



秉恒致医 和精生命
仁德筑基 利民为本



扫码关注南阳市第一人民医院
医院微信公众号

卧龙区医疗健康服务集团

南阳市第一人民医院信息

2023年5月12日 星期五 第5期 【护理专刊】 总第469期 (内部赠阅)
南阳市第一人民医院主办 地址:南阳市人民南路 网址:www.nyrmmy.com 急诊急救电话:0377-63310120 医院咨询电话:0377-63310070

表彰先进树典型 白衣天使展风采

卧龙区 5.12 国际护士节表彰暨文艺汇演在我院顺利举行

5月10日,卧龙区5·12国际护士节表彰暨文艺汇演在我院举行。卧龙区政府副区长冯自敬,区卫健委负责人、我院党委书记窦晓蓓,区政府办党组成员许琨,区卫健委党组成员雷鑫,区卫健委党组成员、区中医院院长李红池,区妇幼保健院院长樊斌及全区医疗系统负责人、受表彰护士代表等300余人齐聚一堂,共同庆祝第112个国际护士节。大会由院长马磊主持。

会上,卧龙区副区长冯自敬代表区委、区政府,向全区广大护理工作同仁致以节日的问候,向受到表彰的先进护士集体和个人表示热烈的祝贺。卧龙区卫健委负责人窦晓蓓对区卫健系统护理工作情况进行总结。我院工会主席杨付莲作医院护理工作汇报。

表彰会上,区卫健委党组成员雷鑫宣读卧龙区卫健委关于表彰2022年度“最美护士”“十佳护士长”“先进护理团队”“优秀护理管理者”“优秀护士”“优秀感控护士”的表彰决定。我院党委副书记张琳琳宣读南阳市第一人民医院《关于表彰2022年度“优秀护理管理者、优秀护士”的决定》《关于表彰护理

岗位技能竞赛获奖者的决定》《关于表彰护理科研创新之星的决定》。

会上,462名优秀护理工作者和15支先进护理团队获得表彰嘉奖,与会领导为此次受表彰的护士集体及个人代表颁发荣誉证书。

卧龙区“最美护士”代表、南阳市第一人民医院韩卫卫,卧龙区“十佳护士长”代表、卧龙区妇幼保健院李菊,南阳市第一人民医院“护理科研创新之星”代表梁金玲作先进事迹报告。

表彰大会结束后,我院临床各科室护士为大家带来了精彩的文艺汇演,活动现场高潮迭起,台下观众掌声不断。

(文/图:宣传科 朱珂珂 韩佳芮)



致全院护士一封信

全院护士同志们:

你们好!第112个国际护士节如期而至,我们谨代表医院党委及领导班子向长期奋战在临床护理第一线,为保护人民群众生命健康付出辛勤劳动和汗水的护理工作者们,致以诚挚的节日问候和崇高的敬意!

过去一年,全院护理工作者在院党委、院班子的带领下,始终把人民群众的生命安全和身体健康放在第一位,以“关键时刻冲得上,困难关头豁得出”的坚决,齐心抗疫、共克时艰。在第一完全学校方舱,你们在艰苦环境中,创建新冠患者的救治驿站,缓解了疫情救治压力;在疫情防控新十条发布后,你们服从调派,日夜守护,迎战重症高峰;在对外驰援的战场上,你们赴上海、援郑州、转战省内四个城市,协同来自全国、全省的医务人员高效转运、救治阳性危重患者,展现了我院的护理精神,塑造了优秀的职业风范!2022年,全国疫情防控工作取得了重大决定性胜利,历程极不平凡,成果来之不易,你们用担当精神践行铮铮誓言,用无私奉献彰显使命担当,医院为你们自豪!

在危难时刻,你们挺身而出,在医院发展建设中,你们聚力奋进。2022年是实施“十四五”规划的关键之年,是党的二十大胜利召开之年,也是我院

建院70周年,面对新征程、新挑战,全体护理人员在医院和护理部的正确领导下,坚持以高质量发展为首要任务,围绕医院“一二三四五”发展战略及“十四五”规划,将作风建设与中心工作一体推进,壮大护理力量,培养专科人才,完善学科建设,培养高质量护理团队。以求真务实的工作作风、创新发展的工作思路做亮点、强基础、控风险,修订质控指标,做精质量管理,优化学科团队,落实护理管理人员培训计划,组织全院护士长分批到省人民医院学习深造。开展“优质护理服务再提升活动月”活动,召开“继往开来、独具匠心”护理科创大赛,成功申报成为“中-欧(EWMA)河南国际伤口治疗师学校”实践基地,举办第一届“脑健康管理师培训班”……这些成绩的取得离不开大家的拼搏与奉献,医院为你们骄傲!

