

# 护理生涯的蜕变

□冯莉

从懵懂无知走向专业成熟,护理生涯的蜕变,你经历过吗?

可能很多人也像我一样,懵懵懂懂地选择了护士这个职业,也许是因为对一身白衣的崇拜,也许是因为家人的期许,也许是因为就业相对容易一些。

我是因为曾经读过的一段话,从而选择了护士这个职业。那段话是这样说的:“你可以一辈子不和教师打交道,只要你你踏进学校的教室,不听老师讲课;你可以一辈子不和法官打交道,只要你你奉公守法,不作奸犯科;你可以一辈子不和海员打交道,只要你你不坐船,不看海;但是你不可能不和医务人员打交道,因为你吃五谷杂粮,不会不生病。”正是因为这段话,让我认定了医学这个行业,并且毅然决然地选择了它。

实习时,我对医院的一切都感到好奇和新鲜。尤其是看到带教老师为患者打针或做各

种各样的治疗时,我觉得一切对于我来说都是那么神圣。我积极地跟带教老师学习,或踮起脚尖,或伸头张望,认真学习各种本领和技能。

经过漫长的实习期,我正式成为一名合格的护士,开始了自己独立一面的护理生涯。

将来每一项操作都要独立完成,没有了带教老师的保护,我需要更多勇气鼓舞自己。

记得我第一次单独给患者输液时,第一针没扎上,需要再扎一针,我紧张到手发抖;第一次被患者不理解,委屈得掉眼泪,但哭过之后依然坚持微笑服务;第一次给患者下尿管、导尿管时,因操作不熟练,紧张又怯场,给患者额外增加了很多痛苦,事后独自懊恼悔恨;第一次给患者更换引流管,小心翼翼地防止管道进入空气;第一次给患者做术前准备,尤其是给男性患者做术前准备,羞得当场小脸通

红;第一次手忙脚乱、争分夺秒抢救患者,胸外心脏按压到气喘手软,虽然汗水湿透白衣,但是依旧不肯放弃;第一次直面死亡,面对伤心的家属,不知道该怎么安抚;第一次护送死亡的患者到太平间,看着尸体被放进冰冷的冰柜,心里惆怅万千,感慨生命的稍纵即逝……

已经数不清有过多少次,正是因为这些微不足道的第一次才成就了今天的自己。现在的我为患者扎针,手稳心稳、一针见血,有时同事或者兄弟科室有较难扎的血管都会喊我过去帮忙;面对患者的不理解,我会心平气和地沟通,尽最大努力缓解患者的紧张情绪;给患者下尿管、导尿管时手法娴熟,尽量减少患者的痛苦;给患者做术前准备时,也不会再紧张和害羞了;抢救患者时也有条不紊,哪怕抢救失败我也会用心去安抚家属悲伤的情绪,甚至有时会给家属一个拥抱,也许安

慰的话语显得有些苍白,那就用拥抱来弥补吧!

我以为大学毕业后,就结束了学习和考试生涯,但现实生活给了我当头一棒。

护理这个职业,有各种学习、考试,还有操作比赛、演讲比赛、科普比赛、创新大赛等,无论是上班还是下班,相信每位护理人员都和我一样,最害怕接到考试通知。

在我看来,正是因为这些让人头疼的考试才让我不断成长。学无止境,更何况是在医学高速发展的今天,没有好的技术就会被淘汰。

记得有一次,我在一家省级三甲医院进修学习的时候,被新奇的护理手段和高科技的护理器材所震惊,心情久久不能平复。外出学习不仅让我取得了专科护士资格证书,还让我对护理前沿的发展有了进一步的认识。护理工作虽然琐碎,但是需要我们不断地创新和改革,才能跟上时代的脚步。

日复一日,年复一年,转眼间我已经在护理岗位上度过了13个春秋。如今的我不再青涩懵懂,留下更多的是稳重和成熟。

面对患者,我们要有耐心和爱心。虽然无法替代他们生病,但是可以用有温度的护理和精湛的技术缓解他们的痛苦。一句温暖的话语,一个淡淡的微笑,都可以让患者感受到温暖。

冰心曾说:“爱在左,情在右,在生命的两旁,随时撒种,随时开花,将这一径长途点缀得花香弥漫,使得穿花拂叶的行人,踏着荆棘,不觉痛苦,有泪可挥,不觉悲凉。”作为一名护理人员,除了要有精湛的操作技术和扎实的理论基础外,还要有一颗温暖的心。

