

# 有爱心 + 高技术 好护士难当亦难求?

今天是国际护士节。世上最著名的护士南丁格尔曾说，“护理工作是一门艺术，护士要有一颗同情的心和一双愿意工作的手。”老龄化社会来临，护士的工作内涵不断拓宽，现已涵盖老年护理、慢病管理、临终关怀等多种服务，都对护士的质和量提出更高要求。近年来，在政策推动下，护理人员编制不足的问题得到改善。而护士的职业成长、职业自信，正成为需要思考的新问题。



## “提灯女神”为何你要离职?

张慧(化名)春节前从二甲医院离职,回老家的一家医院做行政。她说,到了适婚年龄,家里安排相亲,认识了老家的一位男青年,决定结婚了,父母就给她安排了比较舒适的工作。“刚毕业的时候充满干劲,能够全身心投入工作。随着年龄增长,很多想法变了。”她坦言,比起医生,护士的职业寿命也更短。很多人有了家庭孩子后,三班倒的工作性质让她们无法照顾孩子和家庭,因此宁可离开福利待遇优势明显的三甲医院,去了工作压力相对小的私立医院甚至社区卫生院。

徐晓琴(化名)是某三甲医院重症监护室的护士,工作6年后,她摘下燕尾帽,转到一家生物医药公司做销售。她说,“再也不用上夜班了!再也不用做遗体护理了!再也不用听各种仪器的报警声了!”ICU的护士,堪称白衣天使中的“特种兵”,各项护理技能驾轻就熟,ICU里的病人也很特殊,要么转危为安,要么永远离去。徐晓琴说,ICU护士接触死亡的机会比一般人更多。长期忙碌的工作,紧张的状态,让不到30岁的她就脱发,睡眠也不好。

长期高强度劳动,精神高度集中,三餐甚至不能准时吃……这是很多护士的工作常态。张慧说,有时到点了去测量身温血压,病人不理解,认为护士吵醒了他休息;有时只是要求得不到第一时间的满足,哪怕提出的是无理的要求,都会迁怒于护士。儿科护士王欢(化名)也说,科室里的姐妹几乎没有没被骂过的。“孩子乱动,针扎不上,家长立刻火冒三丈。”这种情况下,护士一般都是默默忍受。

“护理是责任心、爱心、耐心和智力、体力”



产房的助产士正在整理医嘱

日前,上海交通大学医学院附属仁济医院南院举办“我和患者有个故事”护理人文演讲比赛,护理工作从叙事护理的角度探讨护患关系。

● 陪伴最深情  
产房助产士王巧华  
怀孕31周的小楠被水入院时,她紧紧抓着我的手哭:“护士,我是不是要生了?还没有足月呢。”“放心吧,我们在呢。”我一边安抚着小楠,一边用小楠进行检查。这不是我第一次感受到孕妇的焦虑和无助。

眼看就要分娩了,小楠肚子里的宝宝胎心降至60次/分,一查宫口,脐带脱垂!产科医生当即启动产房急诊剖宫产。我赶紧安抚她,“你别怕,我们所有人都陪着你呢,宝宝现在情况很危急,我们要在5分钟之内娩出,你相信我们……”最终,婴儿清脆的哭

的结合。”徐汇区大华医院护理部主任杨雅说,尽管对护士的认可度逐年增高,但一部分人对护士的了解还等同于“护工”,甚至有人直接喊“服务员”的。其实,护士的专业性很强,过去大专学历的护士占多数,如今本科学历的护士已成为主力军,硕士也屡见不鲜,博士也不稀奇了。2016年,杨雅就取得了医院管理研究生硕士学位,正在考虑近期再读个博士。

## 专业发展 延长职业生涯

随着护理岗位的价值愈发凸显,专科技术含量进一步提高,专科护士应运而生。杨雅所在的大华医院,伤口护理是特色。医院有一支伤口造口专科护理队伍,面对糖尿病足、下肢静脉曲张、造口等各种原因形成的伤口,护士们全程干预,用精心的护理为病人重拾生活的信心。杨雅还设计了“大华医院——社区伤口护理行”活动,深受社区居民好评。如今,伤口造口专业护理队伍的成功,让杨雅信心倍增。“护士长等管理岗位不能作为护士职业发展唯一的途径,应打开思路,建立合理和可持续发展的护理岗位。”杨雅计划每年为护士们增加一个专科项目培训。大华医院紧跟政策方向,着手培养老年专科方向的护士,最近她更是克服人手短缺的现状,“狠下心”把护士送去脱产培训,为拓宽她们的职业生涯搭建了各种平台。

实际上,护理专业早就升为一级学科,与临床地位同等重要了。在一个人全生命周期的健康服务中,都离不开护士。记者从上海市护理学会了解到,截至2018年末,上海注册护士为9.35万,按上海常住人口统计,每千人口注册护士达3.86人,上海市护士总量提前达到“十三五”目标。

