

护理工作的“蝴蝶效应”

河南省精神卫生中心 魏蕊红 刘麦仙

护士，是指经执业注册取得护士执业证书，依照护士条例规定从事护理活动，履行保护生命、减轻痛苦、增进健康职责的卫生技术人员。一名优秀的护士不仅需要了解诊疗护理常规，熟练掌握护理操作技能，而且还要有很强的亲和力、沟通能力以及语言表达能力；要具备高度的责任心、良好的职业道德、严谨的工作态度、较强的综合分析能力、敏锐的

洞察力。护士的道德修养、道德信念与道德品质，影响并决定着护士对待护理工作及患者的根本态度，影响和制约着护士的行为和工作质量。护理是为人的健康提供服务的过程，护理的服务对象是整体的人，护理活动是科学、艺术、人道主义的结合。护理学是综合自然科学和社会科学知识的独立的应用性学科，研究如何帮助生病的人康

复、帮助濒死的人平静离去。护理工作既有科学性又有艺术性。蝴蝶在热带轻轻扇动一下翅膀，就可能在遥远的国家造成一场飓风。“蝴蝶效应”是一种混沌现象。它是指在一个动力系统中，初始条件下微小的变化能带动整个系统长期的、巨大的连锁反应。有些看似微不足道的事对一个组织、一个国家来说却是很重要的，不能

糊涂。正如民谣所唱：丢失一颗钉子——坏了一只蹄铁——折了一匹战马——伤了一位骑士——输了一场战斗——亡了一个帝国。马蹄铁上一颗钉子的丢失，本是十分微小的一件事，但其却影响着整个帝国的存亡。这就是军事和政治领域中的“蝴蝶效应”。在临床护理管理中，小问题以各种方式影响我们的工作质量。对于工作和生活中出

现的小问题，我们没有理由忽视它。“蝴蝶效应”尤其能说明细小的问题对全局的影响。比如，整理病床不彻底会影响患者的休息质量，休息不好则会影响其情绪，进而影响患者的康复进程，导致其住院时间延长……如果说管理的一般法则就是科学，那么在管理中细节就是艺术。所以，从细节做起，不要忽视护理工作的“蝴蝶效应”。

经常笑着笑着就哭了

本报记者 常俊伟

为奶奶立志从医

裴秀娟毕业于江西一所高校的护理专业。小时候，父母忙着种地，裴秀娟和奶奶在一起生活的时候较多，因此和奶奶感情最好。高三那年，她亲眼目睹身患癌症的奶奶饱受病痛折磨，心痛万分却无能为力。从那时起，裴秀娟就立志成为一名医务工作者，为千千万万像奶奶一样被疾病缠身的人减轻痛苦。在高考填报志愿时，她选择了护理专业。“奶奶已经不在，我现在唯一能做的就是帮助更多的患者减轻病痛，这才是对奶奶最好的怀念。”裴秀娟告诉记者。

为患者不辞辛劳

每天早上7点半，裴秀娟和同事们就开始了忙碌的工作。准备体检用具、帮患者进行常规体检、记录检查结果并建立档案……这

些就是裴秀娟每天上午最基本的工作内容。忙完这些，也就到下午1点左右了。吃完饭，下午2点半继续工作。“前一段时间为了配合‘健康快车’，为贫困患者免费治疗白内障，大家常常不能按时吃饭，有时甚至忘了吃饭。时间一长，我们的胃多少都有点儿不好受。”即便是在接受记者采访的时候，裴秀娟还不时向同事交待着工作。

身体上的劳累还是其次，心理上的障碍才是最难克服的。和很多年轻护士一样，裴秀娟刚工作时最头疼的事情莫过于护理男患者。裴秀娟说：“因为受男女有别传统观念的影响，每次帮男性患者导尿我都觉得非常尴尬，心理上迈不过那道坎儿，现在慢慢习惯了。对于一个医务人员来说，我们的职责就是要想尽一切办法帮助患者减轻痛苦。”

眼部手术患者最怕大便干结，因为排便过度用力可能影响眼压和手术切口愈合。所以遇到患者大便不通畅或无法排便时，为了不影响患者恢复，裴秀娟和同事们便动手帮其排便。“这些事我们都已经习惯了，不管怎样，患者的健康是第一位的。”裴秀娟说。

