

用凡人之躯守护生命之光

——致敬“白衣天使”

YMG全媒体记者 张莘 通讯员 闫程翔 刘丽 牟彦蓉 摄影报道

他们,带着坚定的目光和温柔的笑容,穿梭在医生与病人身边;
他们,在床边为病人尽心尽力,在手术台边为医生保驾护航;
他们,是医院里特别忙碌的身影,是病弱者随时贴心的安慰,是为人类健康鞠躬尽瘁的“南丁格尔”;
他们虽然亦是平凡之躯,却守护生命之光,用真诚和爱抚平病人心灵的创伤,用火一样的热情去点燃患者战胜疾病的勇气。
他们是谁?他们是5·12国际护士节的主角。在烟台,有2.56万名护士日夜不停、救死扶伤。向他们致敬,也听听烟台“山东好护士”的故事,谢谢他们为我们默默地付出。

山东好护士侯绪娜

从业37年,传染病应急救治护理前沿总有她的身影

1987年7月,侯绪娜参加工作,成为一名临床护士。经过37年兢兢业业地付出,如今她担任着烟台市奇山医院护理部主任职务。近40年的护理生涯,由于传染病护理的特殊性,她的经历也注定不凡。她冲在霍乱、流脑、“非典”等疾病救治护理工作前线,先后组织手足口病、甲流感、发热伴、出血热等疾病的应急救治工作,在历次突发公共卫生事件应急救治和烟台地区传染病救治体系建设中,贡献突出。

37年时间,侯绪娜始终坚守在护理岗位上,由一名普通的护士,逐渐成长为病房护士长、护理部主任。她将一生中最好的岁月全部奉献给了护理事业,用责任与担当诠释了南丁格尔誓言。“非典”救治期间,她曾撤下年幼的女儿在隔离病房坚守了15个昼夜;手足口病救治期间,她坚持了四个多月,每天比平时多工作四、五个小时;“甲流”救治期间,她连续三个多月没有休班,导致心脏出现了频发早搏……
无论何时,她都在全力以赴。

在抗击新冠疫情期间,侯绪娜更是成了护士的主心骨、患者的贴心人。作为护理部主任,她始终坚守岗位,沉着指挥、实地督导、隔屏叮嘱、心理疏导。在学术方面,侯绪娜积极搭建学术平台,开展专科护理、感染管理学术活动,推动科研创新。先后撰写了感染性疾病护理论文10余篇,专业报道100余篇,3项专业课题获市级以上奖励。她所负责的护理团队先后荣获省优质护理服务示范病房、省工人先锋号等多项荣誉称号。组织举办“感染性疾病护理创新研讨班”等国家级和省级继续医学教育项目11届,培训人数达5000余人;牵头与2所医学院校合作举办医院感染防控护理培训班,累计培训学生1200余人;她参与组织所在地市医务人员职业防护技能大赛,将职业防护知识普及到基层,在传染病应急救治中起到了至关重要的作用。

侯绪娜满腔热忱地投身志愿服务。2016年5月,她与医院180名护士共同加入中国南丁格尔志愿护理服务总队大家庭,每年开展义诊、宣讲、走访SOS村、慰问敬老院等公益活动30余次。参与的“科普助力,健康烟台”南丁格尔志愿护理服务项目获市青年志愿服务项目大赛银奖。不仅如此,侯绪娜还将党建与业务相融合,成功申报侯绪娜市级名护士工作室。2022年,侯绪娜被评为“山东好护士”。



侯绪娜满腔热忱地投身志愿服务。2016年5月,她与医院180名护士共同加入中国南丁格尔志愿护理服务总队大家庭,每年开展义诊、宣讲、走访SOS村、慰问敬老院等公益活动30余次。参与的“科普助力,健康烟台”南丁格尔志愿护理服务项目获市青年志愿服务项目大赛银奖。不仅如此,侯绪娜还将党建与业务相融合,成功申报侯绪娜市级名护士工作室。2022年,侯绪娜被评为“山东好护士”。

山东好护士姜宁宁

扎根基层20余年辗转多个科室,把“大大咧咧”磨炼成“细致入微”

