

■ 护理管理

护士长如何激发护士的潜能

□张秀丽

我任病区护士长时,曾有一位高年资护士诚恳地对我说:“护士长,我多希望您能多夸夸我们呀!每天,我们充满干劲儿踏进病房那一刻,说心里话,都打算好好完成当天工作。而在晨会交接班时,您总爱板着脸批评人,这会让我们的心情变得压抑,工作热情瞬间下降,甚至一天都开心不起来。其实,您可以试着多夸夸我们。那样,我们工作起来会更有动力,虽然很疲惫,但是会累并快乐着度过一天。”

听了这位护士的话,我不得不承认,她说得很中肯。这让我意识到自己在管理中存在“批评得多,表扬得少”的事实,尽管我也时常对护理人员说,批评是就事论事,不代表全盘否定,不代表你们没有优点,也不代表护士长不认可你们的护理能力。

我懂得赞赏教育的力量,总以为那是针对未成年人的教育方法,没想到已过不惑之年的护士们,对被表扬的渴望竟然也这么强烈。

那么,护士长如何在护理管理中用好“表扬”这一妙招呢?

善于表扬和夸奖

在护理管理工作中,护士长往往容易陷入一个认识误区,即将焦点放在问题上,而对护士批评得多、表扬得少。护士长应该清醒地认识到,希望得到他人的肯定、赞赏,是每一个人的正常心理需要,不分身份和年龄。即使是老年人,他们的内心也需要别人的认可与鼓励。因此,护理人员也不例外,

也渴望被信任、认可、表扬。

护士长不要忽视护士需要被认可的心理需求,该夸奖的时候要及时夸奖。护士在护理患者的过程中,护士长可针对具体事例进行真诚表扬,譬如“你的工作做得很细,也很到位。”“这事儿,你完成得恰到好处。”

表扬有一种神奇的力量,只要是“诚于嘉许,宽于称道”,即使是很小的优点,只要在称赞护士的时候是真诚的,就能给予护士正向反馈,让忙碌的护士瞬间忘却工作中的劳累,以更好的工作状态为患者提供优质的护理服务。

不紧盯错误

人们面对指责时,会不自觉地为自己辩护,这是一种正常的心理防御机制。有关研究结果显示,当人受到批评时,往往记住的是开始的内容,因为他们忙于思索证据,想反驳批评。其实,护理人员也是如此。

如果护理人员在工作中一味

地受到批评,会挫伤他们的自信心,导致积极性和工作热情下降,工作动力不足,甚至产生职业倦怠感。这样,不利于护理人员更好地开展护理工作。

护士长在护理管理工作中可使用“三明治法则”,在批评的同时给予适当的肯定,注意批评的时机和方式方法,善于变责怪为鼓励、变惩罚为激励。比如护士长交办一项任务给护士时,不妨对护士说:“我相信你一定能办好这项任务,你既具备能力又办法多、反应灵敏。”有鼓励才有动力,这样,护士才能用更大的积极性干好工作。

管理要刚柔并济

在护理管理中,既要有“以规章制度为中心”的刚性管理,又要有“以人为中心”的柔性管理。刚性管理是明确工作标准,做到制度面前人人平等;柔性管理是不依靠权力发号施令,而是激发每个护理人员的内在动力,发挥其主动性、

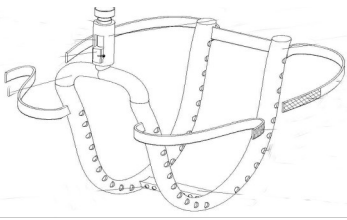
潜力和创新精神。护士长在管理中只有做到刚柔并济,才能让整个护理团队齐心协力,不断提高护理技能和素养等,创造出更好的护理业绩。

因此,护士长在管理过程中,要以尊重为基础,学会尊敬与欣赏护士,多了解护士内心的想法;善于沟通,多站在护士的角度去考虑问题,让护士能够感受到团队的温暖,并把这份温暖传递给患者。

在那次与护士沟通以后,我很少再板着脸孔批评护士,而是更多着眼于护士身上的闪光点,及时给予表扬和激励。慢慢地,我发现科室的工作氛围变得更加融洽起来,不仅患者满意度提高了,科室的护理质量也在医院考核中名列前茅。因此,作为一位护士长,应该善于夸奖和鼓励护理人员,让夸奖和鼓励化成滋养护士心田的甘霖吧!