护士是医院里小小的一抹身影,在病房与走廊间随处可见。我很庆幸自己是一名护士,能为患者献出小小的温暖。(作者供职于河南省直第三人民医院)

## 从医随想

上初中入团时的情景历历在目,如今我已入党,回顾青春的历程,是一首激昂的青春之歌。

2019年的冬天,疫情暴发,我毫不犹豫地报名参加抗疫。在一线,我郑重地递交了入党申请书,经过党组织的严格考察后,光荣地成为一名中国共产党党员。在入党宣誓时,我的心情很激动,同时也感到肩上所担负的沉甸甸的责任和使命。

奋斗是青春最亮丽的底色,行动是青年最有效的磨砺。在发热门诊值班时,我穿着厚厚的防护服,戴着护目镜,连续工作五六个小时,因为上厕所不方便,所以不敢多喝水,值班结束时汗水已把防护服浸透。值班虽然很累,但是一想到是为了防止疫情蔓延,是为了广大人民群众的生命健康,再苦再累也值得。

有责任有担当,青春才会闪光。我作为科室副主任,不仅要协助主任管理好科室的日常工作,还要带领团队整理数据、总结经验、申报课题等,我要把创新和热情融入工作。

追求进步,是青年最宝贵的特质。2022年,我到省会一家大医院进修了3个月,有一件事让我印象特别深刻。

我所在的感染科三病区主要是收治各种重症感染和疑难杂症的患者。有一天下午快下班时,陆陆续续地从其他科室转入了四五个病情较重的患者,大家已经忙碌了一天,难免有些疲惫,有的同事表现出懈怠的情绪,这时我的带教老师说:“我在军校时,所在连队是‘硬骨头六连’,早就习惯了打硬仗,这点累算什么!”接下来,带教老师带领我们加班查房,仔细询问每位患者的病情。我从老师身上学到了不怕困难、无私奉献的精神,我要把这种精神带到自己今后的工作中。

唐代医药学家孙思邈所著的《备急千金要方》中的第一卷《大医精诚》,被称为是“东方的希波克拉底誓言”。我要涵养廉洁自律的道德修养,做到心有所畏,言有所戒,行有所止,不断锤炼自己的意志力、坚韧力、自制力。

在从医道路上,我会恪守医德,不断追求进步。上班之余,我喜欢阅读中医书籍和现代医学书籍,在书中汲取营养。在临床工作中,我不断总结经验和心得体会,把行之有效的药方记下来,写成医案保存。

我记得曾经接诊过的一名33岁男性患者,他是家庭的“顶梁柱”,夫妻俩有两个孩子,大孩子5岁,小孩子才1岁。他患的是肝硬化腹水伴右侧胸腔积液、右肺下叶膨胀不全,因呼吸不畅,睡觉时只能朝左侧卧位,饭后腹胀,不能多食,思想负担很重。

他的妻子哭着求我一定要想办法治好她丈夫的病,我安慰她:“你别伤心,我理解你的心情,我一定会尽最大努力的。”因为患者害怕做手术,所以我就先用中西医结合方法为他治疗。

经过辨证论治,施以中药汤剂,再配合输入人血白蛋白,以及利尿、抗感染等对症支持治疗。20多天后,患者的腹水大减,已感觉不到腹胀,胸腔积液已消退,呼吸顺畅,饮食增加,走路轻松,黄疸指数也接近正常水平,高高兴兴地出院了,患者和家属对我们深表感谢!通过努力,我们解除了患者的痛苦,收获了幸福!