走路带风、笑声爽朗,说起话来声音爽朗干练,这是曾扎根龙口市中医医院护理岗20多年的姜宁宁给人的最初印象。然而,深入了解后发现,辗转内科病房、急诊室、骨科病房等多个科室,常年坚守在护士、护士长岗位,多年悉心呵护患者的习惯,早已将姜宁宁原本“大大咧咧”的性格磨炼成一进工作区便“细致入微”的职业惯性。

随身揣着一个小本子,内容细化到每位病人的情况

姜宁宁的兜里有个小本子,以前做护士时,小本子所记内容比较琐碎,大到护理注意事项、新知识,小到自己所负责的每一位病人当日检查治疗内容以及照顾病人的要点。后来做了护士长,她的小本子日记记录的内容则扩大到了整个病区情况,以及需要提醒护士的工作要点。“众所周知,护士的工作很繁忙,又需要做得很细致,如果不细心记录,真的怕忘,所以我们大多数护士都每天必备小本子,记录日常工作任务。”她说。

“基层医疗机构的特点是,患者数量多,一名护士大概要负责九到十名患者,加上家属,一天要面对二、三十人的询问和求助,所以每天要说的话很多很多。”姜宁宁说,有时候患者和家属年龄大一些,我们就要反复叮嘱三四遍,“患者家属遇到问题了,最先想到的就是找护士,所以除了打针、用药、治疗等基础工作外,护士承担着许多沟通工作,有时忙碌一天、说了一天话,回到家里一句话也不想说,女儿小的时候看我下班了总会让我给她讲故事,但我真得说不出一句话,有时候也感觉很愧疚,精力基本都投入在工作上了,分给家人的很少。”

有温度、能共情,她对病人的护理体贴细致

无论是在护士岗位上,还是成为护士长以后,姜宁宁基本上第一个到岗,最后一个离开,有夜间抢救更是从未缺席,日日又年年。每天早上到岗后的第一件事,便是到病区“转一圈”,这样不仅能够快速了解患者身体情况,以便跟踪治疗和照料,同时能够及时将突发紧急情况传达给医生。

记者从一位给姜宁宁送锦旗的家属口中得知,他的母亲因肚子胀痛入院治疗。刚进病房便呕吐不止,随即脸色青紫昏厥过去。姜宁宁见状直接手脚麻利地帮老太太翻了身,一边拍打后背一边用手抠老人嘴里呕吐物。“我们当时都懵了,几分钟后,我在姜护士长的持续抢救下轻咳了几声,她在这个间隙戴上手套做了插管,是她救了我妈的命!”患者家属手捧锦旗热泪盈眶地致谢,而对于这样的致谢,姜宁宁总是说自己只是在尽一名护士的职责。

回想2001年初入行时,她便立志要时刻守护每位患者的生命安全,做一名能与患者共情体验、有温度的护理人员。20多年过去,她确实做到了。每一次交接班,她都会亲眼看一下病人才肯放心,每一个工作日,她都全身心倾注,时刻注意着患者的病情。“我原本是一名大大咧咧性格的人,但经过这么多年的磨炼,我在护理患者时丝毫不敢大意,该细的时候一定要仔仔细细。”姜宁宁说。

除了细心呵护每一位患者,她钻研业务也一刻没放松。繁重的工作之余,努力掌握护理领域的新知识、新方法。多年的护理生涯让她见过太多病后初愈的喜悦,也见到了生命骤逝带给生者的痛苦,所以她更加珍惜生命,也更加注重护理工作的责任和担当。2023年,姜宁宁获评“山东好护士”,很多被她护理过的患者赞叹道“实至名归”。

山东好护士张振宇

坚守重症室15年,是护士中的“特种兵”

重症病房里的病人,一般都是危重病人,他们中有重伤患者,有孕产妇,也有多病缠身的高龄老人,而走进病房看到最多的场景便是各种监测仪器、各类管路布满全身、命悬一线的患者。而每天细心看护重症病人、和死神赛跑的重症室护士,堪称护士中的“特种兵”。不仅要对内、外、妇、产等各专业护理知识、技能“十八般武艺样样精通”,还要具备“火眼金睛”,将患者的需求、情况时刻摸透,为脆弱的他们挽回一线生机。作为一名这样的重症室护士,烟台毓璜顶医院重症医学科护士长张振宇坚守岗位15年来体会深刻,也深感肩负重任。