患者的康复是我们最大的幸福

“以前我的脾气有些急躁，对老人不够耐心。工作3年来，我发现我开始喜欢和老人聊天了，聊着聊着就聊出了耐性。”裴秀娟说。

“看到患者好了，笑了，我就觉得特别幸福。每当他们出院前拉着我的手说着感谢的话时，我就觉得天特别蓝、草特别绿，经常笑着笑着就哭了……”这是裴秀娟留给记者印象最深的一句话。



我眼中的夜班护士

□李红艳

“昨天值大夜班，现在两条胳膊都抬不起来，腿也很酸。早晨交完班一照镜子，脸蜡黄蜡黄的。”刚下夜班的护士小尚向我委屈地诉说着。看着她疲惫不堪的面容，我的心中五味杂陈。

“上夜班最痛苦，忙得时候还好，抽血、输液、止血、包扎伤口、导尿、观察患者的出血量等，一忙就到天亮了。最害怕的就是偶尔不忙的时候，坐在护士站，望着窗外漆黑一片，想着众人皆睡我独醒，不知不觉睡意悄悄袭来，却又害怕因此而疏忽了患者。下了夜班回到家也就差不多10点了，吃的也不知是早饭还是午饭，吃完只想躺在床上做梦。但是痛苦的事情来了：躺在床上反复回想，昨晚夜班有没有什么事情没完成？药发了吗？护理记录写了吗？越想问题越多，赶紧起来打个电话问问接班的护士……好不容易有点儿睡意，闭上眼睛，耳边一会儿是呼吸机的报警声，一会儿是心电监护仪的报警声——各种嘈杂的声音在耳边吵闹不停，精神一紧张，睡意又没了……”

小尚在医院轮转夜班已有好几年了。刚参

加工作的时候，有人对她说过这么一段话：第一年的护士是苹果脸，白里透红；第二年的护士是黄瓜脸，面色发青还长痘；第三年的护士是苦瓜脸，愁着嫁人长皱纹。如今，小尚的脸色确实不好。轮转夜班护士就是这样与睡眠打着拉锯战，一轮夜班中的睡眠还没补足，另一轮夜班就又开始了。夜班护士，常需承担夜班期间病区所有患者的护理工作。而夜间危重患者变化快，应急任务及突发事件多，护理工作量大，夜班护士心理压力也很大，这影响了她们的身心健康。长期透支睡眠，透支健康，再加上沉重的心理压力和工作压力，使她们身体更虚弱、更容易衰老。很多护士在工作几年后就患上了各种疾病：心脏病、静脉曲张、神经衰弱等。

清晨，当你手捧鲜花走进病房探望康复中的亲人时，会想到夜班护士的艰辛吗？夜幕下，当别人在家辅导孩子，在饭桌上谈笑风生的时候，她们却守候在病房、守候在患者身边，一遍遍巡视病房，抽血、输液、止血、导尿、观察患者的排泄物……

给夜班护士的温馨提示

如何把熬夜对身体的损害降至最低：

- 一、熬夜时要吃热的东西。
- 二、早饭一定要吃饱，晚饭不能吃太饱。
- 三、注意保暖，不要冻着肚子。
- 四、一定要补充足够多的水。可以喝枸杞大枣茶或菊花茶，既补水又去火。
- 五、值夜班时，若感乏困可喝咖啡或茶水之类的刺激性饮品来提神，但要注意应饮热的，浓度不要太高，以免伤胃。
- 六、熬夜时，经常做深呼吸。
- 七、必须要熬到天亮，在凌晨5点左右，想象太阳升起时的辉煌和气势。
- 八、下了夜班要睡觉时一定要收心，即使不上床睡觉，也要坐在椅子上收心。
- 九、熬夜之后，最好的保护措施就是“把失去的睡眠补回来”。如果做不到，午间的10分钟小睡也是十分有用的。
- 十、此外，打羽毛球、到户外走走，也是摆脱熬夜后萎靡状态的好办法。

