

平凡坚守践行不凡使命

——记商洛市中心医院内分泌及血液内科护士长赵莉莉

本报记者 南 玺 朱良娜

有人说,护理是一门精湛的艺术,但在商洛市中心医院内分泌及血液内科护士长赵莉莉看来,护理更像是用一生的时间,践行“细微之处见真章”的承诺。1985年,赵莉莉从学校毕业后踏上护理岗位,一干就是41年。

2003年12月,36岁的赵莉莉成长为护士长。作为长期扎根一线的护理人员,她深知不少群众护理知识薄弱,面对头疼脑热等不适总想着拖延,最终小毛病拖成大病。“神经科患者入院时大多病情凶险,偏瘫、行动不便者比比皆是,护理难度大、风险高,稍有疏忽就可能引发压力性损伤、坠积性肺炎等并发症。”赵莉莉说,患者将生命托付,她们唯有拼尽全力守护。

“那时候我只有一个念头,一定要抓好基础护理,绝不能让患者出现皮肤问题。”赵莉莉回忆道。这句朴实的话语,背后是无数个与时间赛跑的日日夜夜:翻身、拍背、细心观察患者每一寸皮肤……为预防并发症,这些看似简单的动作,她带领护理团队重复了一遍又一遍。在她心中,护理从来不是冷冰冰的技术操作,而是对脆弱生命的温柔托举。她还敏锐捕捉到环境的治愈力量,从细微处着手,为患者及家属提前备好尿垫等必备物品,始终保持病区整洁清爽。

精湛的护理技术是医者的立身之本,赵莉莉始终将锤炼业务、精进技艺放在首位。多年前,一位同事的母亲因脑梗住院,老人血管条件较差,又因病痛焦躁不安,多次静脉穿刺失败让老人备受折磨。就在大家束手无策时,赵莉莉主动上前,俯下身、屏气凝神,凭着多年练就的扎实功底,一针见血完成穿刺。此后,这位老人每次住院,都要赵莉莉为其穿刺。“虽然这只是一件小事,但却是患者对我工作的最高肯定。”赵莉莉眼中闪烁着光芒。

赵莉莉常常教导身边的年轻护士,护士工作同样能做出亮点,唯有尽职尽责,哪怕是一句叮嘱、一个提醒,都能让患者少走弯路。满任内分泌及血液内科后,她将这种“多说一句”的暖心习惯带到了新岗位。这里有许多血糖偏高的患者,饮食

控制是病情管控的重中之重。一天查房时,她发现一位患者血糖突然飙升,凭借敏锐的职业直觉,耐心询问后得知,患者好奇试吃了粉条包子。赵莉莉没有责备,反而笑着耐心叮嘱:“可不敢再这样试了,一定要严格控糖,不能拿自己的身体开玩笑。”此后,遇到类似的“糖友”,她总会多停留片刻,用家常话细致重申饮食禁忌,让冰冷的医嘱变得温暖贴心。

从一线护士到护士长,身份的转变意味着责任的升级。“以前做好自己的护理工作就好,现在更多的是协调、引领与担当。”赵莉莉感慨道。刚到内分泌科及血液内科任职时,两个科室合署办公,但工作强度差异大,排班上“泾渭分明”,护士们难免有怨言。赵莉莉敏锐察觉到管理痛点,果断打破科室壁垒,优化排班模式,将两个科室班次统一调配,不再让一个班次只负责一个科室。这一举措增加了自身管理难度,却均化了工作压力,优化了人力资源配置,更消除了团队隔阂,凝聚起强大合力,让护理工作更高效、更暖心。

作为科室“领头雁”,赵莉莉始终把人才培养、团队建设放在心上。年轻护士小张2025年3月入职,性格内向,与患者沟通时声音细小,不少患者反映听不清。赵莉莉没有批评指责,而是耐心鼓励、悉心引导。恰逢科室推广预防封管技术,她特意叮嘱小张多到临床一线,观察患者使用后的回血情况,“去观察、去记录,试着把你的发现写下来。”

