

■ 护理感悟

用心用情 读懂生命的刻度

□ 沈贺阳

身作为一名护士,我很荣幸能穿梭于各病房之间,为不同病情的患者提供护理服务。无论是基础护理操作还是心理疏导,我都能凭借专业素养和丰富的临床经验,以仁爱之心对待每一位遭受病痛折磨的患者。在这个过程中,我倾听了无数患者的心声——对病痛的恐惧,对康复的热切期盼,对医务人员的由衷感激,以及对生命的深刻思考。这些真实的情绪不仅充实了我的职业体验,更让我深刻理解了护理工作的意义。

作为一名麻醉科护士,我工作中最常驻守的地方便是麻醉恢复室(PACU)。在监护仪为守护生命而永不停歇的滴答声中,苏醒后依偎在母亲身边放声啼哭的婴儿,仿佛生命焕然一新,正踌足了劲儿迎接他们崭新而美好的人生。他们的啼哭是

世界上最美妙的歌声,激励着每一位医务人员,传递着希望与力量。病痛固然是折磨,却也是对我们身心的磨砺,它教会我们更加珍爱自己的身体,更淬炼出顽强的意志。

此时,我不由得想起一个很特别的科室——产房。一走进这里,紧张感便直抵心头。指导声与加油声仿佛是产房的背景音,引导着产妇正确用力,把控着分娩进程。喊叫声与哭泣声,是产妇正在经历的疼痛宣泄。我目睹新生命在眼前诞生,见证临盆的产妇挺着浑圆的孕肚,艰难地爬上产床。产房,这个迎接新生命的神圣殿堂,对产妇而言却如同经历一场浴血重生的战斗。幸而有无痛分娩技术为她们保驾护航。看着她们逐渐舒展的面容,我不禁思考,这便是医学发展的意义所在。

在医院工作以来,我的幸福感与日俱增,这或许就是妇幼保健院的魅力所在。然而,有一个地方萦绕在我心头,那里充满了各种声音,至今回想起来仍令我出神良久。

在那里,每位进入麻醉恢复室患者的脸上都写满忧虑与恐惧。当他们从麻醉中醒来,又无不惊叹于它的神奇,甚至渴望趁着药效多睡一会儿。麻醉确实奇妙,能让他们在追逐梦想的道路,少一些疼痛与恐惧。一切恍然如梦,梦醒时分,有人欢喜,有人哀伤。我听见取卵患者在全麻苏醒时的哭泣,那说不尽的委屈令人心碎。我尽力安慰患者,开导患者。我由衷期盼着医学技术不断进步,愿我们的服务能如星光,照亮每一位患者生命中的晦暗夜空。

月有阴晴圆缺,人有悲欢离合。亡者的遭遇让

人心疼,而生者的悲痛更易引发共鸣。第一次在这里目睹有人哭得如此无助,是一位50多岁的女士跟随着闯入我的视线。她弱小的背影,断断续续的抽泣声在走廊里回荡。从零碎的对话中,我大概明白了她的忧虑。可站在一旁的我,只能沉默地攥紧双手。那一刻,我多么希望自己的操作能更娴熟一些,医学技术能发展得更快一些,世间所有的病痛都能找到治愈的良方。我祈愿她们身体早日康复,重拾面对生活的勇气,在抗击疾病的征途上一帆风顺。

工作累的时候,我常常想:怎么天天都有这么多手术?感觉自己仿佛生活在“楚门的世界”里。医院就像一个巨大的舞台,每个人都扮演着既定的角色,日复一日地上演着看似雷同的剧本。但是我的心里清楚,每天这数以百

计的手术都是真实的,背后承载的无尽欣喜与辛酸,同样真实无比。

有人说,见得多了就习惯了。我想说,不是这样的。正是因为见得多了,如今的我反而更深刻地明白:患者的病情是否好转?心情是否转变?饮食是否有所改善?术后的伤口还疼不疼?这些,才是医务人员应该时刻关注的问题。

