

聚焦“5·12”国际护士节

用专业和细心守护患者

本报记者 陈鑫龙

作为医疗卫生系统的一支中坚力量,无论是在医院日常繁杂的护理工作中,还是在疾病流行和人民健康受到威胁时,都有广大护理工作者的默默奋战和无私的付出。

今年5月12日是第112个国际护士节,本报记者带你走近不同专科的护士,见证她们用专业和细心守护患者、关爱生命的经历。

重症医学科专科护士崔秀楠:为患者练就“十八般武艺”

“气管插管、呼吸机、循环支持……”在云南省肿瘤医院/昆明医科大学第三附属医院重症医学科,经常出现惊心动魄、命悬一线的抢救时刻。

评估病情,遵医嘱给予治疗,康复训练……重症医学科的每一位医护人员都需练就“十八般武艺”,守护生命最后一道防线。

“叮铃铃,叮铃铃!”5月10日凌晨2点,铃声在繁忙的重症医学科骤然响起,一名呼吸衰竭的患者急需转入。患者推入科室后,重症医学科护理组长崔秀楠立即配合医生给予紧急气管插管,进行有创呼吸机辅助通气。

“叮铃铃,叮铃铃!”科室另一侧,一名脏器衰竭患者报警铃声再次响起,崔秀楠刚处理完呼吸衰竭患者,立即赶往

病床前对患者进行CRRT(连续血液滤过净化)治疗……

“因为重症医学科的特殊性,患者的病情往往瞬息万变。和普通病房的定时巡视不一样,需要我们责任护士随时关注患者的生命体征变化,基本都是守在患者床旁,从生命体征数据变化的蛛丝马迹准确判断出患者的情况。”一整天,崔秀楠和同事们时刻关注着每一位患者,随时准备实施抢救。

从一名普通护士逐步成长为护理知识较全面、对危重患者管理及抢救技术运用熟练的ICU专科护士,崔秀楠总能第一时间出现在患者最需要的地方。有的患者需要到相应科室做检查,而他们身上连接着各种仪器和管线来维持生命状态,崔秀楠和同事们全程陪同;有的患者需要实施

俯卧位治疗,但他们几乎没有行动能力,加上每位患者身上都连着各种治疗仪器和输液泵,崔秀楠就对患者逐一实施俯卧位治疗,根据病情需要,再把这些病人翻回正常体位。除了帮助患者进行口腔护理、面部清洁、修剪指甲等日常护理外,崔秀楠每周还会进行2至3次床上洗发、洗澡,保持患者身体清洁。自2016年起至今,崔秀楠还承担护理实习同学、院内轮转护士、新进护士临床带教工作。

多年来,正是凭着“生命相托、永不言弃”的信念,崔秀楠坚持专科护理原则,发挥科室特色优势,坚守在院内急危重患者救治一线。

“怀揣着对这份职业的敬畏和热爱,我将会在重症医学科护理岗位上继续发挥作用,守护生命最后一道防线。”崔秀楠说。



崔秀楠在护理重症患者

口腔专科护士姚兰:口腔医生的“左膀右臂”

有这样一群护士,他们的工作并不是大家印象中的打针、输液和发药,更多的是作为口腔医生的助手,在牙椅旁运用“四手操作技术”,配合医生高效默契完成每一例牙科治疗,成为他们的“左膀右臂”。

5月9日18时30分,刚结束一天护理工作的昆明医科大学附属口腔医院护理部主任姚兰又站上了昆明医科大学呈贡校区的讲台,为护理专业本科生讲授口腔专科护理基础理论和口腔健康传播技巧。

连轴转已经成为姚兰的工作常态。2006年10月,昆明医科大学附属口腔医院成立,同年组建口腔专科护理团队,当时云南口腔专科护理处于空白状态。姚兰回忆,“当时我们都是从综合医院的护士转为门诊护士,对口腔专科护理的

理念和岗位能力认识还存在误解。”

17年来,医院口腔专科护理团队已发展到252人,逐步形成了一支高水平、专业化的护理精英,也将“口腔专科护士”这一新名词在全省推开。

“口腔专科护士除了要熟练默契地配合医生完成口腔治疗外,还需在诊疗中将各项感染防控措施落实到位,保障患者安全,并且在口腔疾病的预防科普宣教中承担着重要角色。”姚兰说,每一台治疗开始前,都需根据医生的治疗方案,提前准备好诊疗所需的物品、器械和设备。

“口腔专科护士要熟悉口腔专业理论知识、掌握每项口腔治疗的步骤和专业器械的使用、观察患者的感受与不适。”姚兰说,为更好地完成这些工作,口

腔护士们需要下不少苦功。

走上管理岗位后,姚兰拓宽视野,把时间和精力转移到提升医院整体护理水平上,推动全省口腔护理技术与时俱进。近年来,她带领护理团队承担着昆明医科大学护理学院本科生眼耳鼻喉口腔护理学及口腔护理学课程的理论与实践教学,先后承担各级科研项目10余项,发表论文50余篇,参编高等医学院《口腔护理》教材,主编的《实用口腔专科护理操作流程》于2021年4月由云南科技出版社出版。

