

常言道，“三分治疗，七分护理。”5月12日是国际护士节，今年的主题是“发展护士队伍，优化护理服务”。在5月11日国家卫生健康委召开的新闻发布会上提到，护理队伍的壮大和提升直接关系着患者的生命健康和就医体验。

现实中，工作量、学历和工作水平要求、薪资报酬等问题是这个群体的困惑之地。在国际护士节之际，记者聚焦护士群体工作现状，探寻“白衣天使”路在何方，他们又将如何托起亿万人健康。

A 护士工作量大，回报相对较弱

“ICU病房的护理任务都比较紧急，工作中压力比较大，有时会有一种无力感。”毕业于广东某卫生学校护理专业的钟礼（化名），2022年毕业后进入了广州一家大型三甲医院，今年4月，在心内科病区轮转的他选择在转正前从医院离职。

对钟礼来说，护士是一个不错的职业，作品内容专业精细，有稳定的收入，工作内容也是自己的兴趣所在。但他说道：“护士要完成医生不做以及护工不能做的工作，大量的基础护理工作依然非常繁琐。目前对护士的科研能力要求越来越高，而大专生无法具备硕士研究生同样的科研能力。”

近几年的数据表明，我国三甲医院的护士岗位面临缺口，而且呈现逐年递增的趋势。曾有面对2022年全国三甲医院10781

B 专科化成趋势，增强职业认同感

“不再是以前大家想的打针发药这么简单，护士的工作技术含量越来越高了。”中山大学附属第三医院神经内科护士长阮恒芳告诉记者，如今专科划分越来越细，护士需要掌握的技能也增多。

面对神经内科脑梗中风、脑血管疾病、老年痴呆症等患者，护士会结合电脑辅助系统进行早期更详细的测量筛查，并通过三维成像技术进行患者功能评估。

广州医科大学附属第五医院冠心病监护病房护士长代淑静是一名静脉治疗专科护士，每周都出诊该院开设的静脉导管门诊，为患者提供置经外周静脉置入中心静脉导管（PICC）、输液港等静脉导管定期维护服务。她告诉记者，自己已在院内开展手臂港、导管尖端心电导联定位技术等多项新技术。

据了解，要成为能独立出诊的专科护士，一般需要有5年以上的临床工作经验，参加过培训班学习考核，并在省级、国家级基地完成实践。

如今，护士专科化已成为趋

势，对护士学历、工作能力都提出了更高的要求。数据显示，截至2023年年底，全国注册护士总量达到563万人，每千人口注册护士数达到4人，具有大专以上学

历的护士超过80%。而在广州排名前列的一些三甲医院，护士本科率接近95%。

这是一场有意义的“卷”吗？在南方医科大学护理学院社区和老年护理学系主任高钰琳看来，由于护士在专科领域比较精深，甚至比医生更加深入钻研，例如更懂得如何处理伤口造口，这在一定程度上能提升护理的专业度和精准度。在提升护理学科实力的过程，护士的职业认同感也会增强，从而推动临床实践的发展。

有的患者担心：护士去做科

研，那么会不会临床护理的人少

了？广州某三甲医院护理部主任向记者表示，大医院对护士人才的培养是有严密培养计划的，

护士按层级进行划分，一些高

层次护士科研、教育等方向发展

时，在临床护理患者的护士依然

根据床护比进行配置。姚惠也表

示，临床是科研的基础，硕士学位的护士一样要从临床做起。

根据广东省卫生健康委日前公布的数据显示，近年来，全省注册护士总数从2012年的20万人增加到2023年的45.1万人，医护比增加到1:1.25，护士队伍学历构成、职称构成正在持续优化。