“悟已往之不谏,知来者之可追。识迷途其未远,觉今是而昨非。”希望每个人都能珍爱自己的身体,重视自己的健康。比起在病榻前提供细致入微的护理,我更希望无论是在诊室还是在病房,都见不到你们的身影。

若能换得康复之讯,我们自当尽心竭力,助每一位患者如愿以偿。
(作者供职于郑州大学第三附属医院)

夏季情绪调节方法

□ 席娜

近期连续的高温天气,导致郑州市第八人民医院心理门诊的就诊人数增加。据郑州市第八人民医院主任医师张中发提醒,在高温天气时,如果出现情绪烦躁、爱发脾气、记忆力下降等情况,有可能是“情绪中暑”。来就诊的这些患者中,“城市白领”更容易“中招”。

刘女士在一家知名公司担任销售经理,平时工作压力很大,每天都神经紧绷。随着持续高温天气来袭,她对工作也越来越烦躁,每天感到疲惫不堪、心情烦躁、食欲不振、头痛失眠,有时连说话的口气都带着“呛人的火药味”,动不动就莫名其妙地发火,常因一些微不足道的小事儿跟别人争吵。前几天,刘女士在开车上班的路上,因为与对向车辆互不相让而发生摩擦,竟然闹到要去派出所处理的地步。刘女士说,天气一热,她好像控制不住自己的情绪,家人建议她去看心理医生。

炎炎夏日,不仅身体易中暑,人们的情绪也易“中暑”。张中发指出,这些都是“情绪中暑”的表现。人们的情绪和天气关系密切,尤其在炎热的夏季,有10%的人会莫名其妙地出现情绪和行为异常。“情绪中暑”的主要症状包括心情烦躁、情绪低落、乱发脾气、精神萎靡、思维紊乱、行为异常、对事物缺乏兴趣等。还有一部分人们因力求完美的倾向,导致工作中出现失误并盲目自责。这种情绪若长期存在,很容易引发心脑血管和心理等方面的疾病。

“高温天气会影响人体下丘脑的情绪调节中枢。部分患者即使所处环境并不热,也会因看到窗外强烈的光照等而产生烦躁情绪。”张中发说,除气温变化外,出汗较多、睡眠不足和饮食不佳等因素还会导致人体电解质代谢障碍,影响大脑神经活动,从而引发情绪和行为方面的异常。

如何远离“情绪中暑”?张中发建议,应顺应夏季昼长夜短的特点,及时调整工作计划和生活节奏,明确目标,适当放缓进度;保证睡眠充足;在封闭的房间内不宜停留过久,居室注意定时通风,并尽可能保持室内简洁,避免压抑感。

此外,在保证营养的前提下,少吃油腻食物;足量饮水,以调节体温、改善血液循环;多吃清火食物,少吃辛辣食物,少饮烈酒。张中表示,还可向朋友倾诉烦恼,多做自己喜欢的体育运动,把不良情绪宣泄出来。只要方法得当,大家就能有效调节心情。必要时,患者可以进行心理咨询。

(作者供职于河南省郑州市第八人民医院)

■ 小发明

一次性腹内压测定套件

□ 卫晓静 文/图

腹腔内压力(IAP)主要由腹腔内脏器的静水压产生,在正常情况下接近大气压,是临床诊断和治疗疾病的重要生理参数。其持续或反复病理性升高——超过12毫摩尔/升,即定义为腹腔内高

压(IAH)。腹内压作为密闭腹腔内的压力,是诊断和治疗IAH及其严重的并发症——腹腔间隔室综合征(ACS)的必要指标和可靠依据。临床许多疾病可导致IAP增高,引发患者不适甚至严重并

发症,因此IAP监测很重要,尤其是在重症监护病房(ICU)内应常规进行。持续监测膀胱压力(UBP)是早期发现ACS的“金标准”,因其与IAP具有良好的相关性,是一种实用而简便的定量检测方法。