细心守护“车祸少女”,患者能开口说话第一时间说“谢谢”

2009年,张振宇毕业后成为一名护士,进入烟台毓璜顶医院重症医学科开启护理职业生涯,这一干便是15年。虽然每天要耗费大量体力照顾重症患者的吃喝拉撒,同时打起十二分精神观察患者的身体状况和需求,完成各类治疗、护理措施,但高强度的工作并未吓退他,而是激励他不断丰富自己各方面知识、积累护理经验。“护理工作中,难免会承受患者的各种情绪,甚至会有患者或家属的不理解和埋怨,但也一次次感受到从死神手中抢回生命的成就感,遇见一次次意外的感动。”他说。

最令张振宇铭记于心的一次感动,是10多年前护理过一位十三四岁少女。小女孩是因为车祸外伤在深夜被送到重症监护室,来时身上多处骨折、生命垂危,令人心疼。经过医护人员一晚上的全力抢救,第二天清晨小女孩慢慢苏醒。“这么小的年纪,经历这么大的伤痛,醒来时满眼无助和恐惧,虽然插着管不能表达,但从她眼神中完全能读懂这些情绪。”张振宇是主要负责护士,一晚上没离开女孩的他敏锐捕捉到女孩的害怕,并贴耳轻轻地告诉她发生了什么事,此刻正在哪里,并不断给她打气加油,同时第

一时间让孩子父母进来看孩子,双方见面后不住地痛哭。面对这样心酸的场面,张振宇不停地安抚他们,随后经过一周的悉心照顾,小女孩终于拔管能开口说话了,她的第一句话便是对着张振宇说“谢谢哥哥”。像这样的患者与护士间感人的画面,在张振宇的护理工作中不断重复上演。

愿做年轻护士的“出气筒”,帮他们发泄心里委屈

从重症监护室资深护士,到护士长,张振宇一路走来看过了生命奇迹、感受着患者的心身疼痛,也深知护



士的不容易。“护士是近距离、长时间接触患者的群体,患者有什么事都会问护士、找护士,所以做这行很忙、很累,而且心理压力也很大,因为会遇到患者辱骂、殴打的情况,也有家属的不理解、埋怨。”张振宇说,不少年轻护士刚入

行会因此而满腹委屈,找自己哭诉,“这个时候,我希望他们都来找我诉说,我甘愿成为‘出气筒’,帮助他们发泄出来,然后我再引导他们体谅患者情绪。”

在重症病房中,老年患者居多,护理起来比较困难,且在沟通上也存在很大障碍,需要反复叮嘱。“我经常鼓励年轻护士要站在病人的角度思考,主动关心、细心查看病人情况,这样才能更好地帮助他们减轻病痛。”张振宇说,做护士这行,需要锻炼出一颗强大的内心,在忙得团团转时,仍然能够稳定情绪,在患者的抱怨、责怪中,依然能够拥有大爱之心主动关心他们,默默承受委屈,细心照顾病患。

护理书不离手学习先进治疗模式,积累“硬核专业知识”

然而,成为一名优秀的重症病房护士,光有细心、耐心和爱心仍然不够,还需要掌握各科室专业知识和先进治疗模式等“硬核技术”。为了能够不断提升自己的专业能力,张振宇的床头、办公室等地方均摆放着各类医学护理书籍。“ECMO、CRRT、IABP、各类血流动力学检测等高端技术必须掌握,而且各类前沿护理技术也需要不停更新。”他说。

不断的学习也让他收获了很多成果,他先后获得中华护理学会重症专科护士培训班理论第二名,在山东省护理学会重症专科技术竞赛方面荣获多次奖励,作为山东省男护士专业委员会副主任、烟台男护士工作学组主委带动烟台男护士事业发展,同时注重科研创新,将护理科研融合服务于临床,发表学术论文10余篇、参编著作2部、获得专利1项,承担参与院级、市级课题2项,获得省、市级科研奖励2项等,2021年,他凭借出色的软硬实力获得了“山东好护士”荣誉称号。

