

▼株洲市中心医院  
护理团队正在护送  
抢救病人。  
通讯员 供图



▲株洲市二医院,护士向患者宣教合理饮食知识。  
通讯员 供图

# 群星闪耀时

## ——株洲市2026年“5·12”国际护士节特别报道

策划/熊燕 刘源 株洲日报全媒体记者/董介

明天,是第115个“5·12”国际护士节。今年的主题是“我们的护士,我们的未来;赋能护士,守护生命。”在株洲,1.5万名注册护士如同夜空中的繁星,闪耀在产房、病房、NICU、手术室……她们不一定光芒万丈,却始终温暖明亮;她们恪守南丁格尔誓言,扎根临床、坚守一线,用双手托起无数生命的希望。群星何以闪耀?不是因为彼此争辉,而是每一颗星都在自己的位置上,默默完成使命,点亮他人的生命。她们的行动,诠释了白衣天使的担当,也为健康株洲建设贡献着不可替代的力量。此次,市卫健委与株洲日报携手推出“5·12”国际护士节专题报道,记录这些星光的轨迹,致敬这片星空的守护者。群星闪耀时,每一束光,都值得被看见。



▲株洲市妇幼保健院,护理团队用情景剧化解孩子对白大褂的恐惧。  
通讯员 供图

### 株洲市中心医院 免陪护,智能随访 护理“硬核”又柔软

呼吸科病房里,护士导入患者数据,一分钟生成个性化饮食清单;创伤外科病房里,护理员24小时陪护,家属不再“轮班倒”。这是株洲市中心医院的护理日常。

近年来,该院将质量管理工具与人工智能深度融合。品管圈、PDCA、根因分析等工具在临床扎根。心脏中心团队通过数据分析,将急性心梗患者便秘发生率大幅降低,平均住院日缩短1.8天。

智慧护理亮点频出。呼吸科运用Deep-Seek大模型,打造“AI生成+医护审核”的饮食宣教系统,清单生成缩至1分钟。医院还开发数字健康助手,为重点人群提供7×24小时智能随访,让专业照护从病房延伸到家庭。

针对“一人住院、全家奔波”的痛点,医院2022年试点免陪照护,现已覆盖10个科室。创伤外科实行“一对一”陪护,综合内科推行“静音病房”,安装噪声测试仪,倡导“三轻四不”。今年4月,首批20名医学院校毕业的护理员入职。数据显示,免陪照护患者满意度达92%。

叙事护理也在生长。RICU为插管患者设置“需求圆盘”,患者指一指,护士就懂了。全院收集61个人文亮点,“水果标识病房”“荧光守护计划”“糖尿病患者救助卡”……细节虽小,贴心最暖。

从AI到免陪护,从数据到人文,这里的护理,正在重新定义“好护理”。

### 株洲市二医院: 她们用营养为抗癌“加餐”

62岁的肺癌患者李叔叔,入院时吞咽困难,只能喝粥,体重掉了15%,几乎扛不住化疗。护士们用一套精准的营养方案,让他顺利扛了过来。

这是株洲市二医院肿瘤病房的一幕。作为全市首家“规范化放疗营养治疗示范病房”,这里的护士把营养护理做成了专业。

护士每天定时为李叔叔更换鼻胃管,精准输注整蛋白制剂,待肠道功能恢复后,手把手教家属制作破壁蔬果糊,逐步过渡到口服营养补充。最终体重稳住了,放疗顺利完成。

这样的转变,靠的不是运气,而是一套标准化的护理流程。

患者一入院,护士就做营养风险评估,评分≥3分的,立即联动医生、营养师制定个性化方案。目前筛查率100%,每份病历上都贴着营养风险曲线图。治疗中,护士精准干预:放疗前指导高蛋白饮食储备能量;放疗中应对口腔溃疡、食管炎,调整细软流食;放疗后定期随访,帮患者恢复体力。

她们还推出“体重管理卡”,责任护士每周称重、记录,出院时叮嘱:“一个月内体重再降5%,一定给我们打电话。”患者手册、科普公开课、社区“营养加油站”……每月开讲,手把手教家属怎么做。

