

致敬

护理路上的追光者 健康路上的守护者

策划/毛瑜芳 熊燕 刘源 整理/曾彦予

核心提示

“5·12”国际护士节即将到来,一群最可爱的人走入我们的视线:面对高危传染病感染患者,他们义无反顾、挺身而出;当新生儿呱呱坠地,他们用爱与责任心细心呵护;在急诊千钧一发的危急关头,他们冲锋在前、救死扶伤……在平凡的护士岗位,TA以微光汇成火炬。在这个护理工作者的节日,市卫健委向全市护士发出征文邀约,请他们写出工作中的所思所感。本期健康周刊让我们倾听他们的心声,希望这些温暖的瞬间,不仅被患者感受和铭记,还能被更多人“看见”。

急诊科23年 与死神赛跑的“永动机”

杨勇霞

凌晨两点的急诊大厅依旧人声鼎沸,监护仪器的警报声与担架车轮的摩擦声交织成特殊的夜曲。急诊科工作节奏极快,压力巨大,而我一干就是23年。

每天清晨,我总是第一个到岗,定期模拟各种演练,不断优化服务流程,提升急诊效率。2022年寒冬的一个深夜,一场群体食物中毒事件让急诊科瞬间涌入8名患者。我迅速戴好刚摘下的口罩,冲进抢救室:“分三组!一组开通静脉通道,二组监测生命体征,三组准备洗胃!”汗水顺着发髻边缘滑落,浸透后背的急救服,但指令清晰如刀刀。凌晨四点零七分,最后一名洗胃患者的心电图恢复平稳。家属攥着我的手哽咽:“杨护士长,你们救了我全家人的命!”我摆摆手,转身奔向一位突发室

颤需要急救的老人。

“急救知识早普及一秒,或许就能多救一条命。”作为湖南省现场救护培训导师,我认为护佑人民健康不仅仅是医院内的工作,更应该延伸到社会的每一个角落。我经常利用休息时间带领团队成员,进社区、机关、学校、企业、农村开展第一目击者培训,确保培训对象能听懂、学会、敢救、会救,真正做到“以点到面”“全面铺开”。截至目前开展培训57余场,培训人数达3000余人,为健康株洲贡献自己的力量。

如今我正将多年经验编撰成《急诊护理实战手册》,书页间密密麻麻的批注里,藏着无数个与死神赛跑的惊心动魄,也希望能帮助更多危重患者“重启”生命。

面对艾滋病患者 虽然害怕但不退缩

谢美蓉

作为一名感染科护士,我深知自己肩负的不仅是救死扶伤的职责,更是守护生命尊严的使命。在艾滋病、肝炎、结核等传染病的战场上,我们面对的不仅是疾病的侵袭,还有社会的偏见与患者的孤独。然而,我始终相信,护理的温度可以融化恐惧的坚冰,专业的力量能够点燃希望的微光。

感染科的患者,往往承受着身体与心理的双重煎熬。他们有的被家人疏远,有的因疾病自卑,而我们,便成了他们最依赖的“临时亲人”。去年冬天,科室收治了一位双目几近失明的肺结核老人。他没有家属陪护,甚至连基本的洗漱、进食都成了难题。我主动承担起照顾他的责任,每天为他打水、买饭、整理床铺。一个雪后的清晨,我在为他买早餐的路上不慎滑倒,膝盖磕得生疼,但我仍坚持把热腾腾的饭菜带回病房。当老人摸索着握住我的手,颤抖着说“谢谢你,孩子”时,所有的疼痛

都化作了心底的温暖。

在感染科,护理不仅是体力活,更是一场技术与责任的双重考验。我们必须熟练掌握各类传染病的防控知识,既要保护患者,也要保护自己。面对艾滋病患者,我们不仅要精准执行抗病毒治疗,更要关注他们的心理状态,用平等的态度消除他们的病耻感;护理结核病人时,我们严格做好空气隔离,同时耐心解释用药规范,确保他们坚持治疗;遇到重症肝炎患者,我们密切监测肝功能指标,及时调整护理方案……每一次成功的救治,都是专业与爱心的完美结合。

有人问我:“在感染科工作,不怕被感染吗?”我的回答是:“怕,但更怕辜负了患者的信任。”这条路或许充满挑战,但每当看到患者康复出院时的笑容,听到他们真诚的感谢,我就更加坚定——以心为灯,我们终将照亮感染病房里的每一处黑暗,让生命重新绽放光芒。

我们不叫她弃婴 我们叫她宝贝

罗雅娜

凌晨,120送来一个裹着血迹床单的女婴,脐带渗着血。护士长解开白大褂裹住她:“宝贝你就叫笑笑吧,希望你和别的宝贝一样,有快乐人生。”

