



平凡“她”力量，绽放天使光芒

南通市第一人民医院有一群美丽护理人

一袭白衣增添你的美丽，一抹倩影带来快乐安宁！她们用温柔的心守护着生命，把自己的青春、智慧和心血，都奉献给了护理事业；把自己的爱心、细心和耐心，都倾注在了繁琐的护理工作中；她们用执着的爱与坚守，把简单和平凡演绎成无数个精彩，照亮了患者的希望和生活的色彩，她们就是人们心中的白衣天使。

在第113个“5·12国际护士节”到来之际，让我们走近南通市第一人民医院护士群体，了解这群平凡中彰显圣洁的白衣天使。

护理中西合璧 带来更多福音

“这平衡火罐和温阳罐灸很舒服，一个疗程下来，不仅感觉背薄了，腰腹紧致了，整个人的气色也好多了，我终于能一觉睡到天亮了！”44岁的于女士，因为喜爱美食、久坐少动、熬夜等原因，深受肥胖困扰。最近，她听说市一院中医科的中医护理门诊开设了中医减肥，于是慕名而来。

“中医减肥是由几千年传统治疗经验的精华融汇创新而成，方法众多且绿色安全，不光能减脂减重，更重要的是通过综合调理让我们的身体趋于健康。”市一院中医科护士长、中医疗护专科护士姚小燕介绍说。



据了解，中医减肥只是市一院专科护理门诊中的热门项目之一。从2023年10月开始，医院全院开始推行“中医护理进病房”，首批推广项目“中药热奄包治疗”目前已在38个病区广泛使用。该疗法可以起到改善患者胃肠功能障碍，以及肩颈腰腿关节痛、肺炎、肾病、妇科病等，此法推广后获得病患的普遍认可。

“‘中医护理进病房’是我院深化中西医融合的创新实践，旨在通过中西医并重、高效协同，发挥中医药传统优势，更好地满足广大患者日益增长的健康需求。”市一院护理部负责人王芳介绍。

专科护士培训 建成省属基地

一直以来，我院高度重视护理队伍建设人才培养，现有省级及以上专科护士147名，涵盖血液净化护理、手术室护理、肿瘤护理、伤口造口护理、静脉治疗护理、危重症护理等28个专科领域，伤口护理、呼吸护理、急诊急救护理、骨科护理等覆盖面



广、业内认同率高、社会认可度强。”南通市第一人民医院副院长季建峰透露，“今年，我们的省级呼吸专科护士培训又将迎来新的一批学员，目前报名招生工作已经结束。”



2023年，市一院首次承接开展江苏护理学会呼吸专科临床教学基地工作，15位来自江苏省4个城市（南通、苏州、泰州、淮安）15家医院的呼吸专科护士参加。培训内容涉及呼吸专科技术、危重患者管理、呼吸康复技术、呼吸慢病管理、气管镜配合等。带教老师通过现场示范、跟班实训、技能实践、模拟演练以及专题小讲课等多元化形式，围绕呼吸专科特点开展了实践培训，按照计划逐项落实实践内容。经过为期3个月的呼吸专科培训，所有学员都顺利完成实践任务，并以优秀成绩通过各项考核。

“作为首批省属呼吸专科临床教学基地之一，我们深感责任重大。我们将会继续为提高呼吸护理专科护士专业知识和技术水平，进一步推动全国呼吸护理专业的建设与发展贡献力量。”季建峰表示。

除了呼吸专科临床省属教学基地以外，市一院还打造了伤口造口专科临床省属教学基地，该基地从2019年设立以来已经累计培训了32名省级专科护士，如今有不少人已经成为全省各家医院的中坚力量。

有温度的护理 为患者送去爱

“安宁疗护通过对患者情况进行评估，全面了解患者情况，为患者提供综合、全程的整合安宁疗护服务，致力于提升生命‘最后一公里’的质量和尊严。”肿瘤科护士长陈秀华告诉记者。

