

一袭白衣，一顶燕帽，她们从“心”出发，以卓越护理服务示范创建为抓手，持续深化以“病人为中心”的服务理念……近年来，株洲护理团队不断加强临床基础护理，改善护理服务，丰富护理内涵，拓展护理服务领域，创新护理服务模式，推动护理工作贴近患者、贴近时代、贴近社会，进一步满足全市人民多元化护理服务需求。

5月12日是护士节，今年的主题是“发展护士队伍，优化护理服务”。值此节日来临之际，市卫健委向全市护理人员发出征文邀约，请她们写卓越护理的故事，写当前护理之发展趋势。本期《健康周刊》择优刊发，借此向社会展示护理价值，让读者走近护士、尊重护士。

沿着南丁格尔的足迹……

——全市护理人员卓越护理征文选登

策划/毛瑜芳 阳杜娟 刘源 黄佳 编辑整理/朱浩

03

株洲日报

健康

周刊

2024年5月11日

星期六

责任编辑:郭亮

美术编辑:张武

校对:贺天鸿

新生命

心呵护

胡雅倩 李新风

2月20日，市妇幼保健院新生儿科迎来了一位特殊的小生命——一个孕27+5周、体重仅0.9千克的早产儿。经过精心照料，宝宝的情况逐渐稳定下来。但在2月26日复查时，发现宝宝上腹部大片状低密度阴影。医生确诊宝宝患有消化道穿孔。当天下午，医院为宝宝进行了腹腔镜探查术，成功对他进行回肠末端部分肠管切除和回肠造瘘术。

早产宝宝器官发育不成熟，消化道术后禁食时间较长，宝宝的营养供给全部依靠静脉输入，通畅的静脉通路就是宝宝的生命通道！新生儿科护理团队经过充分评估后给宝宝置入了PICC，保障了治疗药物的顺利输入，PICC管道留置共留置了32天，减少了静脉穿刺的次数，大大减轻了宝宝的痛苦。

宝宝手术后造瘘口会有肠液溢出的现象，新生儿科护理团队深知宝宝皮肤之娇嫩，保持高度警惕，精心选用造口袋进行护理，以确保宝宝的造口得到妥善照料。经过67天的精心治疗和护理，宝宝每次的奶量增加至40毫升，体重也从入院时的0.9千克增长至2.08千克，造瘘口周围的皮肤完好如初。

新生儿因疾病原因而长时间住院，母亲面临与宝宝的长时间分离。为缓解这一困境，新生儿科护理团队引进了家长参与式护理和母亲心声语言护理刺激，让宝宝能够感受到母亲的爱与温暖。

新生儿，如晨曦中的第一缕阳光，寄托着家庭的希望，照耀着社会的未来。市妇幼保健院新生儿重症监护病房深知肩负着重大使命，将用饱满的热情，周到的照顾，为每一个新生命的健康成长保驾护航。

敬重生命 传承初心

胡馨尹

安宁疗护也叫临终关怀，是指以终末期患者和家属为中心，为患者提供身体、心理、精神等方面的照料和人文关怀等服务，为患者减轻痛苦，提高生命质量，帮助患者舒适、有尊严地离开。

4月1日，为进一步改善护理服务，提升患者就医获得感，市中心医院举办安宁疗护志愿服务。在该院护理部主任谭江红指导下，来自省中医药高等专科学校的24名“准护士”，参加了活动。谭江红等带领年轻人在该院肿瘤科、血液科等科室为患者进行服务。

帮助的患者以久病的或家属照顾困难的为主。在该院安宁疗护专科护理小组组长、科护士长李娟和安宁疗护专科小组秘书胡馨尹等导师指导下，志愿者体验了各项基础康复训练，初步掌握了如何与患

者快速建立有效沟通，感受用叙事理念进行对话的魅力。

在颐康楼、创伤急救大楼，志愿者们走进老人的住院生活，聆听他们的过去，走进他们的故事，谈笑风生与惊叹声交织在一起，成了病房里动听的旋律。

张爷爷连接了心电监护仪，床旁放置了几台输液泵，志愿者帮张爷爷整理床单，把各类导线整理好并且协助张爷爷翻身。志愿者询问张爷爷是否想做踝泵运动，促进下肢消肿。张爷爷立马表示愿意配合。