现有技术问题

当前测量腹腔内压力多采用导尿管外接测压装置,并用物理量尺进行读数。这种方法存在明显的不足,比如测量过程不够便捷,反复断开导尿管连接存在感染隐患,且部分市售测压套件价格昂贵,难以广泛普及。

研究目的

为解决上述问题,本项目旨在设计一种一次性腹腔内压测定套件。

继续选用经导尿管测量的途径,但对其连接导管进行改良。避免反复断开导尿管带来的感染风险,并整合膀胱冲洗与腹内压测量两种功能。

增加集成的刻度测量装置,减少操作不便。

实现单人操作,确保经济、实用、安全。

设计思路与方案

核心思路是改进现有集尿袋装置。

三通阀设计 在导尿管开口端(患者端)预留三通阀装置(可连接普通输液器)。

带刻度输液线 配备一根带有清晰刻度的专用输液线(测压管),两端带有螺丝固定扣。

多功能集成 该输液线既可用于后续膀胱冲洗,也可直接用于腹内压监测读数,无须额外量尺。

保护架结构 设计保护架,其内部嵌有集尿袋。保护架顶端中部嵌有进尿管(连接患者的导尿管),进尿管靠近端部安装前述三通阀。三通阀外侧一端连接测压组件(带刻度输液线)。保护架底端中部嵌有排尿管。

流量控制 进尿管外侧套接第一止流阀,排尿管外侧套接第

二止流阀。

固定装置 保护架外侧安装有固定组件(如绑带、魔术贴、粘连层等),方便将装置固定在患者腿部或衣物上。

创新点与项目用途

便捷测量 解决了传统导尿管外接测压用量尺测量的不便,集成了刻度输液线直接读数。

多功能集成 改进的集尿袋装置兼具膀胱冲洗和腹内压监测功能。

降低感染风险 避免因反复断开导尿管进行测压或冲洗带来的感染隐患。

直观安全 腹内压数值通过刻度线一目了然(特别是红色警示区),实现单人操作,设计注重经济性、实用性和安全性。

对需要留置尿管的重症患者进行持续或间断的腹腔内压监测。

对需要留置导尿管并进行膀胱冲洗的患者提供一体化解决方案。

便捷、直观地识别IAH风险及危重状态,为临床决策提供依据。

社会效益与经济效益

结构简单,使用方便 降低操作复杂度。

减少感染 避免尿管反复断开。

功能整合 同时满足膀胱冲洗和IAP监测需求。

直观读数 刻度清晰,压力值一目了然。

单人操作 节省人力。

便携经济 保护架和固定组件(如绑带可重复使用)便于携带,降低成本。

应用广泛 适用于所有留置导尿管且需要膀胱冲洗或腹腔内压监测的患者,临床需求量大,推广前景广阔。

操作及使用方法

妥善连接 将三通阀顶端的接口与患者体内的导尿管妥善连接。

固定装置 撕下保护架外侧

粘连层的防粘薄膜,将粘连层粘贴在患者衣物外侧固定。

使用绑带 将绑带一端穿过保护架一侧的固定槽,用魔术贴固定;将绑带另一端穿过保护架另一侧的固定槽,同样用魔术贴固定,将装置稳固绑在患者腿上。

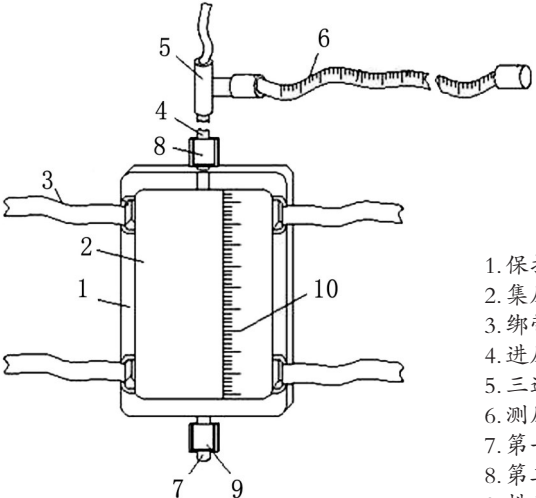
初始测压准备 通过三通阀连接的带刻度输液管(测压管),向管内注入50毫升~100毫升无菌生理盐水(通常使用注射器推注),直至液柱上升至刻度“0”点稳定(参照大气压零点)。

