比我多，我也會因他的欺騙而變得聰明。凡事都執著、計較、太辛苦了！

在康寧中心臨床工作，難免會遇到人生最美好或最醜惡的一面。因為，人生在將終結時，一生中所經歷的便會得到總結。無論你是毫無貢獻的寄生蟲或是家庭支柱，都會在家屬眼中體現了。最後一刻，要責罵、要珍惜，都要把握這個機會。身為護士的我，經常被這些情景感動上一絲絲微笑或一點點淚珠。記得某次八號颱風襲澳的那天，我如常經過康寧中心的走廊，觸及心靈的情景使我歇腳，李女士深情地握著丈夫的手說：「無論以後怎樣，但願與你繼續風雨同路。」這句說話，感動了我的心田。我也要告訴身邊的至愛，「以後無論怎樣，我都會與你風雨同路。」

朋友，說話不怕多，只要是誠心的，就要珍惜機會告訴對方，不要等到最後一刻。那麼，人生就會變得不一樣，因為，你找到了風雨同路的同行者。無論是家人、親人、朋友或同事，總會有人讓你感到幸福。好的人帶給你快樂、壞的人帶給你經歷、最差的人帶給你一堂人生課，人生無常，但每一段相遇總有其意義，要得到別人的愛，首先，你要愛別人。這樣，人生就會變得真誠，找到真正的知己了。◇

紙玫瑰：ICU裡的另一種告白

楊熾霞

在ICU，我們時常需要與時間賽跑，見證生命的流逝。但在5・12國際護士節前夕，一位九十二歲的老奶奶，卻給我上了一堂深刻的生命課。

她是因為膽囊切除術後復甦不佳，帶著氣管插管轉入來ICU的。在高齡且術後插管的雙重情況下，我們都繃緊了弦。然而，奇跡般的生命力卻在第二天爆發了——老奶奶不僅順利拔除氣管插管，狀態也逐漸得以改善。

當我穿梭在病床間調整儀器上的參數時，這位本該虛弱的老人家，竟然用她輸液中的瘦枯雙手，靈巧地折疊著一張廢舊的紙張。很快，一朵花瓣重疊的「紙玫瑰」在她指尖綻放。她微笑地示意我靠近，把這份「禮物」送給我。

那一刻，所有從床邊旁的監護儀發出的冰冷報警聲仿佛一下子靜下來。我第一次發現，生命不僅是活下來的呼吸，就算在病臥時，依然對期待和給予有著本能的渴望。

作為ICU護士，我們常說自己在守護生命。實質上，卻是這些堅毅不屈的生命在治癒我們。

這朵紙玫瑰，是我職業生涯中最珍貴的禮物。它提醒我：ICU不只有冰冷的儀器和管道，更有值得我們傾盡全力去守護的生命！◇



◎ 參觀全民國家安全教育展



◎ 與四川省護理學會進行護理交流



◎ 與惠州市護理學會簽署戰略合作協議