

护士奋战在护理患者第一线,忠诚守护生命安全和身体健康;护士不辞辛劳、不畏艰险,生动彰显“白衣天使”的动人风采。在5月12日国际护士节来临之际,我们为您讲述几位军队医院护士的故事,并以此向广大护理工作者的致以深深敬意!

——编者

用爱点亮生命之光

■陈 菁 郝东红 本报记者 孙兴维 特约记者 汪卫东

东部战区总医院骨科护士吴俊

把技术练到极致

晨雾还未散尽,东部战区总医院骨科门诊治疗室外,前来接受治疗的患者已经排起了队。78岁的周奶奶竖着大拇指和周围人说:“吴俊护士针到病除,找她就找对了!”

周奶奶关节退变,并发严重的骨性关节炎,晚上睡觉每次翻身时腿都痛得厉害。吴俊为她进行关节腔注射治疗后,周奶奶感觉腿部轻松了很多,现在都能逛菜市场了。

今年52岁的吴俊,动作麻利、语速很快。治疗时,她习惯性地用拇指和食指环绕关节周围,迅速定位后,就伸出右手,快速进针。为了打好这一针,吴俊坚持练了30年。

那年,吴俊第一次独自为患者治疗。穿刺针进入关节腔的瞬间,患者疼得脸色发白,却微笑着和她说不疼”。那一刻,患者和善的态度让吴俊心里很温暖但也不是滋味,她在心底暗自发誓:一定不辜负患者的信任!

关节腔注射看着简单,实际特别考验技术。它需要操作者对人体的关节腔、韧带等解剖结构了如指掌,才能在毫米级的骨缝间隙里找准入口。差之毫厘,不仅会让患者疼痛加剧、治疗失效,甚至可能引发感染,导致关节软骨损伤。

为了能在注射时精准找到位置,吴俊买来《人体解剖图谱》,对照模型,认真熟记每块肌肉的分布。她给自己

定下一个目标:每天下班保持两小时的记忆特训。一段时间后,厚厚的笔记本上画满了她手绘的解剖图。为了让模型更有质感,吴俊还用橡皮泥做成肌肉附在模型骨骼上,便于“立体式”记忆。

练好关节腔注射技术,脑海里有了“活地图”是第一关,手上还要有绝活。于是,吴俊向一位80多岁的老专家拜师学艺。老专家为了锻炼她的指尖触感,让她用黑纱蒙眼,通过指尖触摸模型表面不规则的纹路,感受骨骼影像与实感的每一点偏差。为了保持手感,吴俊还经常把自己和身边人当作“治疗对象”,感受不同年龄、不同性别人体关节的差异。

长年累月的练习,让吴俊的手上磨出了厚厚的老茧,她的注射操作技术也变成了肌肉记忆——定位时,以指腹皮肤确认肌理走向;碘伏消毒患处后,紧盯腕表默数30秒干燥时间;10厘米长的髓关节注射针握入掌心,掌心的茧痕便会自动绷紧;推注药剂时,感受针尖传来的细微阻力……

“开始了吗?”“已经结束了!”这样的对话,经常在治疗室里上演。对吴俊来说,能让患者在舒适状态下接受治疗,是她一直以来的追求。

慢慢地,吴俊的技术在患者间传开,来找她治疗的人也越来越多。某部战士王志伟,是连里的训练尖子。一次高强度训练后,他的右侧膝关节前交叉韧带损伤,只能依靠拐杖支撑行走。吴俊为他进行了系统的关节腔注射治疗,还指导他开展功能锻炼。经过科学有序的治疗,王志伟逐渐康复,重返训练场。

王志伟的康复经历,让吴俊认识到治疗中功能锻炼的重要性。为了帮助患者快速恢复关节功能,她建立了专属康复群,并在群里定期分享科普知识,拍摄康复锻炼视频,督促患者对照练习。有位膝关节穿刺后的患者,起初对康复锻炼很抵触。吴俊知道后,便给他分享成功案例,还根据他的情况制订个性化锻炼计划。在吴俊的努力下,患者开始主动锻炼。一段时间后,他惊喜地在群里反馈自己的恢复情况。后来,群里经常有患者发来自己康复后的运动视频。每当看到这些生龙活虎的画面,吴俊内心都十分欣慰,这个群也被她称为“幸福群”。

