

城事

“5·12”护士节致敬平凡岗位上不平凡的你

“护士的职业成长路径更宽了”

救死扶伤,他们冲在一线;抗击病毒,他们临危不惧;面对患者,他们无微不至……每年5月12日是国际护士节,每年这一天,社会都会关注一个平凡而伟大的群体、一个被称为“白衣天使”的职业——护士。新快报记者采访了不同岗位的三名护士代表,倾听他们从业的心声,以此祝每一名护士节日快乐。

外科护士长,主任护师

黄师菊



“专科护士有了自己的门诊和患者”

把学习当成习惯,把工作当成事业,42年漫漫医者路,中山大学附属第三医院外科护士长黄师菊以高度的责任心和饱满的工作热情,细心、耐心护理每一位患者。耕耘于临床护理与教学、加速康复外科、临床营养与吞咽护理等领域,先后获国家卫计委优质护理服务突出个人、中国护理管理创新卓越奖、广东省康复医学会科学技术二等奖等荣誉。

从业42年护理“学霸”勤提升

黄师菊从护士学校毕业后在江西老家医院工作,1991年南下来到中山三院工作,今年年龄刚好满42年。“学习”二字贯穿了这段岁月的始终。作为综合性教学医院的一员,她承担了临床护理、护理教育、护理科研、护理管理等全面工作。

从一名只会打针、换药的护士,一路努力提升护理学科能力,成长为主任护师。其间,她将所学所知撰写成40篇

文章发表在核心期刊上,拥有实用新型专科2项,主编专著2部,参编3部;主持参与省级基金5项,主持申办国家级/省级继续教育项目20多次,是前4届《临床营养专科护士》培训项目负责人……2017年获国家卫计委优质护理服务突出个人。她还与团队一起进步,2018年获广东省护理学会十佳优秀护理管理者;她所在的学习型护理团队获2019年广东省护理学会护理管理创新特等奖。

精心钻研为患者提供专业服务

出院后何时可正常饮食?造口拆线四天后发现拆线边缘处有皮肤破损,怎么处理?淋巴水肿如何自我管理?手术后多久可以洗伤口?洗澡时应当注意什么问题……俗话说“三分手术七分护理”,许多危重病人或大手术病人回病房、出院后,术后的心理护理、饮食护理和伤口护理有不言而喻的重要性。患者也有林林总总的问题,需要专业的解答、处理。

“十多年来,随着国内医疗专科划分越来越细,专科护士应运而生,我们都有自己的门诊,也有了自己的患者……”黄师菊告诉记者,现在护理工作从功能制护理进入责任制护理时代,每名护士每天管理8名患者,“与医生团队配合,全程跟进护理工作,助力患者康复,他们也很信任我们。”作为最早一批卫生部优质护理示范医院,黄师菊表示,这种护理模式在提高护理服务水平、创新服务意识、引进新技术新理念等方面发挥积极作用。例如,她带领团队,构建了中山三院营养护理模式,为住院患者进行营养筛查、评估、干预和饮食指导、效果评价。她除了担任广东省护士协会临床营养护理学科联盟主席,还是中华护理学会等4个学会组织的临床营养专科护士实践基地负责人。

“现在的护士跟以前相比,职业的成长路径更加宽泛,护士可以有很好的发展前景,有很高的职业成就感。”黄师菊勉励后辈说。

急诊科区护士长

程龙



“把病人抢救过来后特别有成就感”

“开始工作时,男护士比较少,也会遇到异常眼光,现在急诊科90名护士,男护士数量增加了10名……”在中山大学附属第三医院护士一线岗位工作12年的程龙,在学习工作过程中,慢慢培养了对医学的兴趣,也获得了满满的成就感。

高考时他被暨南大学提前批录取,并调剂到了护理学专业。班上30个人中有10个男生,除了1个是自主报考,其他男生都是被调剂的。毕业后,程龙在中山三院的急诊、手术室、心血管内

科、肾内科、脊柱外科等科室轮转了3年,最后主动选择了很多人不愿意去的急诊科,“相比其他科室,急诊科的护士自主性更强,更能够体现自身的价值。”

“男护士体力好、抗压能力强。”他认为急诊出车、抢救患者需要用担架抬病人,实施心肺复苏抢救时男护士更使得上力;面对突发紧急事件更镇定,对呼吸机、心肺复苏机等仪器上手也更快。

在急诊科,程龙和同事们总是处理一些最危急的情况,比如心肺复苏、电

击除颤、气管插管等。“不光提高专业素养,更锻炼心智,每次把病人抢救过来以后特别有成就感,经常要面对死亡,对生命的意义也有更深刻的理解。”

疫情严峻时,无论是驰援武汉抗疫,或是支援市八医院,都有程龙的身影。去年年底疫情高峰期,合并基础疾病、高龄等新冠患者挤满急诊科,人手严重不足,他和许多医护都陆续阳了,但退烧两三天后,大家都主动返岗,守护危重症患者。“让他们平安度疫,疲惫但欣慰。”程龙说。

助产专科护士

陈斯



“服务好每一位伟大的准妈妈”

在医院有这样一群人,她们是护士,是病患的照顾者,同时也是新生命降临的见证者,她们被称为助产士。在产房里,她们全程陪伴产妇顺利度过分娩,用助产士专业、娴熟的技术和优质、暖心的护理服务,为广大孕妈们的自然分娩保驾护航。有12年工作经历,34岁的助产专科护士陈斯正是其中一员。

“孕妈妈们分娩时会经历漫长的宫缩疼痛,会紧张、害怕、焦虑,甚至因为对分娩的恐惧而产生了剖宫产的念头。”陈斯介绍,这时助产士会一直守候在孕妈妈们的身边,帮助她们缓解宫缩的疼痛,同时进行心理的安慰和疏导,帮助孕妇调整情绪,避免对顺产产生恐惧心理。

今年年初产科病房收治了一位初产妇陈妈妈,孕28周时因为先兆早产入院进行保胎治疗长达一个半月。出院

后,4月17日凌晨五时许,陈妈妈出现了下腹痛伴见红,急匆匆地来到医院。由于是初产妇,阵发的宫缩疼痛感让陈妈妈内心非常害怕和焦虑,有了想要剖宫产的想法。陈斯了解到孕妇的情况后,建议让家属进入产房进行陪伴分娩,鼓励陈妈妈要树立对自然分娩的信心,耐心地讲解分娩的过程和每个阶段配合的方法,让陈妈妈很快冷静下来,同意继续试产。

在待产期间,陈斯全程陪在陈妈妈身边,给她加油鼓劲。通过使用分娩球、自由体位、温水淋浴的方法,陈斯使产妇的身体放松,帮助产程进展。在陈妈妈腰背部疼痛时,陈斯用豆袋给产妇热敷和按摩腰部,缓解疼痛。在坐分娩球的同时指导陈妈妈练习拉玛泽呼吸法,握住陈妈妈的手,一起进行呼吸。

经过6个小时的一对一陪伴和帮助

下,陈妈妈宫口终于开全了,助产士不厌其烦地指导陈妈妈正确的用力法和呼吸技巧。随着哇的一声哭响,陈妈妈终于成功地迎接小宝宝的诞生。这时陈斯虽然非常疲惫,但是在产后两个小时她还是陪伴在产妇身边,给陈妈妈热饭,让她产后及时补充能量和恢复体力。

助产士是陪伴千万孕妈成功分娩的第一人,也是拥抱新生命的第一人。陈斯告诉记者,“产房里每一位助产士都在自己的岗位上尽心尽责,服务好每一位伟大的准妈妈。”