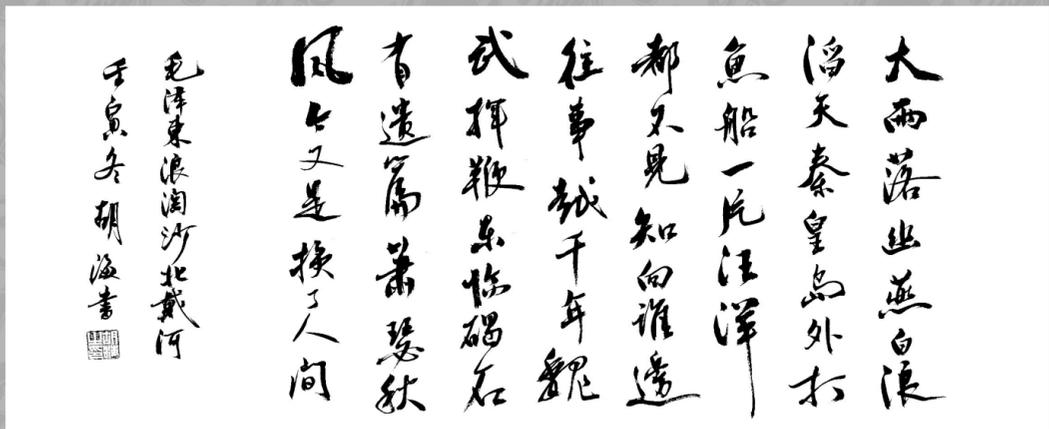
不忘初心,牢记使命。我将在从医道路上不断攀登,练就本领、厚德精术、勇于创新,为护佑广大人民群众的身心健康做出贡献!

(作者供职于周口市中医院)

# 做追求进步的青年医生

□罗华兵

## 书画作品



胡海/作 作者供职于上海市东方医院(同济大学附属东方医院)

## 归途

□梁怡

我的老家距离县城大概20公里,回老家要路过7个村庄和两条小河,花费一小时左右的时间。多年来,我不断往返于县城和老家之间,因为老家有我喜爱的爷爷,有一起玩耍的伙伴,还有充满诗意的院子。老家的一街一巷、一屋一瓦、一草一木,都让我感到无比亲切。

虽然每次回去都要辗转乘车,但是最终都能平安到家。家

对于我来说,不仅仅是一个概念,而是一种温暖和舒适的感觉。这条回家的路已成为我人生一道亮丽的风景线,为我留下了一段又一段美好的回忆。

每次回老家,不管多晚,爷爷都会倚在村口树下的石墩边等我。每年到了假期,我提着大大小小的行李坐在像菜市场一样热闹的公交车上,满心欢喜地回老家。在公交车上,有从大城市转

车回家的人,有到城里购物返家的人,有久居城市回老家看望亲戚的人……人们提着大大小小的行李,心里装满了对亲人的思念、购物的满足和返家的喜悦。或许,那就是让人回味无穷的人间烟火气吧!走在回乡的路上,我从来不在意四季变换,也无心欣赏窗外迷人的风景,只觉得归心似箭,路程总是很远,花费的时间总是很长。

再长大一点的时候,更没有什么能够阻止我回家的脚步了。那时如果没有公交车,我就骑着自行车独自回家。我已记不清第一次独自骑车回家是多大年纪了,只记得当时在路上边走边问,这大概就是为什么能把路上经过的7个村庄倒背如流的原因。那一次,爷爷仍旧没让我失望,他还在那个熟悉的远方等我。其实,我和爷爷哪儿有什么默契,那是爷爷对我深深的牵挂和深沉的爱,他一旦有闲暇时间就会习惯性地到村口等我。

孩子讲我当年回家路上的各种趣事。孩子睡着了,我安静地看着车窗外飞驰而过的村庄和田野里的庄稼,一切都是那么平凡而美好。

也许,我们从走出老家的那一刻起,每一步都在往前走,但老家似乎却渐行渐远。我们虽然在外面的世界拼搏,有了广阔的视野和丰富的生活,但是怎么也忘不了故乡的温暖。

如今,虽然回家之路的终点早已没有了爷爷的等待,但是家仍是我心灵的栖息地。

记得电影《亲爱的》里有一句台词:“离家的路有千万条,回家的路只有一条。”时间一分一秒地过去,回家的路也变得越来平坦,越来越美好……

(作者供职于河南中医药大学)