心 声

在这么多年的护理工作实践中,我越理解医学的温度。曾有位年轻战友在康复后告诉我,治疗让他重返训练场,可以继续保家卫国。我想,这正是护理工作的价值。作为一名护士,熟练掌握手中的技术,为官兵减少一份痛苦,就是为战斗力增添一份力量。我将在平凡的岗位上,把技术练到极致,用最好的技术为官兵服务。

(吴 俊)



图①:吴俊为患者进行关节腔注射治疗。
图②:何文昌向年轻护士传授血透护理知识。
图③:郑阳在连接ECMO设备管路。

汪卫东摄
谭又铭摄
李萍萍摄

将一张皱巴巴的纸条悄悄塞进郑阳手心。纸条上歪歪扭扭的“谢谢”两字,让郑阳十分感动……

“压力阈值正常,氧合指数达标。”当晨光穿透防辐射帘时,一名患者被成功救治,血氧饱和度稳定在96%。郑阳在护理巡视单上画下1个太阳符号——这是他与清醒患者约定的暗号,代表“今日生命体征如日东升”。

心 声

每一次为患者连接上ECMO,我都感受到自己肩上承担着一份沉重的责任与信任。成功治愈患者既需要技术的支撑,也需要温情的呵护。我愿做重症监护室的守护者,需要冲锋时勇猛无畏,需要守护时温柔以待,严谨细致地关注机器运转的每个参数,患者身体的细微变化,让连接设备的动作尽量快一点,让服务患者的操作尽量轻一点,努力用爱与关怀驱散患者的恐惧与孤独,让他们在危急时看到生机与希望。

(郑 阳)

陆军军医大学新桥医院肾内科护士何文昌

字里行间藏温情

“大爷,今天给您带了您最爱的橘子糖”“小妹,你这次的指标有点低,记得多补充蛋白质啊”……陆军军医大学新桥医院肾内科血液净化中心,护士长何文昌握着一本边角微卷的记事本,在病床间穿行,不时在本子上认真做着记录。

“1月7日,10:00,前臂内侧刺痛,持续30分钟,热敷无效;3月4日,9:30,前臂依旧刺痛,按摩后未缓解;3月20日,尝试热敷、按摩、更换穿刺均未奏效……”翻开何文昌的记事本,患者老苏的条目下有长达数页的记录。

老苏因肾衰竭需长期进行透析治疗。一开始,他的治疗并不顺利,每次透析两小时左右,前臂就出现剧烈疼痛。

“一定要找到缓解老苏手臂疼痛的方法。”每次透析时,何文昌都会蹲在老苏床旁,不断调整其手臂位置。

“护士长,手臂好像不疼了。”一天,何文昌将老苏的前臂抬高后,老苏诧异地说。反复确认后,何文昌在记事本上写下:老苏的前臂抬高30度,疼痛缓解。虽然只是一个简单的动作,但护士们知道,这个“魔法角度”是用无数个日夜熬成的“专属处方”。

在血液净化中心,像老苏这样的患者还有很多。何文昌深知,每个个体对治疗的反应是不同的,慢病护理没有标准答案,得贴着患者的心找解法。

在何文昌的记事本上,除了密密麻麻的病情记录,字里行间还藏着温暖的“生活小贴士”:张叔爱喝小米粥,李阿姨透析时要含颗糖以防低血糖……其中一页,“牛肉干”这3个字被红笔圈住,后面跟着一句话:陈律不怎么吃正餐,但对零食有反应,是营养不良的突破口。

陈律第一次来透析时十分消瘦,病号服穿在他身上显得格外宽大。何文昌盯着检验报告皱眉:血清白蛋白27g/L,严重营养不良。原来,陈律患尿毒症后胃口不佳,不想吃饭。

经过细心观察,何文昌发现陈律爱吃牛肉干,便根据他的饮食习惯,逐步调整营养建议,并叮嘱家属烹饪时多加些他偏爱的口味。半年后,陈律的血清白蛋白升至38g/L,面色也红润了许多。陈律握住何文昌的手说:“你的观察能力比X光机还强,连我心里啥都照得透亮!”

