

截至2023年年底,全市注册护士总量达到2.6万余人

致敬白衣天使 全城温暖呵护

截至2023年年底,全市注册护士总量达到2.6万余人。他们是护士,亦是“战士”。作为护理工作者,他们是坚强的,与疾病抗争,负重前行,护佑生命,抚慰心灵;作为普通人,他们又是脆弱的,工作压力大,睡眠不足,甚至还要面对患者、家属的责难,他们也会委屈流泪。

在第113个国际护士节到来之际,我市启动了“护理关爱行动”,各大医院通过探索设立“护士睡眠日”、推广“数字护联网”、进行心理疏导等方式,让广大护士舒缓压力、放松身心,感受到职业认同感和幸福感。



情系“男丁格尔”,送上贴心关爱

10日,在通大附院门诊大厅,一群男护士集体展示了心肺复苏、海姆立克急救法等一系列急救技能,赢得了众多患者的围观和点赞。

去年5月,通大附院在全市率先成立男护士发展委员会,并建立了专门的男护士微信群,成为全院50多名男护士的“娘家”。“对于刚入职的00后男护士,我们会帮助他们进行职业规划和指导,分享工作经验,通过榜样激励等方式,让他们快速融入护理工

作,并找到职业的归属感。”通大附院80后男护士陈天喜目前担任急诊科护士长、男护士发展委员会负责人。他告诉记者,自己的爱人也是本院护士,为了方便他们照顾家庭,医院将他爱人从重症监护室调动到工作量相对小一点的血透室。

在我市,共有260名男护士活跃在各大医院的临床一线,主要集中在急诊科、手术室、ICU等科室,截至目前,共有包括陈天喜在内的近20名

男护士走上医院管理岗位。2022年3月,市护理学会男护士专委会成立,定期开展学术讨论、沙龙等活动,为男护士群体提供了交流学习的平台。今年5月,男护士联盟在南通卫生高职校揭牌。“下一步,一批资深男护士将受聘担任该校护理学院的讲师,为广大男护生分享更多职业感悟,帮助他们将来更好地融入男护士群体。”市护理学会男护士专委会主任委员王冬说。

从“心”出发,“护”你前行

8日中午,一场以“关爱护士 赋能减压”为主题的护士团辅减压活动在市肿瘤医院举行。广大护理姐妹围坐在一起畅谈心声,耳穴按摩减压、干花永生花相框DIY、团建减压游戏“信任人椅”等一系列活动,让她们度过了一段休闲放松的时光。

“‘三分医疗,七分护理’。长期的高强度工作容易导致护士们身心疲惫、压力累积,影响身心健康。”市肿瘤医院护理部主任许容芳介绍,早在2017年,该院就建立心理护理评估和干预系统,并在南北院增设了心理疏导室,开展关爱天使心理疏导系列讲座,为白衣天使打造心灵绿洲。

音乐疗愈、东方汉服秀、DIY开蚌取珠、攀岩、踏青梦幻岛……为了迎接护士节的到来,近期,通大附院护理部

举行了一系列丰富多彩的活动,由护士们自主选择下单,开启一份专属的节日幸福订单。通大附院工会主席倪歌介绍,目前,该院文博中心每周固定开设的文体活动班包括书画、古琴、吉他、声乐、舞蹈等,并邀请专业老师指导,让广大护士在丰富业余生活的同时,也增长了文艺知识。如今,护士们业余时间走进文博中心,品一本书香,听一场科普讲座,已成为一种新常态。

5月9日是市一院每周一次的“护理部主任接待日”。为了拓展临床一线护士与护理部之间沟通渠道,该院专门设置了“护理部主任接待日”,每周四下午让护理人员有机会与护理管理人员面对面进行交流,听取护理人员对护理管理、日常工作的意见建议,为她们排忧解难、答疑解惑。

“数字护联网”,为“白衣天使”减负

昨天,记者在市一院急诊重症监护室看到,主要床旁设备通过物联网技术实现了互联互通,护士即使不在病床前,也可以在中心监护系统远程、实时查看监护仪、呼吸机、输注泵、血滤机、ECMO等主要床旁设备的数据与信息。