同志们,时代在召唤,人民在期待,希望大家赓续南丁格尔精神,履行关爱生命、维护健康的崇高职责,着力医院发展,与时俱进,勤于学习,不断拓展服务领域,精准对接人民群众的健康需求,为增进人民健康福祉、推进医院高质量发展汇聚磅礴力量!

党委书记:窦晓蓓 院长:马磊
2023年5月12日

为弘扬南丁格尔精神,展现护理工作风采,近日,我院举办了“5.12国际护士节”系列活动,致敬每一位温情坚守、护卫生命的白衣天使。

院领导班子暖心慰问临床一线护理人员

5月12日,我院党委书记窦晓蓓、院长马磊带队看望慰问我院临床一线护理人员,向辛勤工作的全院护士致以节日的问候和崇高的敬意。

慰问中,院领导与医护人员亲切交谈,并送上鲜花和致信,感谢他们在工作中默默无闻的无私奉献,对他们不辞辛苦、舍小家顾大家的责任与担当给予高度赞扬和充分肯定。

今年我国护士节的主题是“发展护士队伍,改善护理服务”。院党委书记窦晓蓓表示,全院广大护理人员始终传承南丁格尔精神,在平凡护理岗位上用双手呵护生命、用微笑温暖人心,她们于平凡中见伟大、奉献中见关爱。

清水河畔 白衣天使畅游美丽白河

5月11日,我院为优秀护理人员精心安排了“相约清水 畅享未来”5.12护士节系列活动之白河游。院党委书记窦晓蓓、南阳白河水上游宇宙旅游发展有限公司总经理李文娣参加活动并致辞,300余名白衣天使畅游美丽白河,领略魅力南阳大好风光。

随着汽笛的长鸣声,游船从槐香湾码头缓缓驶出,向白河上游驶去,船上的白衣天使们尽情欣赏美丽的白河风景。

繁花五月致敬天使 精彩活动纷至沓来

我院举办“5.12国际护士节”系列活动

此次“5.12”护士节游船活动,展现了我院护理人员良好的精神风貌,提高了团队凝聚力,使广大护理人员今后能够以更饱满的精神状态投入到医院发展的建设中去,为百姓健康保驾护航。



设中去,为百姓健康保驾护航。

南丁格尔志愿护理服务队走进光大敬老院

5月12日下午,我院南丁格尔志愿护理服务队走

进光大敬老院开展义诊及护理科普活动,将暖心关怀和优质护理服务送到老人身边。

在光大敬老院,来自护理部、健康管理部、肝胆病诊疗中心内科、神经内科、神经外科、心血管内二科、康复医学科、内分泌科的十余名护理专家,用浅显易懂的语言为老人们讲述健康知识,并为他们测量血压、血糖,发放健康手册,有针对性地健康咨询指导和答疑解惑,倡导他们养成健康的饮食习惯。

书香承泽梦想 阅读点亮人生

在5.12国际护士节来临之际,我院护理部走进梅城公园举办了以“书香承泽梦想 阅读点亮人生”为主题的读书分享会,来自全院各科室的50余名护理人员参加。

通过此次读书分享活动,大家养成“读好书、好读书”的良好习惯,将所学所悟运用到临床护理工作中,努力将读书成果内化于心,外化于行,不断提高全体护理人员的知识水平和业务素养,为护理工作创新发展提供精神动力、思想保证和文化支撑,做有温度的“白衣天使”!

