

她们是穿刺针下的“生命工程师”，也是社区里的“健康摆渡人” “白衣”之下，用专业铸就温暖守护

5月12日，红十字国际委员会公布了第50届南丁格尔奖获奖名单，来自全球17个国家的35名护理精英脱颖而出，荣膺这一全球护理领域的至高荣誉。其中，上海交通大学医学院附属第一人民医院肿瘤中心的邢红主任护师成功上榜。同日，备受瞩目的“上海好护士”评选结果也火热揭晓，值得一提的是，来自黄浦区五里桥街道社区卫生服务中心的姜玉霞，作为本次评选中唯一来自社区卫生中心的社区基层获奖者，显得颇为引人注目。她们的事迹，不仅是个人职业精神的彰显，更是对整个护理行业崇高价值的生动诠释。（本版图片由受访者提供）

◆记者 梅一鸣 丁雨



邢红(左三)指导年轻护士进行PICC置管操作



姜玉霞为居民讲解糖尿病知识

邢红：一根导管谱写大爱

生于1966年的邢红常年奋战在护理一线，聚焦肿瘤、艾滋病及结核病等患者的专业护理服务。她在外周中心静脉导管（以下简称PICC）领域创下了多个“第一”，为保障肿瘤等特殊疾病患者的生活质量和生命安全作出了重要贡献。

上世纪90年代，癌症患者在接受化疗时要忍受反复注射带来的剧痛，许多患者的手背红肿、溃烂，这让不少人感觉痛不欲生。“我每次听到护士在走廊里推着治疗车的声音，就会害怕到浑身冒冷汗，太痛苦了，要么放弃吧。”曾有一位患者抓住当时年轻的邢红哽咽道。这样的情况，邢红看在眼里急在心里。她费了九牛二虎之力，将PICC置管技术引入中国，成为了上海第一位采用此技术的一线护士。一根长约60厘米、粗细与橡皮筋相仿的软管，经于肘处的静脉置入，最终直达靠近心脏的上腔静脉中下三分之一处，这条被称为“PICC”的通道，架起了长期输液、化疗患者的“生命线”。而PICC置管远非易事。邢红告诉记者，长期输液患者的血管常肉眼难辨，在置管过程中甚至会出现导管“迷路”或反折现象。“我们会调整患者体位，尝试抬高、外展手臂，甚至通过特殊手势引导导管走向。”在国内尚无血管超声引导设备的情况下，她改良穿刺针，首创“非超声引导改良塞丁格技术”，使置管成功率由原来传统穿刺的60%，迅速提高为90%。PICC导管每周需要维护，但化疗后的肿瘤患者身体虚弱，奔波大医院对他们来说是很大的负担。如果患者家门口的社区卫生服务中心参与静脉导管维护工作，不仅可以满足PICC置管的肿瘤患者和老年患者日益增长的就近维护导管的需求，还能有效提升基层护理人员专业护理水平。

2002年，邢红开设了全国首家PICC护理门诊，创新性地上海市建立“标准化静脉导管护理社区示范基地”，并编写了中国首部PICC护理指南。她还创新性地上海建立“社区标准化静脉导管护理门诊”，牵头推动实施共享优质护理项目，让患者在“家门口”就能够放心地享受便捷、优质的专科护理服务。



得到病患的信任，是邢红最开心的事

在邢红的护理生涯里，一位年轻乳腺癌患者让她印象深刻。“肿瘤侵犯了这位患者的胸壁组织，皮肤破溃糜烂，散发出阵阵恶臭，连她的家属都对其退避三舍。”邢红主动承担了患者的照护治疗工作，每天为她细心换药，不断安抚鼓励她积极配合临床治疗。经过三个月的治疗，患者整个胸壁伤口完全愈合。患者、家属和同行都说，邢红创造了“一个奇迹”。这一事件让邢红重视起肿瘤患者的身心问题。1995年，邢红率先成立“肿瘤康复沙龙”，带领一批肿瘤专科护士30年如一日，志愿为肿瘤患者提供“身-心-社-灵”全程服务。

作为静脉输液治疗的权威护理专家，邢红把推广普及先进护理理念和技术当作她生命的一部分，走到哪里，就把这项工作做到哪里。四川省凉山彝族自治州是结核病的高发地区，邢红发现当地的患者对于长期输液的解决方案有着迫切的需求。在当地，邢红成功地成为一名营养不良的5岁肠结核小女孩完成首例PICC置管，当营养液和药物通过这条细细的“生命通道”流入小女孩的体内，她原本黯淡的眼神重新出现了光彩。正因为此，邢红决定在当地持续开展定点帮扶，深度推广PICC置管技术，让更多特殊患者尽快实现静脉输液全程的“一针治疗”。