于是,我们科护士站成了临时育婴室。“妈妈”们用最温柔细致的爱呵护着笑笑:不管谁喂奶,都极有耐心;用1ml注射器慢慢喂,每一滴都要在手腕上试温;哺乳期的同事悄悄留下一袋母乳;值夜班的同事,化身“人形摇篮”,把笑笑裹在粉色抱被里在走廊来回走,直到她睡着。

满月那天,大家凑钱买了奶油小蛋糕。当我们俏皮地用棉签沾上奶油,点在笑笑鼻尖,这个出生就被遗弃的小生命忽然咧嘴,露出没牙的牙床——她第一次笑

了。后来,福利院的车来接人时,护士长把笑笑的习惯写满了整张纸:“凌晨2点换尿布”“奶粉45℃冲泡……”笑笑要走了,大家都很难过,不自觉地站在一起,目送车子越开越远。

都说儿科的护士是最像天使的,她们总是那么耐心又细致,为早产儿暖血管,抱起被遗弃的宝贝,给她们家的温暖。她们或许自己都记不清救过多少孩子,但却记得每个离别。

儿科护理的战场没有硝烟,却处处闪烁着生命的微光。我们用真心抚平伤痛,用爱心编织希望,用责任心守护成长。我们深知,自己托起的不仅是病床上的小小身躯,更是无数家庭的明天。

一个护士的进阶之路

彭丹丽

我是彭丹丽,成为护士已有十一个春秋。还记得初选这个职业时,母亲眼中满是担忧:“女孩子家,当老师、考公务员多安稳,何苦选这么辛苦的行当?”她哪里知道,在卫生院旁长大的我,早已把医护人员忙碌的身影、消毒水的气味,连同那句“健康所系,性命相托”,一并刻进了骨子里。

初入职场的热情,很快撞上了现实的挑战。科室成立伊始,我受命组织粉丝带科普宣传。那时的我,每天奔走在株洲的大街小巷,骄阳晒得皮肤灼痛,不慎丢失的手机、无数次被拒之门外的难堪,都没能浇灭心中的火。我憋着一股劲,从静脉穿刺到PICC技术,从理论啃读到实操打磨,入职仅一月便正式上岗。此后两年,100场公益讲座、万余人次的受众,三年时光让我成为全院最年轻的新护士培训导师——那些浸

透汗水日夜,终成破土的养料。

去年征战全国中医护理技能大赛,曾是我职业生涯的重要注脚。面对强劲对手,焦虑一度让我想退缩。老师看透了我的心志,晚饭后递给我一张前辈参赛的照片:“孩子,你们生逢盛世,但迎难而上骨气不能丢。”照片中前辈专注的眼神、老师温热的掌心,让我攥紧了参赛证。赛场上,我以“教科书式操作”一路突围,最终斩获一等奖——湖南日报的专题报道里,写的是无数个深夜练习时,罐子里不灭的温热。

十一年轮换五个科室,从省首届中医技能竞赛一等奖到市五一劳动奖章,从“护理尖兵”到“高层次人才”,这些荣誉从来不属于一人;是带教老师手把手地纠正,是同事递来的那瓶润喉糖,是患者康复时的一抹微笑,托举着我一路成长。

记忆会模糊 但爱永远都在

李映霞

张奶奶是一位阿尔茨海默病老人,她的老伴罗爷爷是铁路系统的退休职工,两个女儿长期定居国外无法近身照顾,而两位老人随着年龄增长,各个机能下降,记忆和自理能力逐渐下降……两位老人住到我们科后,我们每一个护士有空就陪他们聊天,哄老人吃饭,每天固定给他们监测生命体征。我们相信,陪伴是最简单而有效的良药。

平日里老两口形影不离,而张奶奶总爱唠叨老伴,没想到,后来罗爷爷患重症肺炎,住进了ICU。张奶奶见不着老伴,心里总是念叨着要找老伴。看到这种情况,护士长组织大家开了一场讨论会,集思广益想办法帮助奶奶,同时与远在国外的家属联系,希望能取得家属的支持。随着张奶奶的记忆越来越差,甚至忘记了爷爷生病住院了,总是很担心地问“我家老罗去哪里?怎么还不回来?”。我们也会不厌其烦地告诉她,爷爷生病了,还在吊

水,等爷爷好了就回来了。可这样的安抚一天不知要说上多少遍,奶奶仍旧会很快忘记。

然而,令人遗憾的是,罗爷爷最终还是没能挺过来,而张奶奶什么也忘记了,但是唯一不忘的就是罗爷爷。张奶奶每天都询问着同样的话:“我家老罗去哪了?怎么还不回来?我要去找他!”我们大家都很难过,同时又庆幸着,难过的是张奶奶失去了自己的老伴,庆幸的是她的记忆已经很短暂了,短到你现在告诉她一件事,半分钟不到又会问你同样的问题。阿尔茨海默病让奶奶忘了很多事,但是也忘记了些痛苦。

