

# “传承 创新 发展”主题演讲比赛

## 获奖作品选登①

夏早日初长,南风草木香。经过激烈角逐,市中心医院护理部精心组织的“传承 创新 发展”主题演讲比赛圆满落下帷幕。为了更好地传播这份护理事业的

热情与温度,分享青年护士在临床一线中的深刻感悟与宝贵经验,我们精选6篇获奖文章,旨在通过文字的力量,让更多人感受到护理工作的温度与深度。

一等奖

### 月光

□消化内窥镜室 王洁

现在是凌晨1时47分,胃镜室里只能听到设备和仪器工作的声音,我正在进行检查和器械准备!忽然,轮椅转动的声音打破胃镜室的宁静。

“你好护士,做胃镜。”我没有停下手中的活。

“你好。”我头也不抬地接过患者递过来的检查单——误吞枣核9小时。

“推进来吧,喝药。”

“姑娘,实在对不住啊,大半夜折腾你们。”这时我才看到患者是位老人,她瘦弱得像一片干枯的秋叶蜷缩在轮椅上,老人凹陷的双颊泛着红,等待检查的焦虑与歉意在她眼底交织。迅速进行术前准备后,我扶着老人躺在检查床上。

当胃镜探头滑入狭窄的食管吻合口时,监护仪骤然响起警报。老人剧烈恶心,用手拔出胃镜就要坐起来,她害怕得喊着:“不做了,我不做了。”我摘下橡胶手套,连忙握起老人的手,安抚她说:“奶奶,没事的,你握着我的手,我帮你,我们再试一次好吗?”皮肤的温度比任何镇静剂都更能安抚恐惧的灵魂,果然这个教科书之外的动作,让老人慢慢放松下来,就这样我一只手轻托老人下颌,一只手握紧老人的手,不断地跟她说:“奶奶,均匀地吸气、哈气,很好,马上就做完了。”很快,我们就顺利取出了枣核。老人走时对我说:“闺女,谢谢你,你刚才握着我的手,像我孙女一样。”那一刻我才懂,合格的护理,不仅仅体现在我们专业技能的精湛,更体现在我们是否能用心去回应患者的无助与恐惧。那一晚,胃镜室的楼道内洒满月光,我们于患者而言就像那束光,照亮着他们的就医之路。

那天晚上出完急诊回到家,我迟迟不能入睡,老人那张充满歉疚的脸一直浮现在我的脑海中,我突然发现,我竟然不记得自己从什么时候开始变成了冰冷的“护理机器”:机械地处理医嘱,机械地检查胃镜设备,动作娴熟得几乎不需要思考,为了能按时下班,在患者说到一半的时候就着急转身,边走边说,匆忙去执行下一个“任务”。我发现,我弄丢了初心,弄丢了初入职场时的那份热忱,我把那个不管患者问几遍同一个问题都会耐心解答的“我”弄丢了。

前段时间机缘巧合,我又回到了母校,看到了实训室墙上的警示语:护理不是处理病例,而是呵护故事。周末的实训室安静无比,春风吹动蓝色的窗帘,让我恍惚,我仿佛闻到了当年练习操作时消毒水的味道,看到了基础护理课上我们互相扮演患者的笨拙模样,想起了授帽仪式上我感到无比神圣、激动到流泪的时刻,我似乎又找回了那份初心。

各位,请看看你们白大褂口袋里的瞳孔笔,它不仅是检查工具,更是照亮生命隧道的火炬。当你们在凌晨两点被监护仪警报惊醒,在患者家属的质疑声中反复解释,在系统弹窗催促完成护理记录时,请记得我们在南丁格尔面前宣誓的模样,那些永不褪色的专业记忆,会在某个意想不到的时刻,化作托住你职业信仰的温柔手掌。愿这份初心永远鲜活如第一次戴上燕尾帽的那个清晨——不是为了成为完美的护理机器,而是为了在每一个生命脆弱的时刻,做有温度的“月光”。

二等奖

### 月光下的“临时”妈妈

□新生儿科 姚静

你知道新生儿科是什么样的吗?这双袜子,只有我的拇指大。但在新生儿科,它可能是早产儿唯一的“衣服”,防止宝宝无意识抓挠或脚部摩擦医疗设备,也可能是一位母亲攥在手心里的祈祷。今天,我想围绕我的工作日常带大家走进新生儿科。

欢迎收看98年新生儿护士夜班Vlog:

值夜表上的名字像一排待注射的安定剂,而我的生物钟正在静脉推注浓度100%的睡意。告诉自己:今晚不是值班,是去赴一场与小小勇士们的约会!

换上蓝色战衣,今天会被分配到哪个房间呢?

新生儿病房里弥漫着紧张又温暖的气息……

洗手、戴好口罩和无菌帽,推上尿布车开始接小勇士们(双人核对腕带、检查皮肤、SBAR交接)。换好尿布使用称重法算尿量,记得减去尿布的18克。研究表明,每天做算数会增强大脑活跃度,延缓认知衰退哦!