回望过去,丰碑无语,行胜于言;展望未来,任重道远,使命在肩。我院护理队伍将继续铭记白衣天使职责使命,全面提升职业素养、专业能力、创新精神、极限意识,不断拓展服务领域,为增进人民健康福祉、推进医院高质量发展汇聚磅礴力量,为“建强副中心 卧龙成高峰”再创新佳绩、再展新风采。

护理技术创新

砥志研思出成果 技术创新促发展

编者按:对医院来说,护理部门的新业务、新技术是反映医护协同发展、同频共振的支撑,是提高护理技术水平和护理质量的重要途径,也是增强医院核心竞争力的重要手段。近年来,我院各科室的护理团队瞄准各专业学术、技术前沿,在不同领域中与时俱进,开拓创新,积极开展有内涵、有质量的新技术、新业务,持续提升护理服务能力,助力医院高质量发展,取得了良好成效。

甲状腺乳腺外科

1. 淋巴水肿的综合治疗

淋巴水肿作为高致残性疾病,严重影响患者的生活质量。淋巴水肿综合治疗是目前国际上使用最广、效果最好的保守治疗方法,具有疗效确切、安全无痛苦、避免多种并发症的特点,能够帮助患者恢复肿胀肢体的正常外形和功能。目前,我院甲状腺乳腺外科已开展了百余例淋巴水肿患者康复治疗,取得了较好的效果。科室的杜燕护士是我院唯一国际淋巴水肿治疗师,具有国际淋巴水肿治疗师资质,拥有多年从业经验,能够帮助患者解决淋巴水肿的预防、治疗、康复问题,为患者带来福音。

2. 乳房纹身定位技术

纹身技术是使用专业纹身机将沾有纹身专用颜料的针刺入皮肤底层,在皮肤上制造一些图案或字眼出来,将其运用于临床中,用于乳腺癌患者体表标记肿瘤边缘,以准确定位乳腺癌患者新辅助化疗前原发病灶边缘,使乳腺癌的治疗更精准、更安全,同时为乳腺癌的规范化治疗提供帮助。目前,我院甲状腺乳腺外科医疗团队已为50余名患者完成了乳房纹身定位,受到了患者的一致好评。

3. 义乳文胸佩戴

许多乳腺癌患者术前已习惯平衡状态,切掉一侧乳房后,若没有义乳衬托,可能会出现健侧偏移,从而造成脊柱侧弯、胸壁紧张、身体失衡等情况,严重的则会影响患者的生活质量。义乳文胸具有修复缺失乳房的外观,保护伤口、胸腔、脊柱的特点,可以帮助患者重塑自信,改善术后生活质量。

为此,我院甲状腺乳腺外科积极参加省内外各种义乳文胸佩戴培训,科室护士牛萍、杜燕已取得了国际义乳佩戴师证书,能够为乳腺癌术后患者提供更为完善、优质的服务。

中医科

为进一步传承弘扬创新中医特色疗法,满足患者多元化健康需求,我院中医科护理团队积极钻研中医适宜技术,在南阳市率先开展火龙罐综合灸、棍针拔筋疗法、刘氏火灸术、雷火灸等十余项护理新技术,具有简、便、验、廉等特点,临床效果显著,深受广大患者青睐。

产一科

在产后护理方面,我院产一科积极开展产后康复项目,能够有效解决女性在怀孕期间腹直肌分离、盆底肌松弛、腰痛、尿失禁、腹部变大、腹部皮肤松弛、腰部肥胖、臀部下垂、阴道松弛、阴吹、阴道前壁膨出、阴道后壁膨出、子宫下垂、性生活疼痛、骨盆高低、肩盆旋转、骨盆前倾后倾、耻骨痛、肋骨外翻外扩、妈妈手、高低肩、瘢痕增生疼痛、乏力气短、早上起床腰部不适、膝关节疼痛等问题。

(护理部 曹艳)



护理团队建设

固队伍建设之基 强精准护理之本

多年以来,我院积极落实多层次、多维度的人才队伍建设举措,鼓励广大护理人员积极参加省内外各种专业培训、学术会议、进修学习活动,提升专业水平和服务能力,倾力打造出一支临床能力强、求实创新真、文化素质高的护理人才队伍,为广大患者提供各项优质服务,真正做到让“病房有颜值、护士有气质、护理有价值”。

我院现有护理人员1122名,在院党委大力扶持和护理部全力推进下,全院护理人员的学历结构不断优化提升,截至目前,共有硕士研究生2名,本科生836名。

在专业资质提升方面,我院护理团队共有370余人取得了伤口造口、康复护理、静脉治疗、卒中专科、脑心健康管理、重症专科、腹膜透析专科、心血管专科、血液透析专科、肿瘤专科、中医护理、手术室专科、助产专科等22项专科护士资格。

