



严碧如陪着长期卧床的老年患者沐浴阳光。  
受访者供图

## 生命两端的摆渡人

——记综合内科(田心病区)护士长严碧如

5月4日傍晚,株洲市中心医院田心病区,严碧如推着一位老人慢慢走向走廊尽头的窗口。夕阳正沉入天际,老人眯着眼睛看了很久,嘴角微微上扬。

这个窗口,是病房里视野最好的地方。严碧如常常推着病人来看夕阳,“让他们知道,生命即使走到最后,也有美好值得停留。”

### “您是第一个抱我的人”

严碧如小时候的梦想就是当护士。她觉得穿白大褂的人能帮助别人。后来她考上长沙卫校,因为热爱,学习再苦也觉得值得。

工作的最初10多年,她在妇产科。那里每天都洋溢着新生命降临的喜悦。当年她接生的孩子,如今已长大成人。当他们的父母再来医院住院时,孩子会专程找到她:“是您当年为我妈妈接生的,您是第一个抱我的人。”那些孩子,至今还叫她“阿姨”“护士妈妈”。

有一件事她记了很久。自己孕晚期那会儿,她整晚陪护一名产妇。第二天早上,产妇的父母默默给她买了一份早餐。“那一刻觉得,所有的累都值得。”

后来,她调到安宁疗护病房。从迎接新生命,到陪伴生命走完最后一程,这一转身,就是截然不同的世界。

### 让逝者安详,生者安宁

安宁疗护病房里,住的大多是老年或疾病终末期患者。医学上已没有治愈可能,镇痛、安抚、陪伴,往往比药物更重要。



朱江在对药。受访者供图

## 父亲的背影 是她30年的灯塔

——记心血管内科主管护师朱江

5月1日中午,株洲市中心医院心血管内科病房,朱江俯身为一位心衰老人调整输液速度。老人拉住她的手,声音微弱:“朱老师,有你在,我放心。”

她笑了笑,轻轻拍了拍老人的手背。这样的瞬间,30年里发生了无数次。而让她走上这条路的,是童年时父亲背着药箱的背影。

### “护理不光是打针用药”

朱江的父亲是一名乡村赤脚医生。小时候,她常看着父亲为乡里乡亲看病问诊,乡亲们感激与敬重,深深烙在她心里——行医救人,是一份有温度、有意义的事业。

30年过去,她在消化内科、心血管内科等大科室轮转,业务繁重,昼夜颠倒成常态。她有过山重,但每当看到患者在自己的照料下慢慢好转,又觉得一切都值了。

在消化内科时,有一位常年住院的肝硬化老年患者,每次来都腹胀、腹痛、情绪低落。作为责任组长,朱江除了专业治疗和日常护理,总会多抽时间陪他聊天、耐心开导。老人每次出院,家属都会特意过来道谢。

后来老人离世了,家属依然记着当初的照顾,心怀感激。

“护理不光是打针用药,更多的是一份真心相待、一份温情守护。”朱江说。

### 用心护理,用情服务

如今,朱江在心血管内科,依然每天忙碌在患者床前。带年轻护士时,她常讲:护理工作不光要技术过硬,更要尽自己的能力把每件事做到极致,用心用情服务。

“用心护理,用情服务”——这是她的口头禅,也是她30年坚守的注解。

她见证了医院护理服务的变化:从繁琐的流程到如今“以人为本”的全程优化,从患者来回奔波到如今入院、检查、出院各环节顺畅衔接,效率提升了,关怀也更细了。

疲惫时,治愈她的往往不是大事,而是患者一句朴实的体谅、家属一个感激的眼神。

“你们的理解、认可和感恩,总能在我最疲惫的时候,悄悄温暖我。”朱江说,“愿大家皆无病痛,健康平安,我们会始终用心守护,用爱陪伴。”

从乡村赤脚医生的药箱,到城市三甲医院的病房,朱江用30年时间,把父亲的医者温度一针一线缝进了自己的护理生涯。她说,这份职业的意义,就藏在每一次用心服务、每一个被治愈的笑容里。

## 编前语

春去秋来三十载,白衣执甲护初心。2026年,第115个“5·12”国际护士节如约而至。在株洲市中心医院,有一群护龄满30年的护士。她们用漫长的职业生涯,丈量了无数个日夜,也见证了太多家庭的悲欢。

她们中,有人从产房走向安宁病房,在生命的两端守候;有人身着铅衣与射线为伴,守护一颗颗脆弱的心脏;有人握着一双双冰凉的手,成为无影灯下的“临时家人”;有人被患者两代人记挂,一盒巧克力甜了很多年;有人把父亲行医的背影化作自己的路标,一针一线缝出三十年的温暖。