山东好护士姜述颖

手术室里的能手,探索骨科机器人技术获国家级奖项

2017年,烟台山医院开展了全国第一台由护理人员操作手术机器人配合主刀医生完成的手术。那个操作机器人的护理人员就是姜述颖。1999年入院至今25年的时间里,姜述颖从一名手术室护士,一步步成长为烟台山医院手术室护士长,也从一台台手术的磨炼中成为护理“技术能手”。

参与时间最长的一台手术用时16小时,下手术台后手腕酸痛不止

“手术室如同战场,医护双方协同配合,才能战胜疾病。”姜述颖说。在手术室里,护士不仅承担着护理病人的工作,还要与医生并肩作战,进行术前准备、术中传递工具、时刻关注病人情况、术后清理检查手术工具等,整个手术过程都要全神贯注,同时还要具备预判能力,不需要过多言语便能预判医生的下一步操作并及时递上手术工具。“手术过程中,病人不能有家属陪同,所以护士不仅要配合协助医生,其实还要做到细致入微关注病人,因为小到病人胳膊姿势、体温、消毒液冷热等情况,都会影响到病人手术和术后恢复情况。”

在手术室,护士加班加点是寻常的事情。为了安全考虑,一般一台手术护士需要从头跟到尾,一台手术常常需要十几个小时。“我跟过最长的一台手术用了16个小时,从头一天早上八、九点钟,做到第二天凌晨1点钟,下了手术感觉胳膊和腿都不是自己的了。”姜述颖告诉记者,不少手术所需要的工具件数也非常多,尤其关节置换手术,一台手术能用上200到300件工具,护士需要在手术前挨个打开外包装、搬到无菌台清点,手术中也需要不断地重复传递动作,手术结束后则需要仔细清理、检查是否缺损等,积年累月不断地重复动作,手腕时不时地疼痛成了普遍问题。“虽然加班熬夜,但是每顺利做完一台手术,内心都会

对自己说,又救回了一条生命。”

从“全能”到“专业”,操控骨科机器人探索创新

与普通临床护士不同,做了20多年手术室护士,姜述颖从最初的“全能型”选手逐渐走向了“专业化”护理能手。“手术护理涉及20多个科室



,分9个专业组,刚开始轮岗会逐渐接触各领域手术配合技能,打好基础后便开始步入专业化管理,护士可以选择自己深耕的方向。”姜述颖介绍,她主要研究骨科手术护理。2016年,烟台山医院引进骨科机器人,并完成了全省首台骨科机器人手术。当时进行

骨科机器人手术,需要专业的工程师进行操作,做一台手术,在人力、物力、时间上的耗费都比较大。“因为我平时对于电脑等电子设备和仪器的使用比较熟练,且有骨科机器人手术跟台经验,所以医院在2017年选派我和另外两名护理人员,同数位手术医生一起去北京学习进修骨科机器人的操控。”

学成归来,姜述颖正式加入骨科机器人手术中配合主刀大夫操控机器人,并组建了手术室的护理配合团队。在配合医生完成手术的同时,姜述颖也在想方设法配合医生让更多患者享受到骨科机器人手术的智能、微创、精准、快速康复等优势。“以往骨科机器人手术开展范围主要以股骨颈、骨盆、脊柱等为主,创伤科主任姜传强看到了机器人手术的优势,就想能否为手腕受伤的患者也用骨科机器人进行手术。”姜述颖了解了姜主任的想法便开始付诸行动。她根据骨科机器人的作用原理,制造了一个适合手腕手术的装置,并成功应用于手术中。2018年,凭借此装置以及团队的优秀表现,姜述颖荣获国家级创建骨科机器人应用中心项目个人“技术创新奖”,她也成为目前全国唯一一个获此奖项的护理人员。2020年,她的“腕舟骨折手术辅助装置”成功申请国家专利。

姜述颖坚信“机会是留给有准备的人”,而这句话也是1999年姜述颖入职时手术室护士长孙东绣对其说的。20多年来,姜述颖全心全力投入护理事业,用实际行动,用点滴进步,不断践行这句话。2023年,姜述颖凭借这份坚持,在自己的岗位上做出了优异成绩,也因此荣获“山东好护士”荣誉称号。