在该院护士导师指导下，志愿者们帮助患者生活起居，给卧床患者按摩，进行被动肢体活动等。年轻的面孔为久病在床的患者带来了活力，也在病人身上看到了生命的勇气。



工作中的护理工作。市卫健委供图

通过机器人一键点单 享受中医服务

周琴 易心怡

我们开设了中医适宜技术上门服务板块，开展中医药、药膳、针灸、罐法等80余种中医技术，患者可通过智能化服务平台，一键点单，医护团队直接上门进行服务及治疗。

黄爷爷住在城郊，因为一些疾病，他需要定期到医院检查和治疗。为了方便他接受医疗服务，他的家人与省直中医医院老年病科签订中医智慧康养合作协议，添置小雅机器人。一天，黄爷爷腰痛不适，远在广州上班的儿子通过小雅机器人预约了一次医护人员上门

中医服务。他在系统中输入了黄爷爷的个人信息、病史和所需的医疗服务，并选择了上门的日期和时间。周护士长接到黄爷爷儿子的信息后，与黄爷爷进行连线，通过对黄爷爷症状的询问，马上安排老年病科中医治疗专科护士小凌准时到达黄爷爷家。

小凌为黄爷爷进行了药罐、艾灸、推拿按摩等中医治疗，黄爷爷的腰痛症状明显缓解。通过小雅机器人居家上门服务，黄爷爷在家中就接受专业的医疗检查和治疗。

做好基础护理 才能贴近患者

张静 何敏

在临床工作中，看似简单的基础护理工作，恰恰是帮助患者实现生理、心理满足及获得感的第一步，是护患沟通的最好桥梁，也是护士贴近患者最直接的体现。

我们每个人都把患者当亲人对待。曾有一位胸椎骨折的阿姨，孤身一人来株洲打工，不幸发生意外后没有就医的经济能力，在出租屋内卧床近十天，无奈求助于救助站，后送入市三三一医院脊柱外科。入院时阿姨胸背部疼痛明显，双下肢失去知觉，大小便失禁，生活陷入了绝望。对发生意外后双下肢无力并大小便失禁患者的护理非常有

难度，我们护士姐妹们就一起承担照顾她的责任。每当查房时，一旦发现病房有臭味，当班护士绝不嫌弃，娴熟地为病人翻身清理大小便，热情地端来清水为阿姨清洗身体。

刚开始阿姨沉默不语，情绪低落，我们就经常来床旁和她聊天谈心，不断鼓励她，舒缓她情绪。渐渐地，阿姨开口和我们说话了，脸上也露出了久违的微笑。大家自发购买或送上日常用品、护理垫等，还常从家中端来可口饭菜，让阿姨减轻压力的同时也感受到了大家庭的温暖。她紧握着我们的手说：“你们就是我的亲人……”。

慢病护理不仅在手术后、住院中

朱敏

“易伯伯，我是负责心衰院后管理的护士，阿姨出院回家后现在状况怎么样？有遵医嘱坚持服用控制心衰的药？怎么吃的，效果怎么样？每天喝了多少水，小便量多少？您现在在已经出院一个月了，需要到医院进行复诊了……”

对于心血管病人而言，慢病管理非常重要，我们的护理不仅在手

术后、住院中，更是要体现在出院后、日常生活中。为此，恺德心血管病医院的护士们带领患者修身打太极，跟着轻快的音乐节奏跳康操。

我们用真诚的爱去平抚心灵的创伤，用火一样的热情去点燃患者战胜病魔的勇气。慢病管理，医路漫漫，有爱有心，才能让卓越护理更有内涵。

深耕中医护理 护士也是“大专家”

曹蓉

我是市中医伤科医院的护士，这些年来，我将中医理论融入护理工作，根据辨证论治原则选取颞、枕、肝、胆、脾、皮质下、交感等耳穴通过按摩和贴压展开护理，成功解决多名高三学生的睡眠困扰。十多年来，我采用中医护理技术诊治患者约万人，被患者称为“耳穴达人”。

曾有一位徐姓病人因工受伤导致肘关节功能恢复不佳前来就医，表示在日常生活中连端水杯都困难，已经严重影响到日常起居，人很颓废。我了解后，问他：“大叔，看看我能帮上啥忙？”这位患者忍不住眼泪。原来，他每天被疾病折磨得很痛苦，也觉得对家人有太多亏欠。仔细观察患者耳廓变化后，我确诊其病症为经络损伤后气滞血瘀导致的肘