每年,市护理学会都会表彰一批杰出护理工作,激励广大护士的工作积极性。同时,自“十三五”以来,上海还重点加强新入职护士、临床专科护理骨干、社区护士和护理管理岗位的培训,发展“新护士岗位培训——专业护士适任培

训——专科护士提升培训”的阶梯式临床护士职业能力发展体系。2016至2018年,上海培养肿瘤护理、PICC护理、血液净化、产科护理、儿科、伤口护理等各类专业适任护士近5000名。此外,大部分二三级医院开设了护理门诊,护士真正成为了主角。

在上海市第一妇婴保健院,已开设母乳喂养、助产士、PICC置管、流产后关爱、妊娠糖尿病护理、女性泌尿护理六大专科门诊,均由高年资护士主导。该院护理部主任江会说,“所谓‘三分治疗,七分护理’,不能把护士工作看作是简单劳动,护士有不可替代的作用,应该尊重护士的劳动价值。”

## 多方努力 呵护“天使”成长

2008年5月12日,《护士条例》实施。11年来,我国的护理事业得到了快速发展,取得了显著成效。截至去年底,我国注册护士人数突破400万,医护比也有所提升。不过,在多样化、多层次的健康需求面前,护士的配置数量依然不足。

“护理工作有服务行业的性质,但与一般服务行业相比更紧张、更繁重,要付出更多。因此,需要大家共同努力,呵护‘白衣天使’的心。”江会说,2016年,医院成立了护士委员会,每年定期举办职工“吐槽会”,给护士释放压力的平台;巴林特小组活动也倾听护士在工作中的喜怒哀乐,换位思考,为护士解决困扰,缓解焦虑。

2018年起,一妇婴护理部还推出新职工和科室双向选择的举措,大家称之为护士和护士长的“相亲会”,在经过了规培之后,护士对产科、妇科、新生儿科和辅助生殖科等科室有了详细了解,可进行双向选择,此举激发了新职工工作的主动性、自主性,大家更愿意在工作中发挥自我特长,也可最大程度培养选拔和使用优秀人才,优化临床护理人员结构。江会表示,社会及医院应为护士创造更好的护理工作环境,提高护士的待遇,鼓励护士接受继续教育学习,打通拓宽职业晋升通道,多种方式培养护士职业自信。 本报记者 左妍



岳阳医院血液净化中心忙碌而有序 李永生 摄

## 护士的工作要求有高超的业务水平

本报记者 徐程 摄



戴上护士帽,就肩负起救死扶伤的重担 本版图片除署名外均由采访对象提供

助产士正在为产妇佩戴胎儿生理指标监测仪器 本报记者 徐程 摄

仁济医院南院病房护士正在为老年患者服务

# “在家提心吊胆,在这里我很安心!”

——记上海岳阳医院血液净化中心护理团队

下午1时15分,距上海中医药大学附属岳阳中西医结合医院血液净化中心的下午“开张”还有15分钟,门口已整整齐齐排起队。轮椅先“进场”,较“年轻力壮”的排后面——大家似乎形成了一种默契。护士长梁国英进进出出,与病家亲热地打招呼,看起来就像老朋友一样自然。

## 不是亲人的亲人

2017年,上海岳阳医院新建的血液净化中心投入使用,成为目前上海规模最大的血液净化(透析)中心,但老病家还是习惯叫它“血透室”。有30年护龄的梁国英带领平均年龄35.3岁的护理团队,守护着透析病人的生命线。身穿淡蓝色制服的他们,被称为可爱的“蓝精灵”。

1时30分,病人陆续进入,躺上病床等待透析。“每台机器脾气略不同,每个老病家都有固定的床位和机器,可以保证他们平稳地度过全程,也方便护士的管理。”梁国英说。81岁的徐老先生是宁波人,每

## 你的生命是我的大事

护士长梁国英的“严”是出了名的,她常说,“我们的职责不仅是做好透析治疗,还有教会病人自我管理。健康宣教看似常规,但对治疗起到良好的辅助作用。”为了让患者得到属于自己的个性化健康指南,护士们开辟了一间宣教室,通过多媒体、宣传手册、实物模型、娱乐设施等多元化方法传递健康,患者的知识丰富了,对透析治疗的依从性也大大增强。

血液透析患者有个特点,再热的天,也穿长袖出门,原因有两个,一是手臂上穿刺久了形成的假性动脉瘘看着疼,二是他们要尽全力保护这个扑扑跳动、象征生命的内瘘,免受外界伤害。梁国英告诉记者,内瘘穿刺带来的剧痛以及透后穿刺时易出血,这些在透析患者看来已经司空见惯的事情,却是护士心里的头等大事。为了延长患者内瘘的使用寿命,减轻患者穿刺的痛苦,同时降低血管瘤的形成概率,梁国英和高年资护士将透析领域的最新穿刺技术——扣眼针穿刺引入。扣眼针要求每次同一进针点、同一进针角度、同一进针深度,2个月可形成皮下隧道即扣眼。因此,专人定点穿刺尤为重要。护士们克服困难,主动换班,持续为自己管辖的患者穿刺,整整两个月,她们做到了同一护士固定为同一患者进行穿刺,现在,第一批患者都拥有了自己的“扣眼”。71岁的王先生高兴地捋起袖子,指着两个还没有指甲盖大的扣眼说,“这是护士技术的最好证明!”两个小小的印记对他来说,珍贵如生命。