在赵莉莉的鼓励下,小张沉下心来钻研业务,结合观察心得撰写了一篇论文。知识的内化让她逐渐建立自信,慢慢变得开朗主动,主动与患者交流,嘴角常挂着微笑。看着小张的成长,赵莉莉欣慰地说:“护士工作不只是打针发药,也能在专业领域精耕细作,发出属于自己的光。”

41年从医路,赵莉莉虽没有惊天动地的壮举,却满是细水长流的深情。她就像一盏不灭的明灯,在病区长廊里守护着患者的生命健康,用“多说一句”的温暖、“尽职尽责”的态度践行着白衣天使的使命与担当。



赵莉莉正在护士站检查患者药物。

提灯筑梦 护佑安康

编者按

今天是第115个国际护士节。为致敬全市医疗护理工作者,展现新时代商洛医疗护理队伍的责任与担当,《商洛日报》特别推出本期护士节特别报道。

在商洛的医疗阵地上,无数医疗护理工作人默默坚守、无私奉献。他们扎根临床一线,急诊室里争分夺秒,病床之前传递温情;他们深耕专业领域,用精心护理驱散病痛阴霾,以使命担当筑牢健康防线;他们将青春与热忱倾注于护理事业,以耐心、细心、爱心和责任心,诠释南丁格尔精神的时代内涵。这群可爱的人,共同筑起了保卫商洛百姓健康的坚实屏障。

本期,我们以文字为媒,讲述4位一线护士的履职故事,通过她们的实干笃行与躬身践履,彰显商洛医疗护理群体的专业素养与医者情怀,并借此向全市所有医护人员致以崇高敬意,祝大家节日快乐!



徐菲始终以饱满的热情深耕护理一线。

以爱为桨,渡生命之舟

——记商洛市妇幼保健院产二科病区责任护士组长董西华

本报记者 方 方

“选择产科护理,是因为我发自内心热爱妇幼事业,敬畏生命、喜欢新生带来的温暖与希望。产科守护的是母婴两条生命,承载着一个家庭的期盼与幸福,这份职业特别神圣,也特别有意义。”5月11日,商洛市妇幼保健院产二科病区责任护士组长董西华语气坚定地告诉记者。

董西华从事护理工作已有12年,始终以饱满的热情、严谨的态度守护母婴健康。多年来,她凭借扎实的专业能力,先后获得“先进工作者”“优秀护士”“陕西省优质护理先进个人”“年度先进个人”等荣誉称号,这些荣誉既是对她工作的肯定,也成为她不断前行的动力。

董西华的工作涵盖孕前、产中、产后全流程,包括胎心监测、产前疼痛指导、产程全程观察、产后病情监测、新生儿基础护理、母乳喂养指导、健康宣教及出院延续服务。面对孕产妇对分娩疼痛的恐惧与焦虑,她摸索出了独到的护理经验。

“我也是一名母亲,更能体会产妇产前产后的心理状态——产越紧张,分娩疼痛越剧烈,产程进展也越不顺利。”董西华说,在临床护理中,她会根据产程进展,手把手教孕产妇拉玛泽呼吸法,帮助她们放松身心、转移注意力,同时配合腰骶部按摩、穴位抚触等方式,有效缓解宫缩带来的疼痛与坠胀感,让孕产妇以平稳状态配合分娩,最大程度减轻身心痛苦。

对于情绪敏感脆弱的孕产妇,董西华坚持用心沟通、耐心疏导,遇到特殊情况,她还会全程陪伴在侧,用温柔的话语鼓励安慰,帮助孕产妇建立顺产信心,从容迎接新生命的到来。

今年3月,科室收治了一位对疼痛极度敏感的初产妇,刚出现不规律宫缩便情绪失控,极度抗拒产,不愿配合产程。董西华默默守在孕产妇身边,不断安抚情绪,一遍遍指导调整呼吸,持续按摩缓解疼痛,用陪伴给予其力量。最终,孕产妇慢慢平复心态,积极配合分娩,顺利迎来宝宝降生。“产科护理,从来不只是专业技术,还有暖心的陪伴。”董西华感慨道。