从筛查到居家,从病床到社区,这群护士用一根胃管、一张体重卡、一堂科普课,把“营养”变成了抗癌路上最踏实的后盾。

### 株洲市人民医院: “临时儿女”守护银龄

70岁的晏奶奶因重症肺炎入院,血氧骤降至70%,紧张得不肯配合治疗。护士打开了亲情陪护,女儿守在床边,9天后老人康复出院。

面对高龄、多病共存的老年患者,株洲市人民医院老年病科以“银龄安康”品牌为牵引,打出一套“技术+人文+科研”的组合拳。

入院第一道工序是老年综合评估,从疾病、营养、认知到家庭支持,多维“画像”后启动多学科会诊,制定个性化方案。

人文关怀更见功夫。全市唯一的记忆病房里,护士们成了阿尔茨海默病老人的“临时儿女”——陪聊、散步,安排夫妻同住减少分离焦虑,主动拍摄视频发给外地子女。80多岁的唐奶奶和马爷爷先后入院,护理团队制定双人照护方案,让老两口在病房里相伴如常。

针对老年患者活动能力下降,护士们定制了老年保健操、防跌倒毛巾操,每日下午集体练习。安宁疗护团队为终末期患者提供疼痛控制、心理疏导,让告别有温度。该院已获评省安宁疗护标准病房、市安宁疗护专业委员会主委单位。

科研也有硬成果。近4年获批省市级护理科研项目12项、国家实用新型专利14项,成果转化1项。

从重症救治到安宁疗护,从记忆病房到居家随访,这里的护理团队正在用专业和温情,守护每一位老人的晚年。

### 株洲市三三一医院: 护士有归属,患者有依靠

“护士睡眠日”“生日休假”“弹性调休”——这些写进制度的暖心举措,让株洲市三三一医院的护士们感到了被“宠”。2025年,该院护士离职率降至1.47%,创历史最低;同期,住院患者满意度达96.55%,较上年提升2.3个百分点。

一组数据,折射出医院“磁性护理”的双向奔赴。

所谓磁性护理,就是先让护士被关爱、被赋能,再把这份温度传递给患者。医院推行护士参与共治,鼓励一线用PDCA、根因分析等工具改进质量。2025年,25个专科质量改善项目落地,其中“提高静脉输液查对规范执行率”使查对不良事件减少52.98%。

护士有了归属感,创新力也跟着来。重症医学科护士陶维考取武汉大学护理学院非全日制研究生,成为医院首位护理专业在职研究生。全院专科护士达131名,占比32.5%。

专业的底气,最终化作患者床边的暖意。肿瘤科化疗后恶心呕吐发生率从52.5%降至18.8%;儿科打造“一米视角”儿童友好病房;妇产科用二维码+动漫视频宣教,床旁结算缩至5分钟;“免陪护”病房全年服务超14600人次。人文种子护士覆盖所有临床科室,叙事护理文章26篇,4篇被省级平台引用。

从让护士“睡个好觉”,到让患者“少吐一次,少等一刻”,这座医院的护理团队用“磁性”把两端的安心连在了一起。

计划,量身定制分阶段训练,从关节活动到防跌倒指导,辅以通俗化讲解,让患者放下担忧、从容行走。

人文关怀更融入全流程。入院一杯暖茶、一份“入院礼包”、一个安心微信号;术前有解释、术后有安慰;出院时床旁结算、暖心相送。患者生日收到祝福,术前焦虑评分降低超30%,人文关怀认可度达97%。

技术创新同样亮眼。膝关节炎科“舒筋祛法”加速术后肿胀消退,膝关节科用“足底艾箱灸”改善下肢血流、预防血栓,针灸理疗科以耳穴压豆联合放血治疗急性腰痛。近3年,护理团队获省级课题2项、市级课题8项。

从静音病房到暖心细节,从创新技术到全程陪伴——这里的护士,用专业与温度,守护每一次康复。

### 茶陵县中医医院: 小耳朵大乾坤,巧冰袋暖人心

“耳朵还能治失眠?”30多岁的女子被失眠折磨多年,头顶胀痛、月经不调。茶陵县中医医院的护理团队没有急着用常规疗法,而是为她刮痧、耳尖放血、贴压穴位。第一次治疗完,她竟然睡着了。

