

她,是坚守在特殊岗位的孕妈妈

刘兰,在区中心医院外科重症监护室这个护理岗位上已经工作十多个年头了。即便是如今已经怀孕七个月,却仍是坚持着,“没事儿,动动对孩子好呀。现在监护室忙,人手少,我能做就多做得。”

与她搭班的同事们总说,只要刘兰当班,监护室里的病人她都会负责安排的妥妥当当,通过每日每夜的仪器监测,患者生命体征的变化,各引流导管的色质量,来观察患者的疾病变化,及时发现、及时通知、及时救治。

“病人能通过我们的观察和救治,病情可以稳定并恢复健康,这班上才得有价值。”这是“刘兰语录”中的经典之句。

有一天刘兰值夜班,从泌尿外

科转来了一位右肾微创碎石取石术后的患者,刘兰为患者抽血结束按压时发现该患者穿刺点渗血长时间止不住,结合患者入室后的一些异常变化,她及时通知医生,协助医师及时诊断病情——全身脓毒症血症合并DIC,当即给予了紧急处理,并始终陪伴在患者身旁,进行心理宽慰。最终患者病情趋于稳定顺利转出监护室,见到了渴望已久的家人。在转回病房的半小时后,监护室收到了来自这名患者亲笔写的一封信。

随着中山医联体的发展,刘兰再一次抓住契机,在进修期间利用自己的业余时间完成了对监护室危重患者综合征评估的方案,自制了评估小卡片,使监护室每一位护士知晓了危重患者镇静镇痛的必要性和重要性;设计使用喷雾小瓶,给药后不能进食患者口干时做喷雾,既改变了以往棉签蘸水的老方法,又同时起到让口唇湿润的作用;还与同事一起制作术后早期康复的宣传册,用简单易懂的图片有效指导患者进行术后早期活动,预防术后深静脉血栓的发生。

病人们总说只要碰上穿着蓝色护士服的小兰,对上她那笑眯眯的眼睛,他们焦虑的心情就会云开雾散。而刘兰也总是笑呵呵地回应,“特殊人群、特殊岗位需要我们特殊的服务嘛……”



她,用爱心与耐心对抗慢性病

许琴是枫林街道社区卫生服务中心的一名高血压专科护士。

根据区推进社区卫生服务综合改革中关于“大力发展社区服务”和“向专科化护理发展”的要求,中心在2016年3月开设了“高血压健康俱乐部”。

为在社区发展一批高血压健康教育者,许琴制定了详细的活动计划,以健康小讲课,高血压沙龙等活动形式,为高血压患者定期开展高血压同伴教育和指导,通过这些高血压同伴教育者将高血压的健康知识更广泛的传递给身边的社区居民。到过现场的人们才发现,“高血压健康俱乐部”没有“同命相怜”的哀怨,而是充满了“如何管理疾病?哪种锻炼方式有效?怎样保持乐活心态?”的正能量。

一次,她在社区为患者测量血压,一位阿婆的血压值有点偏高,“我刚想为阿婆做健康咨询,一位经常参加高血压俱乐部活动的叔

叔就用平日里活动时学到的知识为这位阿婆一一解答。”看到有更多的人可以传递健康知识,这让许琴非常欣慰。同年4月,医院又开设了“高血压专科护理门诊”,主要开展高血压病相关的健康教育、心理咨询和生活方式指导等。“我们接诊后,会先对患者的疾病状况及疾病相关知识掌握情况进行评估,并根据患者年龄、文化程度、患病情况等制定个体化护理措施,是全科门诊的有益补充。”

大多高血压患者都知道要低盐饮食,但是到底怎么吃才算低盐饮食。为此,许琴找来了高血压的健康操和饮食方面的一些宣传资料和手册,方便患者取阅,又去学习了营养学并取得了二级营养师证书。通过对每位患者的了解,根据其不同的情况,为其介绍适合他的食物搭配和饮食习惯,起到辅助降压的作用。

“有时是治愈,常常去帮助,总是去安慰。”在许琴看来,医学不是万能的,但是帮助和安慰却是很强的心理药,在良好的沟通下,能发挥巨大的作用。



你我身边,有一抹亮色叫天使

□文\记者 姚丽敏 图\资料

你或许曾听说,或许能感知:她们是很辛劳的一群人。

根据一项全国护理工作调查结果显示:近9成受访护士因长期处于应急紧张状态,造成疲劳失眠、食欲不振等症。而腰椎病、内分泌失调、下肢静脉曲张等职业病,更是成了护士身份的证明。

在美好的春夏交季,徐汇的白衣天使们迎来自己的节日——“5·12国际护士节”。

她,让慢病患者不再受“伤”