在产科,急症突发是常态,每一次急救都是与时间赛跑、与死神较量。“我们的工作没有固定时间,一有突发情况就要随时待命,经常半夜刚躺下,就被电话叫回医院。”董西华回忆,2025年11月,一位产妇突发急性产后大出血,病情凶险。她第一时间发现异常,迅速判断病情,立即上报医生并启动急救预案。团队成员快速就位、分工协作,医生主导

救治,她负责监测生命体征、协助子宫按摩、建立静脉通路,其他同事同步准备急救药品器械、开展吸氧输液、备血输血等工作。经过争分夺秒的抢救,产妇最终转危为安,生命体征恢复平稳。

产后护理是产科工作的一环,母乳喂养更是新手妈妈面临的普遍难题。针对乳汁淤积、乳房胀痛、喂养姿势不当等问题,董西华坚持一对一服务,根据每位宝妈的身体状况、乳腺情况,制定个性化母乳喂养方案。“我常常把孕产妇当作自己的家人,这样才能走进她们心里,真正帮助她们减轻痛苦。”董西华说。

今年1月,科室一位新手宝妈产后出现严重乳汁淤积,乳房胀痛难忍,无法正常哺乳,看着哭闹的宝宝,宝妈自责又焦虑,甚至想放弃母乳喂养。董西华得知后,为其开展专业乳腺疏通护理,量身定制喂养方案,全程跟踪恢复情况,反复示范指导喂养技巧,耐心疏导负面情绪。在她的悉心帮助下,宝妈的乳腺堵塞问题彻底解决,顺利实现母乳喂养,也重新找回了为人母的喜悦。

在董西华的抽屉里,一封封手写感谢信字迹真挚,字里行间满是孕产妇及家属的认可;科室走廊墙上悬挂的一面面锦旗,无声见证着她与同事们医者仁心、护佑安康的责任担当。

“刚入职时,我觉得做好本职工作就行;现在我认为,护理应该多倾听、多解释、多安抚,把服务做得更细。”董西华笑着说,多年来,不少宝妈带着满月、周岁的宝宝专程回科室道谢,这些温暖时刻一直激励着她坚守一线。她表示,未来将不断提升高危孕产妇护理、急危重症急救、心理疏导等专业技能,做好“传帮带”工作,用坚守与热爱,继续守护每一位母婴的平安与幸福。



董西华利用工作间隙学习专业知识,精进业务水平。

白衣执甲绽芳华

——记镇安县医院消化内科护士长徐菲

本报记者 孙远飞

“祝您康复,这是您的药,回家一定要按医嘱服用,最好拍个照片存着,免得忘记。”5月7日早9点,镇安县医院消化内科护士长徐菲一边将药品递给患者刘某,一边贴心叮嘱。

话音刚落,护士站的电话铃声响起,徐菲转身又投入到忙碌的工作中。这是她扎根镇安县医院的第22个年头,从青涩的卫校毕业生,成长为如今消化内科的护理带头人,徐菲用日复一日的坚守,诠释着“拒绝躺平”的护理人生。

1982年,徐菲出生在镇安县一个普通农家。秦岭腹地的这片土地养育了她,也在她心中埋下了学医的种子。1989年,母亲生妹妹时因医疗条件有限、家庭困难,产后大出血险些丧命,妹妹出生时仅3斤多,在医院住院20多天。

“当时有位医生救了我妈妈的命,我记不清她的名字,只记得那天她身穿白大褂,就像天使一样。”徐菲回忆,7岁的她当时便暗下决心,将来也要穿上白大褂,帮助更多人。

这份感恩之心,让徐菲坚定了学医的道路。“那时候从镇安去西安,坐汽车要颠簸六七个小时,母亲身体不好,每次去看病都格外艰难。”深知家乡医疗资源匮乏、群众看病不易的徐菲,毕业后毅然放弃留在大城市的机会,2004年6月主动回到镇安县医院。