这是该院推广的中医护理新技术“耳部综合疗法”。融合耳穴刮痧、放血、压豆等手法,针对失眠、术后腹胀、便秘等症精准施治。一名55岁腰椎术后男子腹胀如鼓,常规处理无效,且腰以下神经感觉异常。护士创新采用耳部综合疗法,配合会阴及肛门按摩,操作中患者即感腹部发热、开始排气,5天后顺利排便。一名13岁女孩便秘长达2周,面色苍白、怕冷少言,经耳部按摩、便秘点放血、八卦揉腹,一周后大便每日一次。

不止耳朵,骨伤科的护士们还对冰袋动了“手术”。传统冰袋坚硬、易滑、漏水,患者体验差。她们用度衣床缝制多功能布袋,根据肢体曲线做成不同形状,加可调节固定带。改良后冰袋贴合牢固、柔软防漏,冷藏时间延长,患者不再觉得冰得难受,护士更换次数也少了。目前科室配备6套,反馈良好。

从耳朵到冰袋,这些“小切口”带来了康复效率与患者满意度的“大提升”。护士节来临,致敬这些在细节里较真、在技术上钻研的护理人。

### 湖南省直中医医院: 54公里上门路,AI守护不掉线

在绿口区龙船镇左家坝,一位七旬瘫痪老人,每月最盼望的日子,就是省直中医医院护士雷琴上门时。单程54公里,6年38次、4104公里,风雨无阻。旱车了,蹭路边缓一缓;下雨了,村民帮她推车。她说:“我们跑一趟,他们就能轻松很多。”

这是该院“互联网+护理服务”的缩影。自2019年平台上线,累计完成上门服务数千人次,服务量连续多年位居全市前列。

科技也在延伸护理的温度。老年病科护士站的大屏幕上,200个光点分布在城区地图上——每个光点代表一位居家老人和一台AI智能“小雅”机器人。一个深夜,系统收到独居老人异常心率预警,护士立刻联系家属和社区,20分钟后老人被送至医院。截至目前,“小雅”已服务380位老人,通过高危预警紧急就医120余人。

在肿瘤一科安宁疗护病区,走廊是青草色的——护士们特意选的,能舒缓情绪。面对终末期患者,团队用穴位贴敷缓解疼痛,膀胱健脾胃,还开展“四道人生”,帮助患者与家属道爱、道谢、道歉、道别。自2023年标准化病区创建以来,共收治近80名患者,收到700余封感谢信。

从校园到社区,护理团队也在播撒健康的种子。2025年开展急救培训百余场,覆盖师生8000余人次;中医护理走进30余家单位,服务近万人次。

从54公里上门路,到AI守护、安宁疗护、科普惠民——这支护理团队,用最朴素的方式,传递着最温暖的守护。

### 株洲市妇幼保健院: 从暖箱到产房 她们把护理变成“陪伴”

凌晨的NICU,暖箱里的早产儿听着妈妈心跳的录音,安静睡去;产房里,助产士调暗灯光,陪产妇度过最艰难的一程。

在株洲市妇幼保健院,护理不是流水线,而是一场有温度的陪伴。

针对儿科孩子怕“白大褂”,护士们用情景剧化解恐惧——打针变成“给小熊体检”,听诊变成“找肚子里的秘密”。三年积累,沉淀为一本专著《帷幕之后,心桥之上》。

针对家长记不住医嘱,病房推出“一人一方”床头卡,禁食时间、体位要求写得清清楚楚。一位患儿妈妈说:“每次看到床头卡片,心里就特别踏实。”

孕产期的照护,更是贯穿全程。早孕门诊送上“孕孕初绽”暖心包,安抚新手妈妈的焦虑;助产士手把手教爸爸会阴按摩,产前一煎熏蒸帮助妈妈恢复;出院前,还有“奶爸训练营”,换尿布、拍嗝、洗澡,一样一样教到位。

一位糖妈妈在专科护士指导下控糖成功,她说:“原来控糖不是约束,是科学地宠爱自己和宝宝。”