“作为中华口腔医学会口腔专科护士培训基地,云南省内的口腔专科护士几乎都是从昆明医科大学附属口腔医院走出去的。”姚兰自豪地说。



姚兰(右一)对医院护士操作技能常态化检查考核

中医专科护士杨茜:特色护理门诊的“坐诊专家”

去医院看病,一般都是找医生问诊,但是在云南中医药大学第一附属医院/云南省中医医院中医特色护理门诊,护士成了“坐诊专家”。她们通过望、闻、问、切,选择相应的中医护理技术和调护方法为患者服务。

“有什么不舒服?出现入睡困难、多梦等症状有多久?”诊室内,云南省中医医院中医特色护理门诊主任护士杨茜对患者的身体状况作出评估,制定耳穴贴压联合刮痧诊疗方案。

“针对失眠症,耳穴选穴主要包括神门、枕、肾、心、神经系统皮质下等区域。”杨茜说,“我们会根据患者的症状进行辨证,然后把有胶布的药籽贴在患者耳朵相应穴位上,教会患者如何按压,使其能通经活络、调理脏腑阴阳,从而达到改善睡眠、缓解焦虑的效果。”

杨茜说,对于一些长期失眠和病情较复杂的疾病所致的失眠患者,她们会以耳穴贴压联合铜砭刮痧法进行治疗,增强疗效。铜砭刮痧是采用点(膻穴)、线(经络)、面(脏腑经络膻穴皮部)相结合的操作手法,可较强激发脏腑经络之气,疏通、调理气机运行,促使全身气血运行畅通、和调,促使机体趋于阴阳平衡状态,从而达到治疗作用。

为了中医特色护理门诊高质量开诊,2020年7月开始,杨茜先后前往安徽省中医院中医特色护理门诊进修学习3个月、参加中华护理学会首届中医护理治疗专科护士项目线上学习2个月、广东省中医院完成临床实践1个月后,带领医院护理部专技小组32名护理骨干,利用周末和业余时间学习提升专业技能。2021年7月29日,医院中医特色护理门诊正式开诊,杨茜

全面负责门诊管理并努力开拓门诊工作。

“开展针法、砭法、罐法、灸法、按摩法五大类中医特色护理技术,运用耳穴贴压、铜砭刮痧等20余种疗法,针对五官、骨伤科等多种疾病进行治疗以及护理康复保健指导。”杨茜说,开诊以来,平均每月接诊治疗患者430余人次,年治疗2.4万余人次。

为了更好地满足患者就诊需求,杨茜带领团队坚持周末开诊,尝试开展夜间、午间门诊。

在推拿科担任护士长期间,积极学习并实践运用先进的护理管理理念;担任护理部副主任期间,不断了解护理学科发展新趋势和管理新举措……30多个春夏秋冬,杨茜把最美好的年华献给了中医护理事业。接下来,她将带领同事们将中医护理门诊向专科、专病、专项业务技能等方向深入发展。



杨茜在特色中医馆为患者进行长蛇灸 图片均为供图

科技传真

省农科院甘蔗所1项创新技术获美国发明专利授权

本报讯(记者 陈云芬) 近日,云南省农业科学院甘蔗研究所栽培与轻简化生产创新团队在甘蔗宿根栽培领域的创新技术“一种促进宿根甘蔗低位芽萌发及新根系生长的方法”获美国专利和商标局授权。这是省农科院甘蔗所首次通过巴黎公约的途径获得授权的第一梯队国际发明专利,标志着这项专利技术成果水果业迎来新的跨越。

宿根甘蔗在甘蔗生产中占有重要地位。该技术是在国家糖料产业技术体系等项目支持下,开展宿根甘蔗持续丰产技术研究取得的成果。该技术提出了一种促进宿根甘蔗低位芽萌发及新根系生

长的方法,改变了传统的蔗园管理方式;促进了宿根甘蔗低位芽快速萌发,保障了宿根甘蔗出苗快、出苗多、出苗齐;保障了宿根甘蔗新根系向深层土壤生长,增强了新根系对土壤水分、养分的吸收能力;增强了宿根甘蔗根系超氧化物歧化酶、过氧化物酶、硝酸还原酶活性,降低了根系丙二醛含量,提高了宿根甘蔗根系抗衰老能力,延长了宿根甘蔗栽培年限,具有显著的经济效益、社会效益和生态效益。该技术2022年在云南蔗区推广面积达76.71万亩,平均亩增产9.53%至17.93%,农民平均新增产值264.6元至415.8元,同时延长宿根年限2至3年。

中铁十五局云南临清项目工法关键技术达到国内先进水平

本报讯(记者 陈怡希 通讯员 赵纯杰 程川芸) 近日,中铁十五局临清项目部工法关键技术《浅埋偏压洞口施工技术》顺利通过专家评审,被认定为达到国内先进水平。

此项技术主要针对“一带一路”重点项目临沧临翔至清水河高速公路马家寨隧道工程展开,项目区经历多次构造运动,构造形迹极为复杂。作为富水软弱围岩,开挖时极易引起洞顶斜坡土体滑塌失稳。特别是雨季有连续降雨,隧道洞口围岩经受不同程度雨水冲刷以及地下水流动的影响,对整体施工过程带来一定的安全隐患。

