

來自菲律賓的咪雅（BAJAR MAYLYN CODERIS）是一位擁有9年資歷的家庭看護，她用心照顧被看護者，主動吸收各種照護知識，積極解決問題及學習，甚至樂於與他人分享自己的經驗與小撇步，認真的態度與敬業精神讓她獲得「113年全國模範移工」，堪稱實至名歸。

樂觀正面、待病如親 菲律賓咪雅（BAJAR MAYLYN CODERIS）拚留在台灣工作



從零開始看護工作 主動學習照護技巧

44歲的咪雅回想起第一次來台灣是2015年，當時為了給家人更好的生活，拉拔一雙兒女長大，只好背井離鄉來台灣擔任家庭看護。她第一次接觸到的看護工作，是在台中市太平鄉照顧一位中風的阿嬤。

由於當時是咪雅第一次來台，她笑稱自己什麼都不會，但很願意學習與嘗試，經常向護理師及其他資深看護學習病房照護技巧，陪伴阿嬤積極復健，很快地阿嬤就恢復健康行走的能力，慢慢地行動自如起來。

咪雅也在三年任期結束後返國，由於她在過去三年習得豐富的看護經驗與留下的好口碑，返鄉待業不到一個月，2018年3月又再度來台，這次則是照顧一位年近八十歲、身患帕金森氏症的沈老先生。

用心照護被看護者 獲得家人信任

她每天為沈老先生洗澡、管理飲食、居家復健，還會幫忙理髮、修剪指甲，不僅讓沈老先生神清氣爽，連居住空間都整理得乾淨明亮、井然有序，甚至在房間外

的小窗台種植多肉與觀葉植物，運用巧思來綠化環境，十項全能的本事讓雇主家人覺得很貼心。

「我想做什麼，都會問太太可不可以試試看！」咪雅說，面對沒有嘗試過的事情，她想過可能對沈老先生是有幫助的，都會去跟雇主家人討論，而雇主也因為信任她而願意支持她嘗試。她說，雇主的家人發現沈老先生在她的用心照顧下，身心都有不錯的反應，更願意放手讓她去嘗試，甚至還會找其他朋友的看護一起來學習。

咪雅說，她剛來台灣的時候，真的什麼都不會，看不懂中文也不懂台灣的文化，但是她趁著先後照顧阿嬤與沈老先生的時候，觀察護理師的動作並主動詢問一些像是翻身及拍背的技巧，不僅如此，她更主動積極向職能治療師、物理治療師及語言治療師學習居家復健的技巧，讓阿嬤與沈老先生的生理機能可以慢慢復原，復健狀況更好。

勇於嘗試解決問題 熱衷鑽研新事物

不只在照護上用心，咪雅也很願意在沈老先生的飲食上多費點心思。她不僅每

日精心調配管灌的營養食品，短短十個月就讓 175 公分、只有 46 公斤的沈老先生恢復至 76 公斤，從骨瘦如柴轉變為氣色紅潤，就是她平常用心照顧的證明，甚至在積極陪伴與復健下，沈老先生也逐漸恢復可以站立、行走的能力。

咪雅表示，雖然她完全不會煮電視上看到的那種很厲害的台灣料理，但稍微可以嘗試一些簡單的菜式，為了讓沈老先生願意嘗試咀嚼、吞嚥好消化的食物，她也嘗試運用台灣食材做蛋糕，像是一般的雞蛋蛋糕跟紅蘿蔔蛋糕都在她的食譜之中，也會參考衛教單上的訊息，請護理師解釋給她聽之後再做變化。

咪雅笑說，她也不確定自己手藝如何，但每次端出新菜色時，大家都很棒，一直說好吃，這也給她很大的信心，願意繼續嘗試做菜。

除此之外，她也會依據不同的需要找出最合適的照顧方法與輔助工具，例如主動設計出「DIY 水塔式尿壺」，這是運用手邊素材資源再利用的產物，兼具實用及經濟的需求，讓高齡、行動不便的男性病患夜間可以如廁的小工具。

咪雅解釋，沈老先生晚上睡覺時需要更換尿布，但如果不小心夜尿過多時就會溢出尿布，不僅隔天很難清理，沈老先生也會不舒服，可能晚上就會喊她好幾次，兩個人都會睡得不好，因此她開始想辦法解決問題，透過改裝尿壺讓兩個人都可以一夜好眠，而這個令人稱奇的發想，也讓醫護人員佩服不已。



▲ 咪雅（右2）用心照顧雇主，她的真誠與專業精神深受肯定，榮獲本屆全國模範移工表揚

設身處地為對方著想 是看護工作成功的訣竅

咪雅說，對待這些長輩要有耐心，愛他們跟愛自己的家人一樣，雖然這是一份工作，但不能只想著錢就隨便照顧，要去思考如果自己的爸媽變成這樣子會需要什麼樣的照顧，也因為愛這些長輩如自己的家人，她覺得多辛苦都可以克服。

談到看護工作最難適應的部分，咪雅指出，「一個晚上要醒來很多次」。她解釋，因為工作場合就在家裡，只要沈老先生有需要她照顧的時候，即便是深夜都要醒過來，有時候沈老先生睡不好，每2小時醒來一次，她也必須陪著沈老先生。

至於是否想轉任中階技術工作人力，咪雅表示，只要有機會就會想留下來，甚至還會想要帶在菲律賓的兒女一起前來台灣工作，共同為更好的生活打拚。