镇安县地处秦岭腹地,医院老年患者较多,徐菲常用地道的方言、通俗易懂的大白话,叮嘱患者康复知识和用药注意事项,让老人们听得懂、记得住。她的贴心服务,也收获了乡亲们的认可与回馈:坐出租车时,司机认出她坚决不收车费,她便悄悄把车费压在副驾驶;去小摊买菜,摊主总会笑着和她打招呼,感谢她曾经的帮助。

“我们就像哨兵一样,要随时随地观察患者情况,及时向医生汇报。”这是徐菲常挂在嘴边的话。这份高度的职业警觉,让她在突发状况前总能迅速反应、沉着应对。

2月27日14时30分,徐菲刚查完房,突然听到病房传来撕心裂肺的呼救声。众人迅速冲向病房,发现70岁的患者毛某在上厕所返回病床途中,突发头昏、胸闷、意识不清,脸色煞白,情况十分危急。

用青春书写担当

——记商洛市中医医院脑病科护士长张林香

本报记者 马 姜

5月4日清晨,假日里的城市还沉浸在几分宁静中,商洛市中医医院脑病科的病区早已响起了忙碌的脚步声,护士长张林香像往常一样抵达病区。新入院患者的情况、病情波动的细节、需要重点观察的对象……交接班时,她必须在一天忙碌开始前,把这些关键信息梳理得清清楚楚。

“每天先把这些情况掌握扎实,后续工作才能有序推进。”张林香的话语,是她二十年如一日护士生涯的真实写照。

2006年,张林香进入商洛市中医医院工作,在骨科一坚守就是14年。骨科属于外科,工作节奏快,要求高,处置需果断,动作要麻利。“我原本就是个急性子,早就习惯了外科雷厉风行的步调。”张林香坦言。

因医院科室建设需要,2020年张林香转入脑病科担任护士长。从外科到内科,对她而言,不仅是岗位的转变,更是工作方式与专业能力的全新挑战。脑病科病程长、病情易反复,老年患者占比高,少有“药到病除”的立竿见影,更多的是琐碎繁杂的日常;不厌其烦叮嘱糖尿病患者管住嘴,小心翼翼协助偏瘫患者翻身,轻声细语安抚久病老人的焦躁情绪。

“刚开始确实很不适应,不仅要学习大量的专业知识,就连与患者沟通的方式都要重新摸索。大家都说,我的急性子愣是被打磨成了一泓平静的秋水。”张林香笑着说。

在脑病科,患者面对的不仅是身体的病痛,更有突如其来心理落差。有一年初冬,病区收治了一位突发脑梗的老人。从家里说一不二的“顶梁柱”,沦为吃喝拉撒都需人照料的患者,巨大的落差让老人脾气变得异常暴躁,不仅抗拒治疗,还赌气说:“不要管我,我这样活着也是拖累你们!”家属在一旁急得直掉眼泪。

张林香深知,老人的愤怒源于对未来的恐惧与悲观。此后,晨间护理时,她一边轻柔地帮老人翻身,一边拉着家常讲述康复成功的案例;下午有空,便耐心指导老人在床上做简单的自主活动,防止肌肉萎缩。“大叔,咱这病是慢功夫,得给自己一点时间,她们还等着你回家过年呢。”她温柔

徐菲和同事们立即行动,迅速推来抢救车、监护仪,为患者吸氧、扎针,争分夺秒开展抢救。10分钟后,毛某的脸色逐渐恢复,转危为安。抢救结束后,毛某的儿子眼含泪水,当场跪了下来:“谢谢你们!是你们救了我父亲的命!”