护士长常说“用心陪伴是最好的治疗,胜过任何一种药物。”在工作中,我深深体会到:认知障碍带走的是记忆,但带不走情感。当药物治疗遇到瓶颈时,往往是这些充满人文关怀的陪伴最能触动老人的心。记忆会模糊,但爱的感觉永远都在。



真正的守护 是日复一日地坚持

唐莹

“肾上腺素1mg静推!准备除颤!”医生急促的指令里,我快速地执行着抢救流程。输液管里滴落的药液折射着冷光,家属通红的眼睛像烙铁般灼烧着我的后背。当波形最终归化为直线,李奶奶突然抓住我的衣袖,枯槁的指节几乎要嵌进我的血肉:“护士,再试一次,老张最怕冷……”

当医生宣布临床死亡时,家属的哭喊声像锋利的刀片划破空气,我被推挤到治疗车旁,手背撞在冰冷的金属架上,疼痛却抵不过心底漫上来的无力感。那个瞬间,我仿佛看见十年前初入病房的自己,彼时面对死亡总会躲进值班室掉泪,如今却能在家属崩溃时稳稳托住他们瘫软的身体。护理服口袋里永远备着纸巾,不是为了擦拭抢救时的血污,而是为了接住那些无处安放的眼泪。

我又想起李奶奶和老伴在病房的那些日子——她每日坚持为昏迷的老伴读报、按摩、擦拭身体,在病房走廊重复着“老伴啊,今天出太阳了”的絮语,不过是将四十年相濡以沫的时

光,一寸寸揉进每个重复的日常。护理记录单上的数字会说话:凌晨一点,李奶奶会望着老伴床旁的监护仪怔怔发愣;凌晨三点,李奶奶会站在走廊尽头看樱花;清晨五点,她颤抖着给老伴擦脸;正午阳光最好的时候,她总要把老伴的衣服挂在窗边晒晒。这些未被写进病程记录的细节,构成了护理工作最柔软的内核。当医生宣布张爷爷死亡时,李奶奶因情绪激动晕厥了过去,我守在心电图监护旁,看着平稳的波形,突然明白生命守护不仅是技术操作,更是读懂那些未说出口的牵挂。

如今,我仍会在春暖花开时驻足病房窗口,樱花纷飞如雪,恍惚间总看见李奶奶推着轮椅缓缓走过,轮椅上的毛毯还留着阳光的味道。护理工作教会我,真正的守护不在惊心动魄的抢救中,而在日复一日的坚守中,用专业抚平伤痛,用温情延续希望。当医疗技术抵达边界时,唯有温暖能穿越生死的迷雾,在某个春暖花开的日子,让离别成为重逢的序章。

我们都要好好的

刘欢欢

“要好好的啊!”最初听到这句话的是在综艺节目《爸爸去哪儿》中那个小女孩对一位爷爷说的话,那时候的自己对这句话并没有很深的理解。在自己接触了近十年的护理工作后,我认为这句话代表着对生命的敬畏、对人的关怀、对健康的期望!

那一双对活下去渴望的眼神,让我至今难忘。

那是一位肿瘤终末期的病人,那位叔叔以前多次定期化疗,人也很随和,和他熟悉以后,平时也会与我们唠唠家常。但是有一天他突发病情变化,要转往ICU治疗,我和同事快速地把她转往ICU。当送进监护室的那一刻,他无力地看向我,但眼含泪水,似乎在同我告别。后来,他没有再回到我们科室里。但那双向我求救的眼神,对生命继续的渴望,让我感到生命有时候如此脆弱。

当我在移植病房时,遇见了一位重度地贫的小女孩。她正准备做移植,但是移植期大概要一个月左右的时间。对于一个小女孩来说,怎么让枯燥、孤单的移植经历变得丰富

一些?我们和她妈妈交谈,发现她喜欢乐高,因此我们提出可以买一套乐高让小女孩玩,用来打发时间。送进去后,我们组长把每一片浸泡、消毒、待干最后分类装好送进移植仓。这些步骤虽然烦琐,但是当我看到她在里面无聊的时候就拼着玩,化疗虽不良反应,但在乐高的陪伴下,小女孩虽有不舒服但还是坚强承受着。

有一天,那座黄鹤楼的乐高已初见成型,她迫不及待地对我说:“姐姐,我们一起来拍照吧!”我很欣慰,拿着手机隔着玻璃,和小女孩以及她的成果自拍了照片。此刻我还能记起她笑起来时那两颗大门牙,后来小女孩恢复后顺利出院,她妈妈给我们全体医护人员送了一枚锦旗,而我也在心里默默地许下愿望:“你要好好的!”

这些事,在我们的工作中稀疏平常,但是直至今,我们仍能记得我的老师对我说:“把平凡的事做好就是不平凡。”是的,“你要好好的!”这句话多么普通,但是承载了我们生命的敬畏感,对我们护理过的人的关怀。