腕无力，于是为患者实施了耳穴压豆和耳针刺穴等治疗。在按压耳廓阳性点时，患者突然感到一股强烈的电流从耳部传导至肘腕部，随后肘腕部轻松了许多。为巩固疗效，我嘱咐患者自行多次按压耳穴，要保持双耳交替每天自行按压3至5次频率，每次每次按压30至60秒，2至4天更换1次。第二天一早，徐大叔就可以轻松喝水、吃饭保持自如活动，还能正常上班。我为他感到开心。

耳穴治疗竟有如此神奇效果，这也是我痴迷于研究的原因。当然，我们医院像我这样的护士并非个例，我们深耕中医护理，秉持护士亦是“大专家”的信念，为大家守护健康与希望。

“最后一公里”的关怀

黄梦来

如果死亡无法避免，该如何与这个世界告别？

75岁的李爷爷，因患肺癌晚期伴全身多处转移，骶尾部溃烂阵阵恶臭，每天钻心地疼痛、呕吐、失眠。他痛不欲生，脾气也大。为了减轻患者痛苦，家人带他来到了市二医院安宁疗护病房。医护人员为其制定了详细的安宁照护计划，伤口造口师也每日悉心指导，很快爷爷的疼痛得到有效控制，伤口逐渐愈合，再也没有难闻的异味伴随。李爷爷终于能安心睡一觉了。

此后很长一段时间里，他的爱人每天都会来病房和李爷爷聊起以前一起经历的事，一边回忆，一边笑。最后，李爷爷走得很安详……

在现有的医疗水平不可能使其治愈的情况下，我们选择解除现有的症状，提高生活质量，缓解患者对死亡的畏惧，让患者在安宁疗护医护人员和家人陪伴下从容面对生命终点。我们因此收到很多锦旗和感谢信，深知安宁疗护的意义和价值。我们将不断提高护理质量和水平，为生命做好“最后一公里”关怀。

全力以赴为老人上门护理

罗燕归

我每次上门护理的时候，邓奶奶总是提前估算着时间，一听到门口有动静就立马迎上来给我开门。

邓奶奶年近七十，却独自一人照顾膀胱造瘘瘫痪在床的老伴。曾经，她也是一位摄影爱好者，但现在的她几乎寸步不离守在爷爷床前。有时候，我上门为他老伴护理，她也会告诉我自己有时会感到胸闷心慌、体力不支，但她都是一个人默默承受。我很心疼脸上总挂着笑容的邓奶奶，也会为她检查一番，陪她说话，也建议她有时间到我们医院进行一次系统体检。邓奶奶答应了

我，还告诉我，不管日子有多难，快乐是一天，不快乐也是一天，所以他要开心过好每一天。

她总对我说：“小罗，多亏了市人民医院开展上门服务，我就不需要把老头子抬上抬下了。”奶奶家住的楼梯房，每次去医院都需要请人帮忙将爷爷抬上抬下。有一次，我因为当天有急事不能去给奶奶的老伴换尿管，就和奶奶说同事会来，可奶奶说：“小罗，今天你实在来不了就明天来，没关系，我等你。”她如此的肯定和认可，对我是最大的褒奖，我必须全力以赴为老人上门护理。

用心呵护 美梦成真

晏娟

1月6日一早，因失眠就医的张爹爹对前来查房的我抱怨道：“昨晚我一夜没合眼，同病室的病友打了一夜呼噜！我来治疗失眠，反而睡觉更差了。”

我立即向李波主任和护理部报告，建议开设“无鼾病房”。得到医院支持后，“无鼾病房”当天成立。次日，张爹爹再见到我时，愁容和憔悴完全消失，大家感觉他简直像换了一个人。创新睡眠调控技术

加上病房管理创新，让张爹爹“美梦”成真。

失眠会加重身体各器官的负担，引起人体内激素分泌功能紊乱，从而导致多个系统与组织器官的损害，诱发高血脂、糖尿病及中风等心脑血管疾病。好的睡眠对病人来说尤为重要。创建“无鼾病房”，可减少打鼾病人对无鼾病人的影响，使其睡眠质量得以改善，提升患者就医体验。

公益广告



发展护士队伍 优化护理服务

——株洲市卫健委 株洲日报宣

设计/左骏