(作者供职于新乡医学院第二附属医院护理部)

■ 小发明



新型失禁性皮炎护理氧疗装置

在临床上,一些长期卧床患者由于自身原因,无法留置导尿管;还有一些老年患者由于尿道口松弛,留置导尿管后出现漏尿现象;一些重症患者由于使用抗生素,肠道菌群失调,导致腹泻等症状。这些患者由于大小便失禁等原因,导致会阴部失禁性皮炎,严重者会出现渗血、渗液等情况,长期失禁性皮炎可能会导致创口感染等特点。

为了解决上述问题,提高患者的舒适度和护理质量,护理部组织护士分组寻找材料,并上网搜索相关资料,最终设计了一种失禁性皮炎护理氧疗装置(如图)。

创新点及作用

1.本装置设有U形管、连接筒、连接管等,可以实现对患者会阴部的氧疗效果,与患者生理部位形状吻合,可以全方位对患者会阴部进行氧疗、干燥,有利于加快创面愈合、恢复;2.设有束缚带、第一魔术贴、第二魔术贴,可以将U形管固定在患者身上,防止在患者移动时从患者身上滑落造成氧疗中断;3.设有调节管、调节块等,便于护士调节氧疗压力,防止压力过大或过小对患者造成不适感。

应用价值及意义

1.与现有技术相比,本装置具有结构简单、使用方便、实用性强等特点,以及可固定、可调控压力、操作简便等优势,适合医院、疗养院、居家大小便失禁人群使用。

2.采用本装置可以有效预防和治疗失禁性皮炎。对于护理人员 and 照护者来说,本装置操作简便、一学即会;在使用时,护士只需将本装置固定好,连接氧源,打开即可使用;在居家照护患者的过程中,患者家属根据护士的指导方法,给予患者居家皮肤护理,弥补了家属缺乏护理知识的短板。

3.本装置使用便捷,具有方便、舒适的特点,能够提高患者满意度,提高护理工作效率;U形管、连接管、调节阀均使用硅胶材质,固定束缚带使用弹力松紧带材质和魔术贴,经费预算共计10元;经济实用,受到了许多患者的好评,值得在临床上广泛推广。

(作者供职于河南省人民医院呼吸重症东区)

冠心病介入手术的护理与健康管理

□李 飞

冠心病的全称为冠状动脉粥样硬化性心脏病,是一种常见的心血管疾病。介入手术是治疗冠心病的有效手段之一,而术后的护理服务对于患者的康复至关重要。本文主要介绍冠心病介入手术护理的要点,以及术后护理注意事项。

术前准备

冠心病介入手术虽然相对简单,但是对于患者来说仍可能带来一定的心理压力。因此,护士在术前应向患者及其家属详细解释手术的必要性、手术过程及术后注意事项,以减轻患者的焦虑和紧张情绪。