广医五院特需病区，护士在和患者聊天 医院供图

白衣天使「路在何方？」

羊城晚报记者 朱嘉乐



真功夫+自主权 专科护士发威

羊城晚报记者 张华 通讯员 黄睿 林爱怡 刘文琴

“我们专科专岗护士有更多的自主权，可以帮助患者解决问题。”第113个国际护士节，中山大学孙逸仙纪念医院举办了“5·12”专科护士义诊活动。

该院护理部主任邱逸红介

绍，医院目前开设专科护理门诊

16个，出诊专科护士25人，年护理门诊工作量超过2万人次。

她们凭借自己的专业知识，疗愈无数患者。

疗愈“身心的伤口”

靠技术更靠耐心

“麦梨芳护士帮我保住了脚，也保住了我的命。”回想起2017年自己因为糖尿病感染发生骨髓炎，差一点要截肢，韦先生对中山大学孙逸仙纪念医院内分泌内科糖尿病足护理团队麦梨芳副主任护师感激之情溢于言表。

“当时，右脚红肿，足底伤口占了半个脚掌，可以看到骨头，我家里人都不敢看。当时住院时，医生表示感染严重，要保命就要截肢。”韦先生说，“我当时才50多岁，无法接受截肢，于是四处打听有没有无足的方法。”随后，韦先生就转院至中山大学孙逸仙纪念医院。

经过3个多月的悉心护理，邹女士的伤口终于愈合了。

住院治疗，加上每个星期的

门诊清创护理，三个多月后，韦先生不仅保住了右脚还保住了性命。7年来，韦先生定期到内分泌内科糖尿病足护理门诊复诊，“麦护士不仅告诉我如何护理自己的脚，连我家属也一一叮嘱，真的是很细心，我的脚交给她，就放心了。”

“看到腐烂的糖尿病足经过我们护理，能够重新长出肉芽，我们内心是满足的。”麦梨芳表示，再苦再累也值了。

探索“更多可能”

挖掘深度拓宽半径

近年来，各大医院护理实力不断提升，影响力持续增加，护理队伍也不断探索“更多可能”。据悉，中山大学孙逸仙纪念医院自2021年开始为患者提供“互联网+护理服务”，通过“线上线下、线下服务”的方式为行动不便的患者提供上门护理服务，扩大优质护理服务的半径，提升人民群众的就医获得感。

据悉，与普通护士相比，专科专岗护士在治疗上拥有更多的自主权，“在医生的审核下，我们可以给患者开部分药物，以及给出治疗方案，帮助他们解决难题，我们专科护士的成就感和满足感正是来源于此。”吴仙蓉说。

专科护理 帮患者避免截肢

“麦梨芳护士帮我保住了脚，也保住了我的命。”回想起2017年自己因为糖尿病感染发生骨髓炎，差一点要截肢，韦先生对中山大学孙逸仙纪念医院内分泌内科糖尿病足护理团队麦梨芳副主任护师感激之情溢于言表。

“当时，右脚红肿，足底伤口

占了半个脚掌，可以看到骨

头，我家里人都不敢看。当时住

院时，医生表示感染严重，要保

命就要截肢。”韦先生说，“我当

时才50多岁，无法接受截肢，

于是四处打听有没有无足的方

法。”随后，韦先生就转院至中山

大学孙逸仙纪念医院。

经过3个多月的悉心护理，

邹女士的伤口终于愈合了。

“这种伤口如果按照普通外科护

C 学历要求提高，高校帮助规划方向

为应对时代对护理工作的新要求，护理教育也顺势而为。今年，护理列入国家控制布点专业。从二级学科到一级学科，再到国控专业，护理行业的门槛越来越高。高钰琳教授告诉记者，在新人职的轮转期过后，硕士学位、优秀本科学历护士可以往专科护士、教育护士、科研护士等精专方向培养。

在南方医科大学，职业规划课程是护理专业学生从大一开始就要接触的一门课程，所有学生都有机会与导师进行交流。学生通过医院见习感受临床实

践，通过护理研究课程及创新创业项目参与科学研究，在不同方向的尝试中更加明确自己未来的发展方向。

对于如何更好培养护理专业学生未来成为护士苗子，高钰琳认为，通科教育十分重要，一方面培养学生专业知识技能的硬实力，另一方面也要提升发现和分析问题能力、人文素养等软实力。“学生要在全面武装自己，在学习阶段明确将来护理工作的内容，培养自己健全的人格，这样会在工作中更有成就感和认同感。”