“‘数字护联网’的核心模块是生命体征数字化智能采集系统,能大幅度减少将医疗

设备生命体征数据抄录到护理电子病历中的工作量。”市一院党委专职副书记丁爱明介绍,作为数字护联网建设的先行试点单位,早在2022年7月,该院就实现超过90%住院患者生命体征数据采集自动化、智能化,平均每天可为全院节约81名护士、共648小时护理记录工作,避免护士转抄的重复劳动。

眼下,市区全部10家公

立三级医院同步建设“数字护联网”,其中,8家医院具备软硬件基础条件,7家医院实现重症及亚重症患者生命体征数据自动化采集、智能化录入电子病历的核心功能,2家医院全面实现了上述功能,1家医院实现了患者病情智能化分析、主动式预警的延伸功能。实践证明,“数字护联网”大大提高了护理效益,降低了护理工作负荷。

关注“护”成长,绽放“护”力量

8日下午,市一院举行“5·12”国际护士节表彰大会,集中表彰了一批“护理服务明星”、“护理操作技能比赛”获奖选手、“护理星光奖”获得者等,以这一方式礼赞新时代护理工作者。

丁爱明介绍,该院高度重视护理学科建设和人才培养,2010年在全市率先推出“优秀青年医学人才培养计划”,遴选培养了一大批优秀的复合型临床护理人才。截至目前,该计划共计培养人才219人次,其中护理共培养82人次,占37.44%。通过专项资金支持,细化临床科研要求指

标、定期开展考核等举措,促进了护理人才快速成长。“医院专门为我配备了专业导师,指导我撰写论文、申报课题和发明专利,让我实现了奔跑式成长。”市一院介入科护理学硕士赵佳说。

同时,该院还为护理人员晋升设置专门渠道,在选拔条件设置时,对省级及以上专科护士、各级护理优青人才、护理硕士研究生优先考虑;为年轻护理人员设置“储备护士长”职务,帮助她们更快适应管理角色、走上管理岗位。目前,全院护士共1232人,担任护士长管理者80人,研究生

学历及在读54人,省333、市226人才及“十四五”医学重点人才16人。

在通大附院,每年投入30万元院级护理科研专项经费,同时打造“天使、雏鹰”护理科研人才,给予资金资助。护理部主任沈红五介绍,近五年来,该院护士获得国家发明专利77项,发表SCI论文91篇,获得中华护理学会、省、市级科研课题和成果奖62项。在中国医学科学院发布的全国医院科技量值排行榜中,通大附院护理学科连续5年总科技量值位列全国第18名、全省第4名。

暖“护”行动,从保障睡眠开始

昨天早晨6点,南通四院儿童青少年病区的护士陈鞠飞刚下夜班就收到了一份医院为她准备的营养早餐——香气扑鼻的奶黄包、热乎乎的油条、美味的酸奶。

“夜班护士第二天交班后就能回家,可以有一个完整的时间段不受打扰地休息。”该院综合科护士长陈媛媛介绍,这项人性化举措在该院已经坚持近7年。对于怀孕的女护士则一律不安排夜班,同时护理部还贴心制作了“好孕妈妈”胸牌,提醒广大患者及家属给予理解和关爱;医院还根据不同的年龄段设立不同的夜班达标数,护士年龄越大,所需要完成的夜班数越少,并对于超过全院平均夜班数的护士给予相应的奖励。

“关爱护士健康,应该从关注护士睡眠做起。我们倡导各大医院在护理人员下夜

班后的这一天,原则上不安排护理人员加班、培训、学习及参与科室里的其他活动,非特殊紧急情况不拨打下夜班护士电话,以保障他们的睡眠,让他们有充足的时间来调整、休息,鼓励科室在排班表上应用‘SD’(Sleep Day)做出标识。”市护理学会理事长徐旭娟介绍,目前,市区多家医院已经积极响应倡议,纷纷设立了“护士睡眠日”。

在市肿瘤医院,早在2019年6月就出台了“夜班护士绩效考核方案”,根据不同院龄、不同级别的夜班发放夜班费,提升护士满意度。去年4月,该院又启动了“关爱护士 中医来帮忙”公益行动,开设“护士减压门诊”,为全院护士提供刮痧、拔罐、耳穴贴压、耳尖放血等中医外治服务,改善夜班护士的睡眠质量。

本报记者冯启榕