怨化疗过程太难熬时,我不会再说:“不慢,很快就结束了。”我会说:“是呀,就是有点儿难熬,不过,已经坚持好几次了,我们继续加油。”“哎,化疗后大把大把地掉头发,早上起床,枕头上都是头发。”我不会再说:“化疗全部结束后还会长出来的。”我会说:“是的,会掉头发的,要不先把头发剪了,戴个帽子或假发,等化疗全部结束后,头发就会慢慢长出来的。”

有一首歌写道:“白天和黑夜只交替没交换,无法想象对方的世界……你永远不懂我伤悲,就像白天不懂夜的黑。”

我们和患者,就像白天和黑夜。我愿,白天懂得夜的黑,走进患者的内心世界,去聆听、去关注。(作者供职于济源市第二人民医院)

## 心灵絮语

我在医院工作了这么多年,什么样的患者都见过,有性格温顺的,有脾气暴躁的,有乐观开朗的,有内向柔弱的,还有“不听话”的。

她就是那位“不听话”的患者,对医生、护士的嘱咐总是左耳朵进右耳朵出,我行我素。手术后的患肢锻炼,我嘱咐她要一步一步来,每天按要求锻炼,不要着急。但第二天,我发现她已经锻炼过度了,我告诉她这样会影响伤口愈合,可是她说:“没事,我可以拾起来。”她一边说还一边拾胳膊。

她以为加强锻炼就能早点出院。但由于患肢活动幅度太大,手术后引流管中的引流液迟迟不见减少,不能拔除。她便吵着、闹着要回家,主管医生也被她闹得没脾气。一个月后,她来医院做化

## 我愿,白天懂得夜的黑

□谭荷艳

是必须打针的话,我去门诊打针,我去找医生。”最终,医生也拗不过她。

我们在值班室说起她时,都很无奈,笑称她是我们“最难管的患者”。

直到有一天,我的亲人也因为患了肿瘤住院治疗,也经历了做手术、化疗。我的亲人对我说:“我真不想住院,提起住院,就像小孩看见穿白大褂的人一样害怕。从你们医院路过,就想绕着走,说起来自己也觉得很可笑。”听完亲人的话,我禁不住一阵心酸,难过。

美国作家图姆斯所著的《病患的意义》中说:“大夫,你只是观察,而我却是在体验。”我们作为医生,每天穿梭在病房,看到过很多患者手术后疼痛难忍的样子,化疗后引起呕吐、脱发,肿瘤转移后又痛得夜不能寐。虽然我们也关心、体贴患者,并及时来到床旁给患者解答疑问,但是那种刻在骨子里的痛苦,我们没有切身体会过,是永远也不懂的。

我想,我懂得了她,那个“最难管的患者”。从此以后,当患者再向我抱

怨化疗过程太难熬时,我不会再说:“不慢,很快就结束了。”我会说:“是呀,就是有点儿难熬,不过,已经坚持好几次了,我们继续加油。”“哎,化疗后大把大把地掉头发,早上起床,枕头上都是头发。”我不会再说:“化疗全部结束后还会长出来的。”我会说:“是的,会掉头发的,要不先把头发剪了,戴个帽子或假发,等化疗全部结束后,头发就会慢慢长出来的。”

有一首歌写道:“白天和黑夜只交替没交换,无法想象对方的世界……你永远不懂我伤悲,就像白天不懂夜的黑。”我们和患者,就像白天和黑夜。我愿,白天懂得夜的黑,走进患者的内心世界,去聆听、去关注。(作者供职于济源市第二人民医院)

## 征稿

本版征稿栏目:《医院文化》《医者手记》《人生感悟》《悦读》《心灵絮语》《从医随想》《摄影作品》《书画作品》等。

征稿要求:文章主题突出,形式灵活多变,语言生动活泼。

投稿邮箱:258504310@qq.com

联系人:李歌

邮编:450046

地址:郑州市金

水东路与博学路交叉

口东南角河南省卫生

健康委员会8楼医药

卫生报社编辑部