护士为肋骨骨折固定术后患者行胸带固定 医院供图

D 护理员+护士，试点“无陪护病房”

近日，福建、天津等地的医院推出“无陪护病房”引起了广泛关注。这一模式下，患者住院期间的护理由懂技术的专业护理团队来完成，不需要家属陪护。与花费高达两三百元聘请护工相比，护理员的每日护理费仅需家属支付数十元到一百多元不等。

据了解，当今多数医院的护工队伍往往文化程度较低、缺乏专业培训，一般只能做到基本的陪伴和照看，以及协助护士完成体力劳动。在无陪护模式下，护理员要经过专业护理培训，合格后才能上岗，可以承担日常护理以及技术含量低、风险低的非有创操作。

“对于患者来说，无论是护士还是护理员、护工，他们的需求就是希望自己得到足够充分的专业耐心的陪护。”姚惠表示，护士的日常工作量大，是否能够充分满足患者的护理需求，也与医院的床位比（医院床位数和护理人员数量的比例），即护理人员的配备有很大关系。

高钰琳认为，如果护理员在经过学习陪护照料的专业知识、与患者沟通的方式方法之后能够上岗，一定程度上能辅助护士工作，同时工作内容比护工更加专业。“对于从中专毕业以及未持有护士执业

资格证的护理专业学生，护理员的岗位可以是一种选择。”

2023年6月，国家卫生健康委员会、国家中医药管理局印发《进一步改善护理服务行动计划（2023—2025年）》，提出加强护士人力配备。医疗机构要根据功能定位、服务半径、床位规模、临床护理工作量和技术风险要素等科学合理配置数量充足的临床护理人员。

“如果护理员需要由医院聘请，那么会增加医院人力成本的投入，而护理项目的收费却不高。同时，在对三甲医院考核评审中，医护人员的学历分布也是其中一项指标，这也会让医院对是否招收护理员打一个问号。”在业内人士看来，护理员这一岗位的推广仍然道阻且长。

随着人口老龄化程度的加深，人们对医疗护理的需求日益增多。姚惠表示，希望将来护士的薪酬待遇能进一步提高，同时提高对护士群体的社会认可度。相关负责人在11日国家卫生健康委召开的新闻发布会上表示，目前，国家卫健委会同有关部门研究制定关于加强护士队伍建设，优化护理服务的文件，希望发挥政策的支持引导作用，进一步发展优化护理服务。

德叔医古系列 413



广州中医药大学副校长、广东省中医院院长 张忠德教授

痛风发作苦不堪 湿热初夏巧调理

文/羊城晚报记者 林清清 通讯员 沈中

E 医案 罗叔，51岁，尿酸高2年，痛风发作1周

51岁的罗叔，年轻时应酬多，饮食不节制，作息不规律。

两年前一次应酬后，罗叔出现了踝关节疼痛难忍，确诊了痛风。虽前吃了不少止痛药、降尿酸药，但每次应酬熬夜之后都少不了痛风发作，疼痛难耐。近两年来，罗叔觉得自己越来越容易累，吃得也越来越少。前段时间

间，一顿大餐后痛风又发作了，踝关节肿得特别厉害，又红又烫，连走路都困难，还口干、烦躁、睡不好。吃了2天止痛药，疼痛略微缓解，却开始腹泻，一天跑十多趟厕所。停药后腹泻是好转了，但还是稍微吃一点就腹胀。备受折磨的罗叔在邻居推荐下向德叔门诊求助。