除此之外,我院护理部在医院的大力支持下,开设了5个护理专科门诊,授权国际优玛伤



口治疗师培训基地,进一步深化专科护士护理服务内涵,有助于扩展护理人员的职业发展渠道,提升护理人员的职业成就感。

为加强对不同年限、层级、学历、岗位等的护理人员的管理和培养,我院采取护士岗位轮转制度,使其全面掌握不同科室的各项护理工作要点及技能,使广大护理人员学习有方向,行动有目标,努力有成效,不断提升综合能力。

为提升护理人员应对突发公共卫生事件的能力,我院护理部通过技能竞赛、活动参与等方式建立“应急储备护士库”,实现人力资源共享,解决临床科室紧急情况下的护理人员临时替代、高质高效完成突发公共卫生事件的医疗救治工作。

(护理部 梁欣)

凝心聚力科研创新 立足实践筑梦前行

近年来,为持续推动护理学科的高质量发展,打造高素质、高水平的护理团队,我院高度重视护理科研方面的各项工作,积极培养护理科研专业人才,大力激发护理人员科研创新意识,营造全院科研创新的浓厚氛围,取得了良好成效。

2022-2023年,我院护理部开展科研培训活动,累计参与6000人次。在此过程中,大家不断创新科研带教方法,创建科研跟班小课堂和能力晋级目标管理培训方法,使培训管理有章可依,井然有序;制定了《护理科研之星评选标准》,提升护理人员科研学习的积极性;成立课题组、科研初级群、中级群及本科群,实现科研培训的分层管理。

目前,我院累计录制科研跟班培训视频200余次,组织线下实操培训10余次,开展晚间文献分享活动30余次,参与分享活动人员3000余人次,不仅提升了广大护理人员对科研认知程度,也有助于大家将科研学习成果运用到临床工作中,为患者提供高质量服务。

经过不懈努力,如今,我院护理科研取得了许多可喜成绩。我们创建的《科研跟班小课堂及能力晋级目标管理培训方法》获批省级医学教学培训

课题立项。同时,获批市级课题5项,获批河南省医学科技成果奖3项,发表论文200余篇,其中,核心文章30余篇,授权国家级实用新型专利20余项,在全国、省级护理科研大赛中分别取得优胜奖和三等奖。参与2023年度省级课题申报,上半年申报省联合共建3项,申报市级学术成果7项,配合参与省市重点专科申报4项,参与市级科技局科普大赛3项,参与省级医学教育课题2项。

在5.12护士节期间开展的护理科研创新大赛中,全院33个护理科室积极参与,37项作品参赛,内容涉及信息智能、服务技术、流程优化、医疗装备等方面,形式新颖,亮点多多,处处彰显我院护理人员的创新能力。

科研为本提质量,实践致远促发展。我院护理部将立足于各种护理临床实践,积极倡导全院护理人员开展形式多样、内容丰富的临床护理科研工作,夯实护理科研基础,开阔科研创新思路,以优异成绩赋能我院护理学科的建设与发展。

(护理部 梁欣)

护理专科学组

发扬专科学组优势 综合实力稳步提升

我院护理专科学组共计16个,不断向专业化、特色化、规范化方向发展,也为全院护理人员搭建起专业发展的优质平台,使大家能充分发挥其主观能动性,提升专科护理质量,进而提高自身的专业水平、服务能力,增强患者的就医满意度和获得感。

开展“院前一院中一院外”全程慢病管理服务,打造高品质、高效率的慢病管理模式,实现“线上线下一体化”全链条贯通的特色慢病管理平台,造福更多慢病患者。

我院卒中护理专科学组举办第一届“脑心健康管理师培训班”,加强对脑心健康管理专业人员的培养和建设,促进脑心健康管理规范化、科学化发展。

我院伤口造口学组成功申报成为“中-欧

(EWMA)河南国际伤口治疗师学校”实践基地,与国际接轨,谋专科发展,并成功举办了第一届造口伤口专科护士培训班。

我院成立营养护理专科学组,以关注全程全民营养、促进健康为目标,帮助患者养成健康生活习惯,提高生活质量。

我院成立心理学组,以“关心员工身心健康,提高患者满意度”为主题,进一步深化护理人文内涵建设,提升临床护理人员心理素养,为患者提供专业心理干预,营造良好医患关系,帮助患者解决更多心理难题。

