



# 用凡人之躯守护生命之光

## ——致敬“白衣天使”

YMG全媒体记者 张萍 通讯员 闫程翔 刘丽 马彦蓉 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，是病痛者随时贴心的安慰，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、禽流感、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，她曾撇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工作室。2022年，侯绪娜被评为“山东好护士”。

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

士的不容易。”护士

是近距离、长时间接

触患者的群

众，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

### 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”

### 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，日复一日年复年。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中呕吐物。“我们当时都懵了，几分钟后，我妈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是一名护士的职责。

回想2001年初入职时，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。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，在我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”。



本报记者 张萍 通讯员 闫程翔 刘丽 马彦蓉 摄影报道

### 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，她的小本子日常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，精力基本都投人在工作上了，分给家人的很少。”

“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