她们的故事并不宏大,更多是每一次俯身、每一次握手、每一次深夜巡视、每一句“别怕,我在”。今天,我们把版面留给她们——看看这股温柔的力量怎样守护着我们的健康。

王芸。受访者供图



## 无影灯下的“临时家人”

——记手术室护士长王芸

明白,护士的价值,藏在每一次看似普通的巡视里。

后来,她轮转到手术室,面对的是一张张紧张的面孔。有一次,一位年迈的老人做下肢骨科手术,紧张得血压飙升。王芸一遍遍讲解手术过程,帮他盖好被子,麻醉过程中一直握着他的手。术后,老人拉着她说:“小姑娘,有你在,我心里踏实多了,你像我的孙女一样贴心。”

如今,每天早上她都会在等候区安抚每一位等待手术的患者,问一声好,握一握手。

### “别怕,我们一直都在”

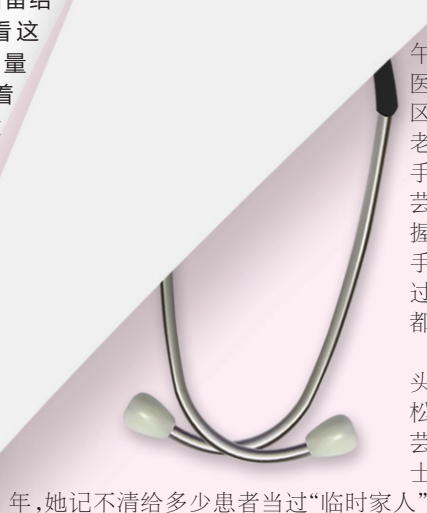
小儿手术曾是让团队头疼的事。孩子被推进手术室,哭喊着找爸爸妈妈,术前准备寸步难行。

王芸带着团队在手术室设立了儿童等候区。家长可以陪着孩子看动画片、翻图册、玩玩具,直到进入手术室。术后醒来,哭闹的孩子会被麻醉护士抱起来哄。

“躺上手术台,您心里肯定紧张又害怕,但从进入手术室那一刻,我们就已全心为您守候。”这是王芸常对患者说的话。

她经常和年轻护士讲:手术无小事,抓核查,守无菌底线,做有温度的手术室人。

30年,从病房到手术室,从年轻护士到护士长,王芸用一次次握手、一句句安抚、一个个贴心举措,让冰冷的无影灯下有了温度。“别怕,我们一直都在。”这不仅是她的承诺,更是一代代中心医院护理人无声的传承。



5月2日上午,株洲市中心医院手术室等候区,一位年迈的老人攥着轮椅扶手,手指发白。王芸蹲下身,轻轻握住那双冰凉的手:“奶奶,手术过程中我们一直都在,别怕。”

老人抬起头,紧锁的眉头才松了松。这是王芸作为手术室护士长的日常。30年,她记不清给多少患者当过“临时家人”。

### “有你在,我心里踏实多了”

刚上班第三年那个夜班,王芸至今记得。一位流产术后患者凌晨腹痛,生命体征正常,医生用了止痛药。王芸没有掉以轻心,每隔半小时就去查看。一个多小时后,患者血压骤降——腹腔内出血,紧急手术才救回一命。

“如果没有护士巡视,后果不堪设想。”那件事让她

## 铅衣下的“护心人”

——记心血管介入专科护士马慧锋

5月3日,株洲市中心医院介入手术室,红灯亮起。马慧锋换上十几公斤重的铅衣,深吸一口气,推门进入。这一身铅衣,她穿了整整17年。

从2009年主动请缨投身心血管介入护理,到如今成为医院介入护理的“老将”,马慧锋用30年护理生涯、17年射线线下守护,成为患者心中的护心人。

### 从无到有,她一点点摸索出来

2009年,医院心血管介入护理刚刚起步,没有成熟经验可借鉴。马慧锋主动请缨,投身介入护理行列。

彼时,她需要身穿十几公斤的铅衣,常年与射线为伴,在手术室里守护一颗颗脆弱的心脏。一台手术下来,铅衣下的衣服常常湿透。

“把每一个操作练到精准,把每一处细节做到极致。”她一点点摸索,一遍遍学习,慢慢成长为科室里独当一面的介入专科护士,也见证了医院心内介入护理从无到有、从弱到强的全过程。