我院各护理学组参与医院护理全程质控管理,积极投身到社区、养老院、基层卫生院等地,开展义诊、科普宣教、护理技术支持等社会公益活动,将暖心服务送到广大患者身边。

(护理部 梁欣)

护理科研创新

2023年我院优秀护理人员光荣榜

省级荣誉

河南省护理学会“优秀护理工作者”



急诊医学科 梁桂芳 副主任护师

自参加工作至今，多次参加南阳市重大事故抢险急救，具备丰富的急诊急救经验，擅长院前及院内的急危重患者抢救；多次参加河南省急诊急救培训，连续多年被评为优秀护士、先进工作者、优秀中青年护士标兵、卧龙区优秀护士、河南省护理学会优秀护理工作者等光荣称号，抗疫先进事迹先后在《中国网》中部纵览、卧龙区宣传部网站及医院网站相应栏目刊出，发表本专业国家级论文10篇，荣获南阳市科技成果二等奖4项。

市级荣誉

南阳市优秀护理团队



重症医学科护理团队

重症医学科护理团队担负着全院乃至南阳地区重症患者的救治工作，用“人和心诚、德高业精、求真向善、务实思新”的服务理念，为患者提供全面、系统、高质量的医学监护与救治，抢救成功率达90%以上，在专业上始终保持市内领先水平，在南阳市急危重症领域创造了较高的社会价值。2023年，被评为“市级先进护理团队”。

南阳市先进护理管理工作



生殖医学中心 邢黎阳

本科学历，副主任护师。在护理岗位上始终坚持“以病人为中心”的服务理念，把护理质量安全放在首位，制定专科工作规范，优化工作流程，实施精细化管理。在医院率先开展快速康复护理，不断增强服务意识，积极落实责任制整体护理，打造有温度的护理团队。

2020年和2023年，先后进驻隔离病区 and 方舱医院，以务实担当圆满完成支援任务，诠释护理人的神圣职责！

近年来，发表论文多篇，先后获得“卧龙区先进工作者”、“卧龙区‘优秀护理管理工作’”、“感动卧龙优秀护士”、“南阳市‘优秀护理管理工作’”等荣誉称号。

南阳市十佳护士长



心血管内一科 马艳伟

主管护师，中共党员，中华护理学会心血管专科护士，高级心理咨询师。在心血管疾病的护理和心脏康复护理方面，具有丰富的临床经验，在日常工作当中服务热情，细致认真，耐心负责，得到了众多患者、家属及科室同事的一致好评。

近年来，凭借勤勉的工作态度和出色的工作成绩荣获“南阳市十佳护士长”、“南阳市优秀护士”、“卧龙区优秀护士”、“卧龙区巾帼志愿者”、“卧龙区科普奖”、“科研之星”等荣誉称号。除此之外，主持并参与省市级科研立项三项。

南阳市优秀护士

血液透析室 刘建芝



主管护师。

在院感工作中，踏实肯干，细致认真，起到了模范表率作用，不断制定、完善、落实相关院感规章制度，夯实院感风险管理，相关感染控制管理过程指标及结果指标全部达标，无院感事件发生。在新冠疫情期间身先士卒，不断优化透析患者的管理。

消化内科 贺艳



本科学历，主管护师。

根据科室特点，进行“护士指导患者服用清肠药物，提高肠道清洁合格率”为主题的科室特色服务，提高了患者消化道息肉及早癌检出率。随着科室消化内镜下治疗的逐步开展，不断学习相关理论知识，规范护士对患者的围手术期管理，保障科室各项工作顺利进行。

中医科 杨玲玲



本科学历，主管护师。

作为中医科护士长，以身作则，积极进取，开拓创新，引领科室护理团队推动中医护理学科发展，积极钻研中医适宜技术。在南阳市率先开展火龙罐综合灸、棍针拨筋疗法、刘氏火熨术等十余项护理新技术，为千余名慢病患者带来福音。

神经内二科 吴芳



主管护师。

国家级脑心健康管理师。业精于勤，善于学习，不断创新，带领科室人员参加品管圈大赛、科普大赛、案例分享大赛并多次获奖。注重科室团队建设，科室获得卧龙区“2022年先进护理团队”荣誉称号。发表国家级论文7篇。