读取IAP 液柱稳定后对应的刻度值即为膀胱压(UBP),近似等于IAP。注意观察是否进入红色警示区。

膀胱冲洗 在装置使用后后期需要进行膀胱冲洗时,取下测压管末端的保护帽,通过该管(此时作为冲洗管)向膀胱内注入清洗液。

排空尿液 当集尿袋内尿液过多时,打开排尿管上的第二止流阀进行排空。

(作者供职于河南省人民医院)



1. 保护架
2. 集尿袋
3. 绑带
4. 进尿管
5. 三通阀
6. 测压组件
7. 第一止流阀
8. 第二止流阀
9. 排尿管
10. 刻度线

结构示意图

优化服务流程 提升医疗品质

本报记者 王 平 通讯员 王 倩 马晓鸣 王永歌

“您别急,我扶您去诊室!”6月29日,在郑县第二人民医院门诊大厅内,导诊护士申晓凡快步上前,搀住一位步履蹒跚的老人。老人因关节疼痛独自就诊时,正为找不到目标科室发愁。申晓凡一边轻声安抚,一边为老人办好挂号手续,并全程陪同老人检查。临走时,老人拉着申晓凡的手哽咽道:“闺女,你这服务像家人一样贴心!”

这样的暖心场景,正是郑县第二人民医院2025年“优质服务提升年”的一个缩影。以此为契机,该院全面推动服务品质升级,各科室紧扣“日排查、周通报、月总结”机制,以患者需求为导向,突破传统方法,从沟通优化、流程革新到细节关怀、技术赋能,全方位构建有温度的医疗卫生服务体系。如今,暖心服务已成常态,助力该院实现服务品质的持续提升。

优化服务语言体系

传递温暖人文关怀

郑县第二人民医院以“语言润心”为切入点,开展“暖心话语工程”。该院组织多场沟

通技巧与文明礼仪专题培训,围绕患者就诊全流程场景制定暖心话语模板,规范服务用语。在这里,这样的温暖对话时常响起:导诊会对迷茫的患者说:“阿姨,您好,有什么需要帮助的吗?”对哭闹的孩子轻声安抚:“小朋友别怕,阿姨陪您去找医生。”门诊医生接诊时主动问候:“大爷,您好,请告诉我哪里不舒服?”查房时,医生会拉着患者的手询问:“大姐,昨晚休息得怎么样?伤口还疼吗?”

这些温暖的话语贯穿了患者入院、检查、治疗、出院等各个环节。例如,普外科患者张先生术后情绪低落,护士长张书娟经常会问候:“张大哥,今天胃口好点没?按咱说的,慢慢走两步试试?有啥烦心事尽管跟我说,别憋在心里。”一句句带着温度的话语,如同暖流,化解了患者的焦虑。对于病情复杂、心理压力大的患者及家属,医务人员总会挤出时间多聊几句,用共情式的交流传递关切。这不仅增强了他们战胜疾病的信心,更赢得了真心信

赖。

搭建学习成长平台

赋能服务能力提升

以“学习型医院”建设为抓手,郑县第二人民医院在门诊楼二楼、住院楼大厅设立读书角,既方便住院患者阅读,也为员工提供了学习阵地。该院工会精心挑选与沟通技巧、传统美德、医疗卫生服务礼仪相关的书籍,并建立“书香二院读书微信群”,组织员工轮流朗读《道德经》《朱子治家格言》等经典著作,深入开展阅读学习。