采访接近尾声,透析中心还没有下班,犹如灯光明亮的企业办公区,仪器滴答运转,护士来来往往,病人待在自己的隔间,各自忙碌,又井然有序。在精心布置的护士台一角,记者看到了几句令人动容的标语,“宇宙不重启,我们不休息”“快乐透析,我们一起延续着生命”“风里雨里,我们都在这里等着你”…… 本报记者 左妍

## 延伸阅读

# 学护理是为了让照护更“有温度”

毕业季,上海医学院校护理专业的学生们陆续在本周迎来“授帽礼”。戴上这顶圣洁燕帽,他们迎来护士生涯。在上海的校园里,一届又一届勤奋的年轻护士带着对职业的期待努力学习,也在积累中慢慢建立职业理想。

在上海度过7年学生生涯的赵雪娇,即将从上海交大医学院的护理专业以研究生身份毕业。她要回到家乡云南,开启职业生涯。“我4岁的时候奶奶因脑出血去世,那种无助的感觉一直留在脑海,所以我一直特别想学医。”雪娇说,在医院有时候也会遇到脑出血患者,帮助他们就像帮助家人一样,她觉得很开心。

研究生期间,她跟着导师在麻醉护理方面完成了创新研究。“护士们的创新是很平常的事了,目前学校和医院都有专门的经费支持和鼓励护理队伍进行创新研究。我也希望以后能为患者创造更多价值。”在跟着导师进行临床研究期间,也培养了她如何发现问题解决问题的能力。“我相信未来护理队伍会发展得越来越好,我很自豪成为其中一员,未来我们护理队伍将会给患者提供更好更优质的服务!”

除了爱心、责任心和护理技能,学护理为什么要读研究生?在上海中医药大学

毕业生对未来怀揣计划,在校努力学习苦学基本功。最近,上海健康医学院护理与健康管理学院的杨梦青和林秀怡正在接受集训,两位姑娘经过层层选拔,入选世界技能大赛“健康与社会照护项目”国家队。她们都对专业有了更深的理解,“护理专业不只局限于‘遵医嘱’,在此基础上还应加上自己的思考,根据每一位患者的切身需求来制定个性化的护理计划,不断完善。优质护理还要更多地关注患者心理健康。”

此外,该校连续举办了8届上海国际护理技能大赛。赛场上的中国护生快速熟练地以知识技能应变,感受到患者压抑痛苦的情绪,她们躬身轻语询问,随手掖被子、鞋帮等体贴小细节自然而然。上海健康医学院院长黄钢说,在护理技能提升的同时,更要注重护理技能与人文关怀、人类大健康之间关系的思考,让照护“有温度”。

本报记者 易蓉

# “我和患者有个故事” 倾听护士的心声

本报记者 徐程 摄

声缓解了所有人的紧张。这一刻,陪伴最深情。

● 有“情”更要有专注与专业  
风湿科护士叶春华  
医院开设有关节炎护理门诊后,我们为每一位患者建立了个人档案,针对病史病程提供专业安全的治疗、护理服务。

一位病人3年用药,依旧处于疾病活动期,脊柱测量结果一次比一次退步,可是他从未跟护理人员提出过异议。多次沟通后,我才知道,他有一个同样患病的弟弟。医生每次开给他的药,他都会分一半给弟弟。如果不正确用药,这两兄弟的关节残损将更加严重。在我的多次宣教下,患者终于意识到正确用药的重要性。没过多久,他带着弟弟来了:“原来不正确用药对我们两个人都是不负责,今天,我把弟弟带来了,我们一起治!”

本报记者 左妍 通讯员 杨嘉麟

● 护理疾病,也关注他们的内心  
老年科护士蒋玉梅  
一位老人送来时,陪同的是老人女婿的司机而非家属。护士们不约而同地对老人给予了特别的关注。肺部的疾病让老人常觉得胸闷燥热,难以入睡。我为老人调节了空调的温度和加湿器的湿度,并跟接班的护士交代了老人的情况。一整晚下来,大家巡视的时候一遍遍确认,丝毫不敢马虎,老人终于安心地睡着了。

住院期间,老人的家属很少露面。我们默契地扮起开心果的角色,每进病房探视,都陪他说话聊天。由于受到了悉心照顾,老人写下了两封表扬信:“这是一群多可爱、可亲的孩子啊。她们像天使一样,总是笑眯眯的……”



扫描二维码看现场视频