三十年风雨历程 铸辉煌再展宏图

——来自驻马店市第四人民医院的报道

本报记者 丁宏伟 通讯员 刘迎光

驻马店市第四人民医院建院于1981年，30年风雨兼程，几代人艰苦创业，励精图治，秉承“团结、和谐、求实、创新”的精神，使该院走上了不平凡的发展壮大之路。该院由最初的单一门诊部形式发展到今天占地1.7万平方米（市政府新规划用地1.3万平方米）、固定资产从2006年的1200万元增加到现在的3000万元；职工从2006年的156人增至236人，“两个效益”五年翻三番。医院由最初的只能处置小伤小病，发展成为集医疗、教学、预防保健、康复、急救和社区卫生服务为一体的，具有自身特色的城市二级综合性医院；先后获得省级维护消费者合法权益优秀服务单位、市民信赖的医疗机构、诚信之星医院等荣誉称号；是驻马店市医保、新农合定点医院，是全市首批被卫生部命名的爱婴医院之一。

2007年以来，驻马店市第四人民医院进入一个快速发展的时期，受到领导和群众的关注。近日，记者走进该院，感受其在全市医疗战线独树帜的“三特色”。

文化营造和谐

文化是医院的灵魂，是医院发展的潜动力。驻马店市第四人民医院领导班子深谙此理，近年来，他们结合自身特点，大力加强医院文化建设，创建学习型医院，逐渐形成了一套以医院精神、医院宗旨、服务理念 and 价值观为核心内容的医院文化体系，并通过宣传、教育、引导等形式灌输给每一位职工，不断激发广大职工的工作热情和工作动力，推进医院不断向前发展。“惠民医院”、“诚信医院”、“百姓医院”……该院被越来越多的群众接受。这些成绩得益于该院领导班子的创新之举，得益于他们用文化战略塑造百姓贴心医院的整体构想。

他们把文化建设、医院发展和品牌建设紧密结合起来，设计出独有的院徽并广泛运用于各种宣传；把“团结、和谐、求实、创新”作为医院精神；树立了“以患者为中心、视患者如亲人”的办院宗旨；以“廉医为民、诚实守信、优质高效”为经营理念，奉行“质量是核心、安全是重心、制度是准绳”的工作规范，不断推进科学化管理，持续改进医疗服务质量，加强职业道德建设，认真履行社会服务承诺；打造宣传阵地，创办院报，弘扬正气，宣传医院文化，为全院职工提供精神食粮；通过温馨的广告词彰显医院文化品位，让每一位职工都参与医院文化建设，展示自我，成为医院文化的创建者和实践者。每年一届的职工运动会、职工新年联欢会等文化活动都会增强全院职工的凝聚力、向心力，使他们更加紧密地团结在的医院党总支周围。

服务惠及百姓

“我们要坚持为百姓提供优质、低耗、便捷的医疗服务，千方百计减轻患者负担，努力构建让群众放心、满意的惠民医院。”驻马店市第四人民医院院长周建华谈起惠民活动，深有感触。据了解，该院坚持“廉医为民、诚实守信、优质高效”的经营和服务理念，惠民活动形式多样、独具特色，在群众中树立了良好的口碑，其中“三项惠民举措”深受百姓称道。

首先，驻马店市第四人民医院积极争取医保、新农合优惠政策，为群众提供质优价廉的医疗保障服务。该院是驻马店市、驿城区城镇职工和居民医保定点医院，新农合定点医院；是全市医保、新农合服务政策最优惠的城市二级医院。在这里住院治疗的患者可以享受二级医院的优质服务及最低起付线、最高报

销比例的优惠措施。

其次，该院不断救济困难群体，推出减免措施，受到社会好评。2007年以来，该院针对困难群体、五保户以及农村患者发放医疗补贴卡，为他们直接减免医疗费用。凡来院就诊的门诊患者免挂号费，部分检查项目可享受10%~50%的现金补贴；该院针对住院患者也有相应的减免措施。仅此一项，该院2007年以来共补贴患者医疗费132万余元。

最后，该院着力打造一流的社区卫生服务中心，给辖区居民提供贴心服务。他们免费为辖区居民建立健康档案，定期深入社区开展义诊、宣传活动，每年召开一次医患沟通座谈会，为慢性病患者提供上门服务……