为推动书中理论转化为实际工作能力,郑县第二人民医院定期召开晨读分享会,鼓励大家结合岗位实例交流感悟。例如,医保办公室的李小红分享《朱子治家格言》中“处世戒多言,言多必失”的体会时提到,自己曾遇一位患者对报销政策有误解,情绪激动地指责“你们就是故意卡流程”。她坦言,以往会立即辩解政策规定,结果常激化矛盾;如今,她想起书中“待人和要”的道理,先耐心倾听患者倾诉,再递上一杯水说:“大哥,我特别理解您着急报销的心情。您看

这样,我一步一步给您讲清楚哪些材料能用、怎么报销,咱慢慢捋顺了就好了。”一番平和沟通后,患者的怒气消散了,还连声道谢。

后勤科的王师傅则从《道德经》“千里之行,始于足下”中获得启发。他在分享时说:“以前接到病房维修申请,总想着尽快处理完去忙下一项,有时会忽略患者的感受。如今读完书才明白,服务不分大小,哪怕拧螺丝时多说一句‘我尽量轻点儿,不影响您休息’,患者心里也会舒服很多。”这些学以致用的转化,让读书不再流于形式,而是成为提升服务能力的“助推器”,助力医务人员在书香中滋养服务初心,在分享中锤炼沟通智慧。

拓宽意见反馈渠道

精准回应患者诉求

“现在复查再也不用抱着一堆胶片来回跑了,手机上就能看影像报告,太方便了!”提及郑县第二人民医院的“云影像”服务,患者王女士赞不绝口。此前,她曾反映“复查携带胶片不便”,郑县第二人民医院迅速响应,在较短时间内便上线了云端影像系统

——患者的CT(计算机层析成像)检查报告等检查资料自动上传云端,患者用手机可随时查阅,患者的怒气消散了,还连声道谢。

为精准收集患者诉求,郑县第二人民医院构建起“立体式”意见收集网络:设立“院领导接待日”,直面患者诉求;安排行政中层干部每日在导诊台轮值,听取患者建议;设置“患者意见箱”,并摆放在醒目位置;开通24小时服务热线;患者出院后,定期进行电话随访。从预约挂号、医疗质量到服务态度、便民设施,全方位征集意见,快速响应、高效整改,让每一条建议都成为服务升级的“催化剂”。

践行“换位体验”理念

打造优质服务品牌

患者刚到医院门口,保安便主动上前引导停车、指引路线;色彩鲜明的导视标识清晰易懂,让人轻松地找到目的地;导诊台提供咨询、办卡、暂存物品等“一站式”服务,“爱心便民箱”里的充电宝、雨伞等,更为不少人解

了燃眉之急。这些细致入微的“小举措”,让就医流程更省心、服务更贴心。

护理部开展的“医患角色互换”活动,更让服务多了份共情。护士小李在模拟患者接受输液穿刺后反思:“原来被扎针时,一句‘我轻点儿操作’比‘别紧张’更让人安心。”为此,科室推出“治疗前沟通清单”,输液时护士会主动说明:“这瓶药输液的时候可能手有点儿胀,如果不舒服您随时说。”操作中多一句安抚、多一个手势,让护理服务更有温度。

从停车引导到治疗沟通,郑县第二人民医院以换位思考的细节,将“贴心”融入就医的每个场景。郑县第二人民医院党委书记邢军伟表示,优质服务永无止境,重在坚持,贵在落实。未来,该院将始终秉持“一切以患者为中心”的理念,持续深化服务内涵,积极探索服务优化的新路径,创新服务模式,不断强化文明服务、改善服务态度、转变服务作风、提升服务质量,以更有温度的医疗服务、更精湛的专业能力,守护群众健康,书写新时代医院高质量发展的新篇章。



平顶山市卫生健康委员会协办