胃肠外科一病区 董艳萍



主管护师。

工作中以护理流程细化为导向，打造个性化护理方案，提升优质护理服务，促进患者快速康复。推进外科系统各科室常见病快速康复规范化流程的制定及全院住院患者营养支持护理的规范化评估与管理、引领医院移动护理工作的开展，制定了静脉采血、给药的PDA操作流程。

呼吸危重症医学科 刘河静



主管护师。

多年耕耘在危重症监护病房里，擅长急危重症患者抢救、呼吸与危重症患者专科护理、人工气道护理技术。在新冠疫情防控期间，多次参与核酸采样工作，率领全科护理人员克服重重困难，圆满完成各项任务，荣获“疫情防控先进护理团队”称号。多次被评为“市感控先进护士”、“卧龙区先进护理管理工作”、“卧龙区三八红旗手”等荣誉称号。

骨科 王柳



主管护师。

从事临床护理工作十余年，担任河南省护理学会康复护理学组委员。在骨科工作以来，积极带领科室护理团队参与科室急危重症病人的救治和护理，得到患者及家属的一致好评和认可。曾先后获得“先进管理工作”“优秀护理管理者”等荣誉称号。

甲状腺乳腺外科 雷雪



主管护师。

在护理岗位工作以来，兢兢业业，任劳任怨，对患者认真负责。在新冠疫情期间，连续多次参加核酸检测和隔离点工作。全力投身于疫情抗击工作在抗击疫情岗位上勇挑重任、敢当先锋，圆满完成了一个个集中隔离任务和艰巨使命，用实际行动展现出疫情防控的“卧龙力量”和“卧龙担当”。

【品味书香】

立足护理岗位 绽放青春光彩

——读《护士的故事》有感

最近我读了英国作家克里斯蒂·沃森写的《护士的故事》，这本书不仅讲述了护士这份职业的特殊性，更是通过一名护士的眼睛，使我们对人世间真正残酷却又重要的事，生老病死，有了新的认识。

读了这本书后，使我深刻了解了“护士”一词背后的含义，面对患者要满怀同情、怜悯、共情，并付出灵魂。对沃森这样的护士来说，从业二十年间，她护理过很多人，有些人在她的怀抱里来到人世，或是在她的目光里结束了自己的一生。书里有这样一段话，让我不禁肃然起敬：“护理不是完成任

务，而事关每个护士如何在细节上给患者和患者家属提供宽慰。能见证人们生命中最脆弱、最重要、最极致的时刻，并努力去爱这些陌生人，是身为护士的荣幸”。

这是本充满力量的书，通过高超的护理本领，细致的护理服务，精湛的护理技术，努力让我们的患者和社会满意，就能更好地体现我们的价值。

让我们继续在护理岗位上散发出对患者的关爱和对生命的尊重，让青春在白衣下焕发出绚丽的光彩吧！

(心脏重症监护室 苗霖)

平凡人生 心怀暖阳

——读《平凡的世界》有感

《平凡的世界》是我读完的第一部长篇小说，虽然阅读它花费了不少时间，但这本书对我来说意义非凡，是它让我懂得了什么才是生命中最珍贵的东西。

小说通过主人公的人生经历，描述了中国西北农村的历史变化过程。令我最为感动的是主人公在面临困境时，不畏困难、勇敢拼搏的精神。这种精神深深感染了我，使我不禁联想到自己的日常工作和生活，从中逐渐领悟到平凡与不平凡的意义。

进入护理行业两年来，我经历过许多事，见过许多人，也曾一时被人

误解，也曾被别人的暖心举动所治愈。对我来说，唯一不变的是，我希望是自己能做一名心怀暖阳、朝气蓬勃、勤于思考的好护士，努力挖掘自身潜力，提升自己的技能，和身边的同事们共同成长，在岗位上发挥自己的光和热。

这个世界本就是由平凡的人组成的，只要我们拥有坚定的信念、不畏困难的精神、敢于拼搏向上的热血和对真善美的追求，就能通过努力使这个世界变得更加美好。

(呼吸与危重症医学一科 樊雪娅)