术前需要完成心电图、超声心动图、血常规、凝血功能等常规检查,以评估患者的心血管状况及手术风险。手术前一晚,患者要睡眠充足。

术中护理

在手术过程中,护士应密切监测患者的生命体征,主要包括心率、血压、呼吸等,以确保手术安全进行。护士应详细记录手术过程及所用药物,为术后护理提供参考。

术后护理

伤口护理 术后,护士应定期检查患者的手术伤口,观察是否有出血、渗出等情况;保持伤口干燥,避免感染。

生命体征监测 术后应进行心电图监测,以便及时发现心律失常等异常情况。

适度活动 术后,护士应根据患者的具体情况,指导其进行适度的活动,以促进血液循环,预防血栓形成。

饮食护理 术后,护士应指导患者合理饮食,多摄入富含蛋白质、维生素的食物,避免食用高脂

肪、高盐食物;保持大便通畅,避免因便秘导致腹压增高,影响心脏康复。

药物治疗 术后,护士应按医嘱给予患者药物治疗,包括抗凝药物、降脂药物等;向患者及其家属说明药物治疗的注意事项,确保患者按时服药。

定期复查 术后,患者应定期复查心电图、超声心动图等检查,评估患者的康复情况。如有异常情况,患者应及时就医。

生活调养

首先,患者要养成良好的生活习惯,具体包括戒烟限酒、作息规律、避免熬夜;适度参加体育锻炼,增强体质。另外,患者要严格控制高血压、糖尿病等冠心病危险因素。

其次,健康饮食。患者应遵循低盐、低脂肪、低糖、高纤维的饮食原则,多摄入新鲜蔬菜、水果、全谷类食物及富含优质蛋白质的食物,减少动物内脏、肥肉等高脂肪、高胆固醇食物的摄入量。

同时,患者应根据实际情况选择合适的运动方式,如散步、慢跑、打太极拳等;控制运动强度,避免剧烈运动,避免在极端天气条件下外出运动;运动时应有人陪伴,随身携带急救药品及联系卡片。

综上所述,冠心病介入手术后的护理十分重要,对患者的心脏康复具有积极的作用。术前准备、术中护理及术后护理等方面的细致照顾和护理指导,可以帮助患者更好地度过手术康复期,增强治疗效果,早日恢复健康生活。

(作者供职于山东省青岛市黄岛区中心医院介入诊疗室)

急诊护理 24小时守护患者

□薛 静

在我们的生活中,急诊护理是一个无处不在且至关重要的服务。无论是受伤、生病,还是遭遇意外,我们都能在急诊护理部门找到专业的医务人员,他们会在24小时内提供紧急救治与护理服务。本文主要介绍急诊护理的重要性,以及提供一些在急诊护理中拯救生命的关键技巧。

设想一个这样的场景:你正在享受一顿美味的晚餐,突然听到旁边餐桌上有人咳嗽得很厉害,当你回头看去,发现一位老年人突然眼神迷离、呼吸急促、面部焦虑不安。

当时,你意识到他可能面临生命危险,需要急救。如果你了解急诊护理的基本知识,就有可能挽救患者的生命。

及时寻求急救人员的帮助 虽然掌握基本的急救技能非常重要,但是在面对危急重症时,及时寻求专业急救人员的帮助是一种最佳选择。比如拨打急救电话(如120、999等)能够迅速获得专业急救人员的救助。在等待急救人员的过程中,你可以运用所学的急救知识,为患者提供初步的护理服务。

提供基本生命支持 急诊护理

的疼痛程度,了解疼痛的性质和特点;采用评估工具,确保结果准确。

药物治疗 护士应遵照医嘱给予患者适当的止痛措施,包括非处方药和处方药;在用药过程中,关注患者的疼痛缓解情况及不良反应。

伤口护理

伤口护理旨在保持伤口清洁、干燥,促进伤口愈合,避免感染。

伤口清洁 护士应定期清理患者的伤口,保持局部清洁;在更换敷料时,遵循无菌操作原则,避免感染。

敷料更换 护士应根据医生的建议,按时为患者更换伤口敷料;选

择合适的敷料,避免对伤口产生刺激;更换敷料时,注意观察伤口愈合情况,发现异常应及时报告医生。

保护伤口 护士应指导患者保护伤口,避免剧烈运动或外力碰撞,导致伤口裂开或出血。在康复过程中,护士应根据患者的具体情况,帮助其逐步恢复正常的活动能力。

康复锻炼

术后康复锻炼,可以帮助乳腺癌患者改善血液循环,增强肌肉力量,提高关节活动度。护士可以根据患者的具体情况,制订个性化的康复计划。在康复过程中,患者可

逐步增加锻炼强度和时间,避免过度劳累。正确的锻炼方法包括手臂抬高、握拳、肩关节旋转等动作。在锻炼时,患者要确保动作正确,避免造成二次伤害。

生活方式指导

首先,患者饮食要营养均衡,多食用富含蛋白质、维生素和矿物质的食物,控制高脂肪、高糖、高盐、辛辣食物的摄入量,增加新鲜水果、蔬菜的摄入量等。

其次,鼓励患者进行适度运动,可以增强体质和提高免疫力。根据患者的身体状况,护士应协助患者选

及时进行药物救治 在急诊护理过程中,有时需要迅速给患者提供药物救治。然而,这需要受过专业培训的医务人员来判定、操作。因此,在未接受相关培训之前,千万不要擅自给患者服用任何药物。