急诊通宵值守、介入手术连台奋战、长期铅衣压身的身体负担……无数个瞬间让她疲惫到想停下。但每当看到患者转危为安,听到那句真诚的“谢谢”,她便又咬牙坚持下来。

“是专业给我力量,是责任让我坚守。”马慧锋说。

### “技术要过硬,心肠要温热”

作为科室的资深护士,马慧锋肩负着传承的使命。带



马慧锋。受访者供图

教年轻护士时,她总把自己的经验倾囊相授,叮嘱她们:“技术要过硬,心肠要温热,既要做专业上的尖兵,更要做患者心里的依靠。”

她见过太多生死,也珍藏了无数温暖瞬间。有患者在手术台上命悬一线,她沉着配合,陪他们闯过鬼门关;有家属手足无措,她耐心安抚,用专业给他们安心。

“护理从来不是冰冷的操作,而是有温度的陪伴。”她说。

30年,她先后在神经内外科、急诊、心内科历练,最终扎根心血管介入。她亲历了医院护理服务的不断升级,流程更高效、关怀更暖心,而她始终坚守在临床一线。

“不负战友的信任和病友的托付,以心护心,提灯前行。”这句话,是她30年护理生涯的真实写照。那身铅衣很重,但她扛起的,不止是铅衣的重量,更是一颗颗心脏跳动的希望。

## 30年 她成了患者两代人的老熟人

——记PICC专科护士谢竟

“认真做好当下的事,时间自会给你最好的答案。”5月1日,株洲市中心医院肿瘤科PICC置管室内,谢竟为患者调整导管,指尖轻触手臂,动作轻柔。白大褂袖口磨出的毛边、指尖因常年操作留下的薄茧,都是她30年护理生涯最真实的印记。

### 老病号撸起袖子,我相信你

2008年,谢竟从省肿瘤医院进修回来,对肿瘤病人的护理有了更深的理解。她开始在日常护理之外,找病人聊家常、聊生死。许多老病人反复住院,和她成了“战友”。“那时候每天忙完治疗,我都会多留几分钟,陪他们坐坐,听他们说话。”谢竟回忆。

2010年,她学成PICC置管技术回院。但新事物推广并不容易:病人怕成功率、怕费用、怕并发症。直到那些老病号站了出来,当着新病人的面撸起袖子:“让她看看你的血管,不成功也没关系,我相信你。”信任像接力棒一样传递。此后,湖南首家PICC门诊在中心医院开诊。

### 一盒巧克力,甜了很多年

2019年,一位老太太来做置管前谈话,全程笑眯眯地看着她。谢竟正疑惑,一旁的儿子开了口:“我爸爸2008



谢竟。受访者供图

年在肿瘤科住过院,那时候我们就认识你。现在妈妈病了,又要麻烦你了。”谢竟愣了一下,11年前照顾过的患者,家人还记着她。

后来,儿子带老太太来做导管维护时,特意带了一盒巧克力。这份跨越11年的记挂,甜进了谢竟的心里。她说,那天那盒巧克力,她没舍得一次吃完,“每次看到它,就觉得自己这30年没白干。”

如今她在PICC置管室,带年轻护士时说最多的两个字是安全——操作安全,宣教到位,病人才能安心。“不管医生护士怎么说怎么做,最希望你们康复的,是医护人员。”她说。

从“我相信你”到“还麻烦你”,谢竟用30年时间,把自己变成了患者两代人心里的那位老熟人。那些磨出毛边的袖口、指尖薄茧的茧,以及那盒很久才舍得吃完的巧克力,是她与这座城市无数患者之间,最安静也最动人的见证。

## 记者手记

## 用日常撑起医疗底色

护理工作,从来不是惊天动地的英雄主义。它是一次次深夜查房,是一次次轻声安抚,是一次次精准操作。这五位护龄三十年的护士,用最朴素的方式诠释了专业与温度如何共存。

有人问:什么是一个好护士的标准?谢竟的回答只有两个字——安全;王芸的回答是“别怕,我们一直都在”;朱江的回答是“用心护理,用情服务”;马慧锋的回答是“技术要过硬,心肠要温热”;严碧如的回答是“让逝者安

详,让生者安宁”。

她们没有豪言壮语,只有日复一日的践行。而这,恰恰是护理事业最坚实的底座。在医疗技术飞速迭代的今天,机器可以替代许多操作,却无法替代一个温暖的微笑、一次耐心的倾听、一双紧握手的手。

三十年,她们日复一日的坚守,丈量了生命的长度。这不仅是个人职业生涯的刻度,更是一座城市医疗卫生事业厚度的缩影。向所有坚守在一线的护理工作致敬!



株洲市中心医院。通讯员供图