关爱患者 从点滴做起

作为一名护士，开展工作时经常会遇到各种各样的病情，接触到形形色色的患者，这就要求我们不仅要有娴熟的技术，还要有一定的沟通能力，认真倾听患者需求，才能与他们建立良好关系，真正实现以“患者为中心”的服务宗旨。

记得有一次，我正在护士站工作，突然听见901病房传来异常声响。当我赶到时，发现一名新入院的老年患者正踮起脚取输液瓶。我赶紧上前了解情况，并帮她将输液瓶取下。原来这名老人的家属出去帮她采购东西，老人自己想上厕所，还不好意思叫护士来帮忙。我考虑到之前了解过这名患者有高血压病史，故而不轻易离开，一直在卫生间外守着。几分钟后，我发现老人还没出来，耐心询问后，才发现老人因为刚刚突然头晕，不小心让排泄物将衣服和地上都弄脏了。看着羞窘得满脸通红的老人，我主动为其清理衣物，打扫了卫生间。期间，老人不停地对我道谢，甚至向赶回病房的家属连连夸赞我的热情服务。

我想，自己只是做了一名护士的本质工作，却能得到患者和家属这样的评价，内心也很感动。我们常说，关爱患者，要从点滴做起，从平凡入手，让细节见真情。同样的，只要认真付出，也能收获“赠人玫瑰，手有余香”的幸福心情。(肿瘤内一科 曹柯)

深夜的一个鸡蛋

不知不觉，我已在护理岗位上工作了十年有余。历经岁月洗礼，我对自己的工作逐渐有了新的认识和感悟。

2021年，在内分泌科工作多年的我被调到了产科，工作对象从中老年人转变为孕产妇和新生儿。对我来说，不仅要学很多新知识，也是一次新的挑战。到新科室后，我认真负责地对待患者，也从患者那里收获了一些赞许和肯定。

令我印象最深的一件事，发生在一个夜班的凌晨。当时凌晨3点多，一名急诊产妇提前破水早产，患者家属心急如焚。值夜班的我立刻接诊，一边安慰惊慌的产妇，一边指导家属办理入院手续，准备产妇产物。等产妇安置妥当后，家属激动地对我连声道谢，那一刻我的内心触动很大。虽然我只是做了分内之事，对患者和家属来说，却是雪中送炭。事后，产妇的婆婆特地给我送来一个热腾腾的鸡蛋，让我感到内心无比温暖。

记得特鲁多医生说，“有时去治愈，常常去帮助，总是去安慰。”我想，作为一名护士，我们不仅要设身处地为患者着想，更要从心理上给予患者战胜疾病、顺利康复的信心，使他们能够得到无微不至的呵护和关怀。

(产三科 魏欣)

与爱同行 健康相伴

作为医护人员，我们每天都需要和患者打交道，了解他们的病情、心理变化，和他们耐心沟通、交流。从业以来，有这样一件令我印象深刻的事，就像我人生道路上的蝴蝶，时常在我的记忆深处闪现，提醒我时刻不忘关怀患者的重要性。

有一次，我发现住在皮肤科6号病房的王先生(化名)和李先生(化名)每次参加科室里的科普宣教活动，总是一副闷闷不乐的样子。当我主动询问他们是否遇到困难时，这两位有着十几年牛皮癣病史的患者告诉我，自己每天涂药时都会感到心情烦躁，像是背部那种自己无法涂抹的患处，总是需要求助于家人，可又担心家人会被自己的病所传染，内心既烦躁又纠结。

了解到这些，我耐心跟他们讲解银屑病的病因和治疗方法。虽然这是一种慢性炎症性疾病，但并不会传染给别人，通过正规治疗能够有效控制病情，甚至能让他们像正常人一样生活，科室的护理人员也会帮他们涂药，这才解除了二人的后顾之忧。“今天真的非常感谢你，听你耐心的跟我们讲解这些知识，我以后总算能睡个踏实觉了。”患者真挚的话语，让我心里倍感温暖。

我想，患者来到医院这个陌生的环境，内心难免会感到忐忑。只要我们把他们当做亲人对待，认真倾听患者心声，就能帮他们更好地解决身体上的疾病和心理上的困境。

只愿医患携手，与爱同行，与健康相伴。(皮肤科 裴理皓)