20多年来，邢红走出上海，踏遍云南、贵州、内蒙古、广西、安徽、湖南、青海、江西等省的60多家各级医疗机构。在全国各地，邢红面对面、手把手地传授一线护理人员静脉治疗相关专业理论和技能，提升了我国静脉治疗的整体水平。

姜玉霞：守护居民健康“最后一公里”

在黄浦区五里桥街道社区卫生服务中心，总能看到一个步履匆匆的身影，她就是护士长姜玉霞。1997年，从原上海医科大学附属护士学校毕业的姜玉霞，踏入了三甲医院的大门，开启了自己的护理职业生涯。2010年，姜玉霞来到五里桥街道社区卫生服务中心，这一待，就是15年。

初到社区，姜玉霞便感受到了三甲医院与社区工作的巨大差异。社区工作以预防保健为主，琐碎繁杂，接触的大多是老年居民。“姜护士天天笑呵呵的，人也特别温柔有耐心，遇到这样的护士是我们老年人的福气。”75岁的患者王阿姨感慨地说。

姜玉霞说，工作中，难免会面对因焦虑而情绪激动的患者，而她总是耐心倾听，用真诚的共情化解矛盾。“医护人员不仅要学会换位思考，更要理解患者的处境和需求。”一次，姜玉霞的公公突发疾病被送医急救，安排好工作后，姜玉霞急忙赶往医院，面对步履匆匆的急诊室医生、焦虑的家人，还有不断送来的其他病患，姜玉霞第一次以患者家属的身份在亲身体会到了无助与焦急。回到社区后，她经常对护士们说：“要把患者当家人。”

在输液室，她凭借“一针见血”的高超技术和亲切和蔼的态度，成为众多老人心中的“明星护士”。在她的带动下，护士们主动帮患者解决各种问题，尽量避免患者来回奔波。如今，输液室里一面鲜艳的锦旗、一声声真挚的



姜玉霞示范胰岛素注射的规范操作

感谢，就是医患和谐最生动的写照。

2016年，姜玉霞将工作重心转向糖尿病慢病管理。在工作中，她敏锐地发现许多患者因胰岛素注射不规范，导致血糖控制不佳。为解决这一问题，她主动牵头开展健康讲座。讲座中，她手把手地

教居民选择合适的注射部位、规范轮换方法，用通俗易懂的语言讲解针头重复使用的危害。“大家注意看，第七步捏皮的手法要这样……”姜玉霞总是一边示范胰岛素注射的规范操作，一边详细讲解自创的“注射九步法”（一洗手、二核对、三安装、四摇匀、五排气、六检查、七捏皮、八停留、九丢弃）……在她的带领下，团队创新实施的“5E”糖尿病管理模式成效显著，社区糖尿病规范管理率达到89.52%，废弃针头回收率也从10%跃升至70%。

曾经有位患者术后伤口一直反复感染，他辗转各大医院求医，始终不见好转，最终抱着“试试看”“反正离家近”的念头，找到了姜玉霞。于是，姜玉霞带领团队开始了一场与病菌的“持久战”。她们每日定时为患者清创换药，仔细观察伤口的细微变化，反复推敲调整护理方案……经过她们的精心照料，患者的伤口终于逐渐愈合。“今天去复诊，医生夸我恢复得非常好。姜护士，多亏了你们的悉心照料！”当患者专程送来锦旗时，点燃了每一位护士心中的职业热情。这件事情让姜玉霞很有感触，于是，为了更好地服务患者，姜玉霞积极创建护理中心，聚焦“一专多能”的护士培养体系建设。通过系统化培训与实践锻炼，让每一位护士既能深耕糖尿病管理、伤口护理等专科领域，又能熟练掌握预防保健、基础诊疗等综合技能，为辖区居民提供方便可及、综合多元的“家门口”“一站式”护理服务。

尽管面临繁重的工作压力，姜玉霞也在努力平衡工作与家庭的关系。自从女儿上高中后，每天在回家的路上、在饭桌上，母女俩都会分享彼此的生活点滴，说着独属她们母女俩的“悄悄话”。从小到大，每当看见母亲拖着疲惫身躯回到家，仍不忘为社区居民答疑解惑，女儿心中既心疼又敬佩，也因此对医学产生了浓厚的兴趣。尽管姜玉霞心疼女儿，常劝她“学医太辛苦”，但女儿却坚定地憧憬着成为像母亲一样有担当的医者。

从业28年、荣膺多项荣誉，姜玉霞却始终扎根在临床护理前沿，努力成为患者心中的“生命守护者”。