崽崽们的吃奶时间到,洗手穿

上隔离衣化身“奶茶店员工”,开始疯狂配奶。按30ml温水配1平勺奶粉的比例,先注水后加奶粉,水平旋转搅拌,避免上下摇晃产生气泡。有时候觉得自己的配奶技术都可以去加盟一家奶茶店,自己当老板了。

“1床爱踢被子的‘小火箭’,你的口粮来啦。”小宝宝吃奶时的样子,简直是世界上最治愈的画面之一。睁着眼睛,眉头微皱,小脸通红,全身都在用力。小手握拳放在脸颊旁,像在“加油鼓劲”,发出“咕咚咕咚”的吞咽声。

凌晨1:15的护士站,只有键盘在哒哒作响。监护仪的报警声刚刚平息,现在轮到我的光标在病历上跳动。与老师共同核对医嘱,核对无误后,把非治疗的时间点都罗列出来,这样不容易遗漏。

下来又是重复的工作,换尿布、配奶、喂奶、做定点治疗。

3:30刚喂完一波奶,10床开始躁动了,因为严重围产期缺氧而禁食,哭闹不停,我守在宝宝的暖箱旁,鸟巢包裹好,手掌呈杯状从颈部缓慢滑向臀部,直到宝宝睡着。

5:00了,姐妹们,大工程来了。要给呼吸机更换湿化瓶、更换非治疗用水、静脉采血、影像拍片、做基础护理、换尿布、配奶,任务繁重、分工明确。擦拭完的小宝宝像一颗晨露洗过的水蜜桃,粉嫩的皮肤上还跳动着晶莹,每一道褶皱里都藏着被温水吻过的温柔印记,还带着清新的奶香。

太阳升起来啦,很开心夜班没有病情变化的宝宝,一切顺利。

我问老师:天天熬夜,靠什么坚持?老师说:“当凌晨3:00托住那些小小的身体时,他们突然抓住我手指的瞬间,这就是我的‘天然充电器’。”

我们不用摇篮曲,我们的催眠工具是——脉搏氧饱和度的绿色波浪,呼吸机管路的规律叹息,还有那些藏在手套里的,未说出口的“妈妈在这里”。

作为新生儿科的新鲜血液,我深知未来还有无数挑战在等待,但我愿永远做生命的守护者,为更多稚嫩的生命遮风挡雨!未来,我们依然会以爱为舟,以责任为桨,在守护新生的航道上,成为最温暖的港湾。

二等奖

### “医”路微光

□综合监护室 周潇

从急诊的前沿阵地轮转至综合监护室,这不仅是岗位的转换,更是生命守护的接力,急诊科如同生命的“前哨站”,争分夺秒的抢救,为生命赢得先机,监护室则像生命的“守护舱”,精心细致的照护,助力患者走向康复。

带着急诊科赋予我的“战斗基因”踏入综合监护室,我惊觉,这里不是单一专科的战场,而是生命支持技术的汇聚之地。综合监护室收治全院急危重症及复杂手术后的患者,在这里,我们就是各科医生的眼睛,时刻保持警惕。呼吸机维持呼吸、CRRT净化血液、EC-MO替代心肺功能,我们的眼眸中要同时倒映监护仪的荧光与生命的微芒。

在综合监护室,“综合”不仅体现在技术层面,更渗透于人文关怀的细节之中。面对不同的患者,我们会综合考量年龄、基础疾病、心理状态与家庭背景,制订个性化的护理方案。

我曾为呼吸衰竭的患者写下鼓励的话语,用纸条贴在他的床头。也曾护理昏迷的卒中患者时,轻声讲述窗外的天气与花开的消息,这些看

似“无用”的举动,却会在某一时刻给予意外的回馈。在生命最脆弱的时候,一束关切的目光、一句温柔的话语,都能成为照亮黑暗的那束微光。

前段时间,科室接收了一位烧伤患者,疼痛和未知的预后让她极度不安。每一次呼吸都牵动着焦黑的创面,每一次翻身都伴随着无声的颤抖。气管切开夺走了她最后的话语权,却让我们在寂静中读懂了更深切的痛楚,那是被囚禁在残破躯壳里对尊严的无声呐喊。

我记得,她那被纱布包裹的双手在空中徒劳比划,试图描述什么。我们教会她如何去用口型转述自己的意思,让需求可以被表达、被理解、被满足。从那以后,她的眼神中逐渐有了信任和希望的光。

做了手术全麻初醒后,她艰难转动脖颈寻找我的身影,当我们的目光在空中交会,她突然用裹满纱布的手勾住我的衣角,那细微的力度,已然胜过万语千言。

这样的故事,每天都在监护室上演。我们护理人员,就是他们在黑暗中唯一的希望之光。这让我深刻认识到,人文关怀绝非护理指南

上冰冷的文字,而是要走进患者的内心,给予他们情感上的支持与安慰。这不仅仅是一种理念,更是一种行动,是治疗过程中不可或缺的金匱良药。

它体现在清晨为患者梳洗时,指尖的温度;体现在深夜为患者整理被角时,掌心的暖流;体现在凌晨伏案工作时,头顶的那盏暖光。人文关怀举足轻重,暖心故事不胜枚举。

如今,综合监护室搬迁新区域,我们满怀希望,阔步前行,在新征程上镌刻自己的奋斗足迹。此刻,我们护理兄弟姐妹们有个共同的名字——南丁格尔。这位伟大的护理先驱曾说过:“我所做的事,革命性地改变了护理业。”我很高兴自己坚定信念,从未放弃。

今天,当提灯女神的烛光穿越百年照亮这个舞台,我忽然明白护士节的意义不在于这一天的鲜花与掌声,而在于对365天如一日坚守的致敬。

让我们以心为灯,让南丁格尔的誓言化作微光,照亮每一个与病魔抗争的长夜!