精诚打造品质

受诸多因素影响，前些年，驻马店市第四人民医院发展比较缓

慢，但是，该院每一位职工心里都非常清楚，医院在前进的道路上都会面临很多很多困难。如何解决医院规模不大、没有拳头科室、没有高端技术、没有精良设备等难题呢？该院的对策就是：以患者为中心，以提高医疗服务质量为核心，走振兴发展之路，突出专科特色，引进各级、各类人才，完善医疗设备，改善医疗环境。首先，该院以“医院管理年”活动为契机，不断增强以患者为中心的服务意识。该院领导班子经常性地开展服务教育，职工的主动服务意识明显提高；建立、健全各项管理制度，落实核心制度，严格执行岗位责任制和诊疗护理技术操作规范，提高医疗安全意识，建立完善医患沟通制度，进一步提高医务人员责任心和责任感。由于措施到位，监管有力，该院“比、学、赶、帮、超”氛围浓厚，业务标准化建设

取得了实质性进展。

其次，扩大医院规模，改善基础设施。2011年以来，该院在上级党委、政府的大力支持下建起了10层门（急）诊综合大楼，配备了中央空调系统、中心供氧系统和负压吸引系统等，新增业务用房面积4500平方米，开放床位500张。第三，实施科技兴院、人才兴院战略。为不断提高医疗服务诊疗水平，该院引进了先进的美国GE四维彩超、日本光电全自动五分类血球仪、美国进口麻醉机、日本东芝B超机、无创呼吸机、美国GE螺旋CT、CR数字成像系统和东软500毫安数字遥控X光机、立体心电图机、心电监护仪、日本东芝全自动生化分析仪等大型医疗设备。同时，他们积极储备医疗技术人才，打造人才梯队。

多年来该院坚持“以专科发展”为龙头，以质量建设为中心”的发展战略，成功开展了肿瘤和心血管病的介入治疗项目；心脏起搏器的安装，在股骨头置换术、甲状腺手术、心脑血管病、糖尿病、肝病和骨科疾病的治疗方面制订了规范科学的诊疗方案。该院的中医内科突出中西医结合特色，提供人性化服务，受到患者和社会各界的广泛好评。

护理发明征集令

作为一名护士，您在工作中是否也常常会有一些灵感迸发，尝试一些小发明、小创新，或者对现有的医疗护理工具进行改造？

您的创新是否具有临床实用性？您是否愿意将这些成果与读者分享？有意者请与我们联系，并附上您的创新思路、改造过程、成果展示。

我们热情期待您的参与！

电子信箱：yywsbhs@126.com

QQ群号：196556306

联系电话：(0371)65944713

增加患者舒适度 减少护理工作量



护理小发明

编者的话

在传统奶瓶上巧妙加装注射器，轻松解决婴幼儿喂药难题；改造普通胸罩，让其变身成隆胸术后恢复胸罩，让隆胸女性摆脱绷带缠绕烦恼。日前，同济医院科研部召开产、学、研项目评审会，该院护士们的20项发明，让人大开眼界。

这些发明都是护士们在平时工作中，为解决护理难题进行的创新，部分发明在生活中也很实用，如侧挂式足浴水温测试哨鸣器，新型饮水机杯，弹力塑乳套，多功能半面罩，防垂足、防褥疮充气脚垫等。

护士江燕发明的冷热敷装置，灵感来自一次逛商场。当时她看到有卖冷敷眼罩的，就联想到面部整形患者术后消肿的问题，她试着在此基础上加装一个热敷系统，颌面整形患者原本术后3个月才能消肿，现在只需两周。

多功能喂药奶瓶

在奶瓶底部打孔，插一个安全塑料管构成喂药隧道，前端有凸出口，距瓶口2~5厘米，在喂药隧道中可插入一个长度和直径尺寸相匹配的喂药空针，即注射器；空针嘴外面套一个送药吸管，让吸管伸到奶嘴里。（杨枫）

隆胸术后恢复胸罩



用常见的莫代尔棉对普通胸罩进行改造，让其变身成隆胸术后恢复胸罩，不仅让隆胸患者摆脱绷带缠绕烦恼、避免假体移位，而且可以方便患者按摩。（蔡敏）

防垂足、防褥疮充气脚垫

在昏迷、瘫痪、下肢功能障碍、长期不能自主活动的患者中，发生垂足及足部褥疮的几率极高。这种新型充气脚垫，将防垂足及防褥疮两种非常实用的功能巧妙地结合在一起。在患者病情稳定的情况下，每2小时放气1次，每次30分钟。此充气脚垫可完全代替传统的固定鞋，更可避免患者发生垂足后，不得不进行胫后肌移植、跟腱延长等手术所带来的身心痛苦。（田娟）