专业赢得信赖 服务成就口碑

护士这个职业，经常被人们称为“白衣天使”。我想，不仅是因为那一袭美丽的白衣，还有护理人始终奉行“燃烧自己，照亮别人”的坚韧信念，赢得大家的由衷信赖。我们应像春风，轻轻拂去患者心中的疾苦，似细雨，温柔缝合他们身上的创伤。当然，想做到这些，必须要拥有一身专业的本领，和一颗不怕困难、懂

得共情的真心，去为患者服务。

日前，深受病痛困扰的605病房王阿姨(化名)时常愁眉不展，由于颈肩、背部疼痛，导致她的双臂难以抬起，就连吃饭、梳头等生活日常动作都难以自理，睡眠也不好。发现此事后，我们科的杨玲玲护士长提出用火龙罐综合灸，帮她祛除病痛。没想到，仅一次治疗后，王阿姨的失眠症状就得到了明显改善，颈肩和背部的疼痛也有所减轻，这让我们大家都很高兴。

其实，火龙罐综合灸技术是杨玲玲护士长到广州

学习引进的一项集推拿、艾灸、揉痧、点穴、熨烫于一体的新技术，现已广泛地应用到中医科临床工作中。它不仅能够调节阴阳平衡，还能通气血、通经络、通筋骨，为患者祛除病痛。如今，杨护士长的“综合灸粉丝”不仅仅有王阿姨，还有许多其他患者……他们每周都会来我院的中医门诊进行理疗调养。

专业赢得信赖，服务成就口碑。我们将不断学习新知识、新技术，努力提升综合能力，让更多患者能够享受到贴心、优质的服务。(中医科 王佳佳)

执着追梦 坚韧生活

——读《老人与海》有感

海明威的《老人与海》塑造了一个经典的硬汉形象，一位连续84天没有捕到鱼的老人，在经过第85次坚持不懈的努力过后，终于捕到了一条大鱼。这本小说告诉我们，人要有追求和梦想，要有锲而不舍的精神和不怕困难的勇气。

读过这本书后，我时常会想，许多普通人在面对困难时，遭受几次挫败后就不再敢于尝试，失去了自己的初心，因此才会让人感到老人那种坚韧不拔的执着精神分外可贵。有时候，失败也是一种经历，我们要正视它，从中汲取经验和教训。同样的，我们也要有自己

的目标，不能轻易放弃自己的追求和梦想。

作为一名护理人员，我最大的梦想就是做好本职工作，熟练专业技能，在医院这个充满希望大舞台上尽情挥洒青春和汗水，绽放出属于自己的光彩。每当面对患者康复出院之前，那一张张健康的笑脸时，我会感觉所有的付出都是值得的，每当精心的诊疗和护理，被患者和家属由衷地赞许和肯定时，使我更加坚定了自己追求梦想的脚步。

愿我们心怀梦想，坚韧生活，勇敢地去创造医院高质量发展的美好明天！

(肛肠科 王巧)

做独立女性 拥抱精彩人生

——读《一间只属于自己的房间》有感

记得第一次读《一间只属于自己的房间》这本书时，我还在读大学一年级。当时年轻且懵懂的我，没有什么生活经验和社会经验，对书中有关女性独立的内容体会不深，因此一开始阅读时，我经常感到文字有些晦涩难懂。但神奇的是，大学毕业后，我经常想起这本书，重新翻阅之时，逐渐有了新的感悟。它就像一颗种子，总会让我想起书里所传递的女性独立精神。

文章中的房间具有象征意义，它象征空间独立、时间独立和经济独立。作者伍尔夫在书中不仅明确指出了女性的生存困境，也启发我们通过事例去认真思考。作为女性，作为一个独立的个

体，我们该怎样处理自己和外界的关系？作者希望我们能够意识到自己的处境，从而明白“成为自己，比成为其他的任何东西，都要重要的多”的道理。

作为一名新时代女性，我从书中学到的独立精神使我变得更加勇敢自信，尤其是在工作当中，使我能够立足护理岗位，用心照顾好每一位患者。每当看到患者顺利康复，就会让我感到自己的工作不仅有意义，并且也能从中收获助人的愉悦心情。希望《一间只属于自己的房间》这本书能够被更多女性看到，让大家都能从中收获一些不同的感悟，从而变成更好的自己，拥有更为精彩的人生。(肿瘤中心 贺爽)