保障患者转运安全 在将患者送往医院的过程中,要确保患者安全,固定好患者的身体,避免剧烈颠簸和震动。同时,保持患者呼吸道通畅,关注患者的生命体征变化。如果可能的话,使用氧气袋等设备为患者提供氧气支持。

总之,急诊护理是一项关乎生

命的重要工作,也是医疗领域最具挑战性的工作之一。在急诊部门服务的医务人员为了拯救生命,经常面对各种紧急情况和高压环境。通过了解基本的急诊护理知识,我们能够在紧急情况下向患者提供帮助,甚至挽救生命。因此,大家如果遇到急诊状况时,请保持冷静,及时拨打急救电话,并采取自己所掌握的急救知识与技能,为患者提供服务。这些简单的行动可能会拯救患者的生命。切记,急诊护理是一项艰苦、有意义的工作,无论是急救人员还是群众,都需要积极掌握急救护理知识与技能,都应该为了他人和自己的生命安全、身体健康做出积极努力。

(作者供职于山东省淄博市第一医院)

乳腺癌患者护理要点

□陈 艳

逐步增加锻炼强度和时间,避免过度劳累。正确的锻炼方法包括手臂抬高、握拳、肩关节旋转等动作。在锻炼时,患者要确保动作正确,避免造成二次伤害。

首先,患者饮食要营养均衡,多食用富含蛋白质、维生素和矿物质的食物,控制高脂肪、高糖、高盐、辛辣食物的摄入量,增加新鲜水果、蔬菜的摄入量等。

其次,鼓励患者进行适度运动,可以增强体质和提高免疫力。根据患者的身体状况,护士应协助患者选

择合适的运动方式,比如散步、打太极拳、瑜伽等;避免剧烈运动,以免对伤口产生不良影响。

最后,护士应指导患者保持规律的作息时间,避免熬夜和过度劳累,保持精力充沛;乳腺癌患者在治疗结束后一定要定期复查。

综上所述,乳腺癌患者的科学护理是一项综合性的工作,涉及多个方面。通过采取科学的护理方法和全面的支持措施,可以帮助患者顺利度过治疗和康复期,提高生活质量。

(作者供职于山东省聊城市传染病医院)

预防感染 注意保暖,避免感冒。在流感高发季节,患者可以接种流感疫苗或肺炎疫苗,降低感染风险。

戒烟 吸烟会损害肺部组织,增加气管的风险。戒烟是一种预防气

气胸患者如何进行家庭护理

□孟 青

什么是气胸?顾名思义是指胸膜腔内存在气体。这种情况通常是由于肺组织破裂,使得空气进入胸膜腔。气胸的症状包括胸痛、呼吸困难、咳嗽,在严重的情况下可能会出现呼吸急促和发绀症状。

对于气胸患者来说,适当的家庭护理,可以帮助患者更好地控制病情,缓解症状,加速康复。

家庭护理策略

休息与活动 气胸患者应充分休息,避免剧烈运动。在康复期,患者可以尝试进行轻度的活动,如散步,以改善心肺功能。在气胸症状

缓解后,患者可以逐渐增加活动量,但应避免剧烈运动和重体力劳动。

疼痛管理 气胸引发的胸痛,可以通过非药物方法(如深呼吸、冥想、放松练习等)进行缓解。在必要的情

况下,可以遵照医嘱使用止痛药。

饮食调理 患者饮食要保持营养均衡,多摄取高蛋白、低脂肪的食物,如鱼、瘦肉、豆类等;同时,多吃新鲜的蔬菜和水果,以增强身体免疫力。

心理支持 气胸会给患者带来心理压力。家属应给予患者足够的关