“护士长总能在细微处读懂患者的心思。”年轻护士小李说,何文昌每次护理时,都会和患者聊聊天,了解患者的需求。

一次,血液净化中心接诊了一名30岁的尿毒症患者小杨。何文昌发现,小杨每次透析时,都盯着天花板发呆,体重也变得越来越轻。看着日渐消沉的小杨,何文昌心里十分着急。经过了解,何文昌发现小杨的负面情绪是失业和生病的双重打击所致。

“要不要试试力所能及的工作?就当是锻炼了。”一次透析时,看着小杨一直盯着手机,何文昌对他说。这个建议看似冒险,却暗藏深意:力所能及的工作可以增加活动量,改善机体功能及肌肉强度,还能帮助小杨重建社会联系,进而减轻焦虑、抑郁情绪。

“何哥,这杯半糖的给您。”3个月

后,小杨拎着奶茶走进护士站。
“小杨,工作3个月,体重增加5公斤,精神状态明显改善。”何文昌开心地在记事本上画了个笑脸。如今的小杨不再沉默寡言,透析时会主动与医护人员聊起工作时的趣事,透析指标也在逐步好转。小杨的故事也成了整个科室的“励志模板”。每当有病友沮丧时,护士们总会拿小杨的例子鼓励患者:“你看那个小伙子,根本看不出是个需要长期透析的患者。”

“老袁患糖尿病30年,血管条件差;老王的执行力差,健康教育时需家属参加……”暮色降临,何文昌在记事本上写下了需要注意的事项。从事护理工作15年来,这样的记事本他攒了整整5本。每一本的扉页都写着一句话:“护理是最精细的艺术,需要一颗同情的心和一双勤劳的手。”

心 声

每一个生命都无比宝贵,每一次救治都是对生命的敬重与呵护。我会始终怀揣敬畏之心,全心全意为患者提供优质服务,用专业的技术、细心的观察和无私的奉献,为每名患者带来温暖与希望。

(何文昌)

联勤保障部队第901医院重症医学科护士郑阳——

生命接力有温度

凌晨两点,监护仪刺耳的警报划破寂静的深夜,65岁的张大爷因急性呼吸衰竭被推进重症监护室。郑阳立即按医嘱启动ECMO这一“生命终极支持系统”。滴滴、滴滴……数据持续走低,郑阳快速倾炉上机,精准调节参数,连续处置数次险情。

ECMO全名为“体外膜肺氧合”,主要用于对重症心肺功能衰竭患者提供持续的体外呼吸与循环。在重症监护病房这个生死较量的无声战场,ECMO对维持患者生命至关重要。入联勤保障部队第901医院后,郑阳下决心要拿下这项技术。他自费购买了10余本教材,用大半年时间攻克知识

难关;为练就“闭眼能组装”的功夫,他每天下班后就在值班室里拆装淘汰的ECMO耗材。一天凌晨两点,护士长查房时发现,郑阳在值班室练习管路连接、预冲并模拟氧合器故障处置,手术服后背已经汗湿了一大片。在医院工作的7年时光,郑阳的拇指和食指上磨出了厚厚的老茧,而对他来说,那是数千次管路预冲操作刻下的“勋章”。

“ECMO不是冷冰冰的体外循环,而是有温度的生命接力……”在郑阳的笔记本扉页上,记录着这样一句话。

在日常的护理工作中,郑阳也处处向患者传递着温暖。为缓解重症监护室患儿苏醒后紧张、孤独的情绪,他

会耐心在笔记本上绘制“医嘱漫画”;天气晴朗时,他会将久病卧床的患者移上轮椅,推至窗前,让他们感受阳光;为重度昏迷的患者进行吸痰操作时,他会温和地提醒患者“这项操作会引起难受,请稍微忍耐一下,一会儿就好”;患者生日时,他还会为他们换上干净的病号服,并和同事们一起送上生日歌。

长期的护理实践让郑阳感受到,温情守护本身就蕴含着治愈的力量。前不久,郑阳和同事们经过一整夜的连续奋战,运用ECMO将一名老年患者从死亡线上抢救过来。3天后郑阳值班时,即将转出重症监护室的老人