3个月前喜欢到处旅游的朱老伯愁眉不展,原来患了10多年糖尿病的他得了“老烂脚”,就诊后被告知:为了保命只能截肢。辗转数家医院,朱老伯很绝望:没有腿,毋宁死。可是,真的没办法了吗?社区医生说:“要不您去看看大华医院伤口门诊的专家吧。”

朱老伯满怀希望地来到了大华医院伤口门诊。等到就诊时,他“傻”了,接诊怎么是护士呢?旁边的候诊患者说,她是一位“特殊的专家”。

这位特殊专家就是大华医院护理部主任杨雅,患者热切的期望,转化成她克服困难的动力,她发挥伤口专科团队的力量,查阅文献、反复推敲,形成了一套保趾截肢的治疗方案。

一周后,患者伤口脓液明显减少,一个月后,患者顺利地接受了截趾手术。

奇迹就这样发生了,朱老伯重新背上行囊到处转悠,每次旅行回来他总会到大华医院跟这位“特殊的专家”,絮叨着他的旅行见闻。

2012年,杨雅率先开设徐汇区属医院内首个伤口护理门诊,致力于让慢病患者不再受“伤”,她开设伤口护理门诊、建立各项制度和流程、组建伤口护理团队、创建上



海市伤口适任护士实训基地;她上联三级医院,携手三级医院创伤修复科促进大华医院伤口护理专科发展;她下联社区卫生服务中心、培养基层社区伤口专科护士确保伤口延续护理的质量。

在她的带领下,目前每年门诊量高达6000余人次,累计处理疑难伤口2500余例,积累了数百例的成功案例。去年,“上海市伤口适任护士实训基地”在试运行两年后顺利通过复评审,正式授牌。在7批次57所医院212名伤口适任护士的实训带教工作中获得各层级实训学员的一致好评,总体带教满意度100%。她说,患者和同行的认可是最好的奖励。

她,与患者们“相约星期五”

不久前,一位老年患者将自己“成功”更换胰岛素注射器针头的图,通过微信发送给了漕河泾街道社区卫生服务中心的护士殷颖,大爷很高兴,可细心的殷颖却看出了隐患,当即就阻止老人进行注射。

中心的糖尿病护士门诊已经开了近一年时间,从起初的门可罗雀到如今的门庭若市,“患者一般都会九点左右到,测个血糖量个血压,我会帮他们检查下胰岛素注射部位的皮肤,然后对他们的饮食、用药情况进行记录。”每周五,殷颖和她的粉丝有个“约会”,在她厚厚的患者档案里,患者的皮肤状况、口腔状况、沟通状况等都可以信手拈来。

殷颖的办公桌上,摆放着三个身着各色衣服关节小人。原来,为了帮助患者清楚了解到胰岛素的注射部位,殷颖给宜家的关节木偶穿上了自己编织的毛衣,用颜色来区分可以打胰岛素和不能打的部位,“我管这个木偶叫‘糖糖’,患者只要拿着它,再对照自己身上的部位就可以一眼看明白可以在哪里注射,真的帮了不少忙。”殷颖的诊室里,稀奇古



怪的道具还有不少,“最近新增了一个皮肤模具,触感和人体的差不多,这样患者们可以实战演练,给自己注射的时候就不会慌张了。”

遇到难题殷颖总会第一时间查资料问专家,看书学习占用了她大部分的空余时间。而接触到的病人越多,殷颖越觉得护士门诊的受众面小,“中心只能辐射周边居民区,光靠我一个人的力量也是远远不够的,希望能和家庭医生联动起来,形成团队合力,为更多糖尿病患者提供指导。”

记者手记

又是一年护士节,护士的职业在大家的眼中是神圣的,通过采访,记者真切地感受到护士工作的繁忙与辛苦,护士的工作并非只是打针、送药、测血压这些机械而重复地操作,只因有了她们无私的付出与奉献,才有了今天护理团队质的飞跃。

无数个夜班中,她们一分钟都不能闭眼,时刻守候着患者;多少次,她们为失神的患者梳洗整理,为无陪护的

老人洗去脸上的污垢;多少次,她们为患者送去温馨的鼓励与支撑生活的信念;多少次,她们为熟睡的患者拉上被角;多少次,她们为抢救病人而忘记吃饭与休息;多少次佳节团圆时,她们却只能守护在病人身旁……时代在前进,社会在发展,她们却始终没有忘记自己作为一名护理人员所肩负的那份神圣使命,用自己的真诚、细心、耐心与坚持,为患者撑起一片美好宁静的天空。