2023年7月，国家卫健委办公厅公布第三批61个国家安宁疗护试点

市（区），南通成功入选。为此，市一院全力打造全域覆盖、城乡兼顾的安宁疗护服务体系。

“不久前，医院里来了一位罹患乳腺癌晚期的老人，安宁疗护团队立即联合多学科会诊，为患者制定了治疗方案，在对患者进行局部及全身症状控制的同时，还进行了舒适照护和人文关怀。”陈秀华介绍，“在老人生命进入倒计时时，我们帮助家属制作了护理清单，最终老人在最熟悉的家中，在最牵挂的家人的陪伴下安详离世。而老人的女儿也完成了母亲的心愿，逐渐走出母亲离世的阴霾，回归了自己的正常生活。”也许，逝者安息，生者无憾，这就是安宁疗护的真谛，也是市一院安宁疗护团队不断努力的目标。

如果说安宁疗护致力于提升生命“最后一公里”的质量和尊严，互联网+护理的模式则更多的是为患者解决实际需求。

“近年来，随着社会老龄化的加剧，失能、高龄、空巢老人的护理需求日益增长，同时，造口、伤口等患者的居家护理需求也在不断扩大。”大外科科护士长严红燕向记者讲述了一件故事。



一位半身瘫痪、行动不便且伴有糖尿病、高血压和冠心病的患者，由于长期卧床，患者出现左侧髋部、骶尾部及左足跟等多处压力性损伤，大量的脓液和恶臭使患者本人和家属的身心饱受摧残、痛苦不堪，有心送医却出门不易。经人介绍，他们通过市一院微信公众号成功下单了“压力性损伤居家护理”的网约护理服务，最终经过多次的上门换药护理后，患者得到了有效治疗。

“目前，我们已为上百位患者解决了类似就诊困难的问题。“线上申请，线下服务”，避免了排队等候和医

疗资源的浪费，同时还可以在家中享受到与医院同等水平的护理服务，帮助许多患者家庭解了燃眉之急。”严红燕表示。

无私志愿服务 用公益暖人心

“肿瘤患者放化疗后白细胞下降，免疫功能低下，要注意避免感冒。”“乳腺癌患者在长期服药治疗后易出现骨质疏松，尽量避免雨天外出。”……南通市第一人民医院有一个“爱来癌去”微信群，一群爱心天使义工社的医护人员会不时在癌友群内发送一些温馨提醒，这让人心里倍感温暖。

自2018年市一院爱心天使义工社成立以来，一群医护志愿者针对癌友家庭开展了上门服务、居家康复指导和“话聊”沙龙等活动，让一个个原本失去生活热情的癌友重燃希望、正确看待生死，而社员们也在一次次志愿服务中丰富了自身的精神世界。

“癌症，已不仅仅是危害人们健康的恶性疾病，更成为一种社会问题。癌友因患癌抑郁、自杀的不在少数，癌症家庭因病致贫、因癌返贫也常有发生，他们面临着身体、精神和经济的多重压力。”市一院护理部负责人、爱心天使义工社发起人王芳介绍。经过4年的努力，这个组织的志愿者从最初的10多名发展到如今遍布院内院外的126名，义工社下设天使、仁医、行政、院外4支志愿分队，吸引着越来越多的爱心力量加入。



“在爱心天使义工社奉献爱心的这4年，我对自身职业的认识从‘工作’转变成‘事业’。”爱心天使义工社骨干成员、市一院放射科护士长陈春霞说，她的工作和志愿服务已经分不开了，无论上班下班，只要病人需要她就会在。

付出终有回报。如今，爱心天使义工社开展医务社工引领下的志愿者服务百余次，惠及癌友及家属近千人次，曾荣获南通市“肿瘤防治科普先进集体”称号；经典项目“爱来癌去—关爱癌友家庭，助力健康社区”获得市第二届新时代文明实践志愿服务项目大赛金奖；团队成员黄小妹获得“全国医务社会工作者”证书。

“下一步，义工社计划扩大服务范围，构建全面的癌症防控体系和完善的志愿服务管理体系，进一步推广癌症快速康复、居家康复和心理康复理念，并呼吁更多社会上的热心人士加盟，让公益之路走得更远。”陈春霞信心满满地表示。

李波