F 德叔解谜 虚弱脾胃遇上初夏湿热

德叔指出，罗叔的痛风是源于长期饮食不规律，耗伤脾胃阳气。随着年龄增长，脾胃的阳气愈加亏虚，罗叔就出现了疲倦、胃口不好的症状。脾胃运化人体的水湿，脾胃阳气不足，水湿就会停留在体内。

如果留在了关节，郁久化热，湿热结合，便会引起痛风。

目前虽是初夏，但广州闷热潮湿，外界的湿热很容易与体内的湿热相结合。湿热内

盛，就容易口干、烦躁、睡不着觉，还会诱发痛风急性发作。内外相合，所以这次罗叔的症状比之前更加明显。加上罗叔用药不规范，进一步损伤了脾胃，也导致了腹泻。

治疗上，德叔先以清利湿热为主，辅以健脾补气，治疗2天后，罗叔的关节痛已经明显缓解，口干、烦躁的症状也消失了。之后以健脾补气祛湿为主，调治2周后，罗叔的痛风再没发作了。

G 预防保健 日常起居避外湿，健脾补气祛内湿

炎热潮湿的暑夏，像罗叔这类痛风患者想要减少发作频率，日常要注意避开外湿，起居上要避免淋雨或在大雾天外出，衣物淋湿要及时更换，选择在阳光灿烂时段开窗通风。

同时还要避免内湿的生成，尤其要保护好脾胃。饮食上要少吃甜食和油腻之品，避免此类滋腻之物聚湿生痰；慎食冷饮、冰冻的瓜果，以免耗伤脾胃阳气。

日常可用中药泡脚，以清热化湿止痛。将黄柏30克、苍术30克、海桐皮30克，一起放入锅中，加入适量清水煎煮30至40分钟。取药汁待温时（45℃左右）泡脚。每天10至15分钟，1周4或5次。

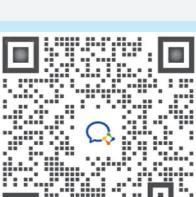
H 德叔养生药膳房

I 陈皮扁豆饮

材料：陈皮3—5克，白扁豆20—30克，薏苡仁20—30克。

功效：健脾益气化湿。

做法：诸物洗净，白扁豆用温水浸泡1小时，放入瓦煲中，加适量清水煮至豆烂，代茶饮。此为1或2人量。



提问
有
问题
扫
码
问
德
群
可

文/丁钰

J 换了心脏后，还可以生宝宝吗？

近些年，随着我国心脏移植（即我们平时俗称的“换心”）后生存率逐步提高，接近或达到国际领先水平，越来越多的终末期心衰患者（心脏衰竭非常严重，经过充分的药物治疗仍难以控制的患者）选择接受心脏移植的治疗。其中一些移植术后女性正处于或即将达到生育年龄，故不可避免地会遇到结婚生子的问题。国际移植学会提供了心脏移植后怀孕和生殖健康方面的指导。通过多学科专家的共同努力，心脏移植后是可以生出健康的孩子的。孕前、孕中及产后有何注意事项？

K 孕中：每月进行一次心超

国际指南建议，受孕前应通过心电图、心脏彩超和冠脉造影对心功能进行评估。此外，还应评估肝肾功能、尿蛋白、血红蛋白、血糖水平、尿常规以及感染指标等。如果怀孕前各项检查都没问题，怀孕后建议每月进行一次心超检查。

此外，应经常监测他克莫司或环孢素的血药浓度，因为怀孕后会导致上述两种药物浓度的显著降低。这一点尤其重要，因为怀孕时不能使用赛可平、晓悉或西罗莫司，因此维持他克莫司或环孢素的血药浓度对于保持稳定的心功能更为重要。

L 孕前：管理抗排斥药

怀孕时使用该类药，会造成孕妇流产率和出生缺陷率升高。不过，心脏移植后的女性使用该类药不影响其配偶怀孕及胎儿生长发育。

此外，目前还有一类抗排斥药：西罗莫司和依维莫司，这类药目前因临床证据不足尚未在指南中推荐。

M 孕期：计划受孕