数据显示,该院妇科ERAS团队推行加速康复后,腹腔镜术后肛门排气时间较传统护理缩短4.5小时,患者满意度达97%。

从暖箱到产房,从治疗到陪伴,这里的护士用专业和温情,守护着每一个生命的起点。

### 株洲市三医院: 3万人次的“心事”,被他们接住了

“原来心里堵着的东西,有人愿意听。”一位企业员工在参加完心理团辅后这样说。

这句话,印证了株洲市三医院护理团队的一次重要转变:不只是在病房里——更多时候,她们走进社区、企业、学校,主动寻找“需要被听见的人”。

作为全市唯一的三级精神卫生专科医院,该院主动打破围墙,培养了一支“懂心理、会沟通、能科普”的护理团队。目前,已培养心理治疗师20余名、心理咨询师70余名、危机干预骨干20名。

在社区,护士们用情景剧、心理游戏普及失眠、焦虑的应对方法。2025年共进社区19场,服务2597人次。对居家康复的患者,定期上门指导药物管理和情绪监测。

在企业,开展团辅和减压活动28场,覆盖2932人次。同时开通心理援助热线,护士24小时值守,接住“说不出的情绪”。

在学校,设计“情绪小管家”“考前放松术”等互动课程,为家长开设专题讲座。全年进校园65场,惠及11000人次。配合学校每学期心理普测,对风险学生一对一访谈,需要时开通就医绿色通道。

2025年,累计开展心理科普讲座91场,受益群众3万余人次,完成心理筛查8500余人,其中中度以上风险者420人,均已干预或转诊。

从病房到社区,从热线到校园,这支护理团队用一次次主动“敲门”,接住了3万人次的“心事”。

### 株洲市中医伤科医院: 静音病房里的“暖”实力

走进株洲市中医伤科医院外科病房,曾经此起彼伏的呼叫铃和脚步声,如今被30%至40%的环境噪声取代——这是“静音病房”改造后的日常。

变化并非一蹴而就。护理团队从环境管控、降噪源头治理入手,规范人员行为、优化治疗流程,将病房噪声由原来的75%降至30%至40%。患者说:“终于能睡个安稳觉了。”

不止静音,这里的护理处处有“心”。术前,护士用五行音乐安抚焦虑,液体加温让输液不再冰凉;术后,康复计划细化到每一个动作。髌骨关节科推出“放心心,自在行”。

在株洲市三三一医院,医护团队为住院患者送上生日蛋糕和鲜花。  
通讯员 供图

## 看见微光 就是最好的致敬

翻开这期专版,一幕幕医者仁心的鲜活故事扑面而来:有人常年奔波在54公里乡间义诊路上,有人依托智能AI为患者精准定制膳食食谱,有人深耕钻研把耳朵到熟练成独门绝技,有人潜心攻坚为精神科病房祛除异味,有人熬制一碗碗营养暖心汤助力肿瘤患者安然度过放疗难关……

凡人善举,医者担当。这些坚守在护理一线的身影,都有着同一个内核:以专业立身,以温情暖心。

护理从不是简单的打针发药,而是藏在每一次耐心倾听、细心擦拭、始终坚守的绝不言弃里。是孩童褪去对白大褂的恐惧,是失智老人安心牵住护士这

群“临时儿女”的手,是肿瘤患者从食不下咽到顽强挺过治疗难关……无数细微温暖的瞬间,交织成医疗行业最柔软、也最坚韧的精神底色。

致敬护士,更要读懂护士背后的深层意义。这份致敬,不止于鲜花与礼赞,更在于真正看见她们的专业付出、读懂她们的身心疲惫,给予足够的尊重、关爱与归属感。赋能护士,方能守护生命;护士有归属感,患者才有稳稳的安全感。

一万五千名护理工作,便是一万五千束微光。点点星光汇聚,点亮株洲医者仁心的夜空。看见每一份坚守,珍视每一束微光,便是对白衣天使最好的致敬。



▲湖南省直中医医院,安宁疗护,最温暖的陪伴。  
通讯员 供图



▲株洲市人民医院记忆病房,护士为老人开展工娱治疗。  
通讯员 供图

▲株洲市三医院,护士与青少年进行入院访谈。  
通讯员 供图