“这是我们集体的力量,也是每个岗位各司其职的坚守。”徐菲说。常年不分昼夜值守、舍小家顾大家,早已成为她刻在骨子里的习惯。尚未成家时,她每年大年三十都主动值守夜班,让有家室的同事回家团圆;结婚未生育期间,丈夫便专程来医院陪她跨年,即便生理期、孕期身体不适,她也从未叫苦退缩,始终坚守在临床一线。

如今,徐菲也成了年轻护士的“老师”,她带教的学生中,已有多人成长为其他科室的护士长。“一年加上实习生,我要带十多个人,带教时我从不保留,把自己所学都教给大家,我相信每一名护士都能成为优秀的护士长。”

在她的带领下,消化内科交出了亮眼成绩单:连续多年患者满意度保持99%以上,无医疗事故及有效投诉;2025年成功抢救危重症患者178人次,完成内镜下诊疗护理配合超800例且无并发症,开展业务学习86场,实现院内感染零发生。同年,科室荣获陕西省护理质量改善项目典型案例优秀奖、商洛市二等奖,获评院级优质护理先进科室。

徐菲的成长与坚守,正是镇安县医院护理队伍整体跃升的生动写照。近年来,医院以创新驱动护理服务提质增效,上线“互联网+护理服务”,打通出院患者居家护理“最后一公里”,试水“无陪护”病房,破解“一人住院,全家受累”难题,常态化举办护理读书会,涵养人文底蕴,积极参加上级品管圈竞赛,以赛促改,以改促优,广泛开展健康科普,把防病知识送到群众家门口。这一系列举措,让“拒绝躺平”从个人信念转化为团队共识。徐菲说:“任何工作都值得被认可。我希望大家的付出都能被看到,不只是我个人,更是我们护士这个群体。”

22年坚守,初心不改,徐菲以专业践行使命,以温暖守护生活,默默护佑着家乡父老的身心健康,也以自身言行激励着更多年轻医护人员扎根基层、坚守一线、奉献医者力量。

而坚定的话语,慢慢打开了老人的心结。从最初的抵触、勉强配合,到后来主动呼叫护士指导锻炼,几个月后,当老人能在家属搀扶下在走廊慢慢迈步时,紧紧握住张林香的手连连道谢。正如张林香常说的,护士的工作不仅是照料患者身体,更是拯救患者尊严、守护家庭希望。

作为护士长,张林香不仅要照顾好患者,更要当好护理队伍的“大家长”。科室里年轻护士占比高,他们技术学得快、工作有热情,但面对患者和家属的不理解时,难免会有委屈与困惑。

年轻护士小闫对此深有感触。刚到脑病科时,面对个别患者的不理解,他也曾满腹委屈。张林香开导他:“患者生病后心情本就不好,尤其是老年患者,暴躁固执的背后,藏着对疾病的恐惧和对未来生活的担忧,要多换位思考、抱有同理心。”她还时常叮嘱大家,遇到问题先放平心态,多想想是不是解释得不够细、语气不够缓,有没有听懂患者真正的担忧。

在张林香的言传身教下,年轻护士们渐渐学会了将技术与耐心一同带到病床前。老年患者行动不便,出院行李繁多,护士们总会主动帮忙收拾,一路送到楼下,看着老人上车才放心返回。这些细小的举动,早已成为护理工作向病房之外的自然延伸。

医者仁心,润泽病房,也滋养家风。如今,张林香的女儿已经上高中,尽管她陪伴女儿的时间很少,但让她倍感欣慰的是,在医护家庭耳濡目染长大的女儿,早早立下心愿:“妈妈,我以后考大学,也要像你们一样学医。”女儿的话,是理解,更是对她最大的支持。

“干我们这一行,真的很容易满足。”张林香面带微笑,目光望向病房长长的走廊,“有时候患者出院时,拉着我的手说一句‘谢谢你’,我心里就特别温暖,觉得这份工作有意义,这就够了。”

岁月无声,大爱无言。在护士节来临之际,千千万万名像张林香一样的“提灯者”,依然步履不停地穿梭在晨曦与夜幕交替的病房里,用脚步丈量责任,用爱心抚平伤痛,用坚守守护着每一个生命的尊严。