针对这一状况,项目先后研发长管棚超前支护技术、隧道钢拱架连接钢板定位装置等专利,并研发钢筋保护层卡

控测量工具,以科学的施工理念,保证了隧道施工的安全性及隧道施工的质量和进度。长管棚超前支护技术是通过有限元软件MIDAS GTS NX建立有无超前支护的隧道开挖有限元模型,分析无超前支护、长管棚超前支护和小导管超前支护工况下隧道围岩稳定性、衬砌应力及围岩塑性区的变化规律。对比长管棚超前支护和小导管超前支护下的变化规律,最终选取长管棚超前支护方案。从环境条件、施工条件、工程安全出发采用有大管棚超前支护施工工艺,有效控制富水软弱围岩隧道偏压段的围岩变形,确保隧道进洞施工安全。马家寨隧道出口端V类围岩采用预留核心土台阶法开挖施工,确保周边围岩稳定,提高围岩的自承能力。

图片新闻

2023中国“未来之星”高原篮球对抗赛在丽江落幕



比赛现场

本报讯(记者 姜莹) 近日,2023中国“未来之星”高原篮球对抗赛玉龙雪山丽江站在丽江市体育馆落下帷幕。

本次比赛由云南省体育总会、中国社区发展协会作为指导单位,云南篮球协会、丽江市教育体育局主办。以此次赛事为契机,丽江市教育体育局计划利用丽江得天独厚的高原气候条件和旅游资源,打造青少年

篮球品牌赛事,为优秀青年运动员提供高原训练机会。

参赛的4支大学生男子篮球队中南大学队、西北工业大学队、云南师范大学队、云南财经大学队以单循环形式进行了为期3天的比赛。最终,中南大学夺得丽江站冠军,云南财经大学和云南师范大学分获亚军、季军。比赛中间穿插的扣篮大赛同样精彩。各队各派出一名选手参赛,云

南师范大学的陈治材夺得扣篮大赛冠军。

本次比赛融合彩云之星选拔赛、彩云之星训练营、彩云之师培训营3项公益活动,通过增强教练员、裁判员队伍专业技能,逐步构建完善的赛事体系,号召更多人加入全民健身行列。接下来,赛事组委会将移师迪庆藏族自治州德钦县继续此次公益活动。

资讯荟萃

我省征集试点单位推进体医深度融合

本报讯(记者 姜莹) 记者日前从云南省体育局获悉,我省将开展体医融合中心试点工作,进一步推进云南省卫生健康与体育的深度融合。

全省体医融合中心试点建设工作将在省体育局、省卫生健康委指导下,在2023—2025年期间,每年在全省遴选5至10个试点单位,分类建设一批可推广的体医融合中心。体医融合中心试点将以特色鲜明、模式创新、业态融合、服务健康为根本遵循,分类统筹建设体检、评估、干预、治疗、康复一体化服务,临床医疗、中医养生、运动干预服务和“运动处方库”服务、社区健康标准化服务、“体质体能测试+运动实时监控+精准健身指导”服务等一批可推广的体医融合中心试点项目,为全省体医融合中心建设探索经验、提供示范。同时,体医融合中心试点还将助力推动各州市基本建有运动创伤专科医院,综合医院设有运动医学科或体医融合中心工作站,县(市、区)建有科学健身指导中心或社区运动康养服务中心。

据悉,此次试点项目将从运动创伤治疗、科学健身指导、青少年健康管理、社区运动与健康服务等10个方向及类型进行申报。通过评审后的单位将统一作为云南省体医融合中心试点建设单位。试点建设周期为1年。考核验收达标后,省体育局、省卫生健康委将予以命名挂牌。

超38万人次参与青少年主题健身活动

本报讯(记者 姜莹) 近日,记者从2023年昆明市“奔跑吧·少年”儿童青少年主题健身活动主办方获悉,截至目前,该活动已经带动全市逾38万人次的儿童青少年参与到体育活动中。

该活动由云南省体育局指导,昆明市教育体育局主办,通过线上体育课堂等活动,线下运动公益课、民族趣味运动会和冠军进校园等6个模块,与共青团昆明市委“青春昆明”平台联动,搭建了一个全市儿童青少年都能参与的体育平台。

今年1月开始,活动主办方在“青春昆明”发布“体育项目我知道”系列体育知识学习内容,随后又开展了包含无人机、篮球、滑板、街舞、射击、网球等7类由专业运动教练担任讲师、教学指导的线上体育课堂。除了线上推广,活动主办方在线下组织了民族趣味运动会、体育冠军进校园等多场活动。其中,民族趣味运动会吸引了13000多组家庭参与。

随着活动持续开展,主办方还发起了征文活动,参与活动的儿童青少年可获得“红领巾奖章”昆明市级特色章“活力小达人”积分,并对优秀作品予以展示。

“张桂梅思政大讲堂”云南中医药大学开讲

本报讯(记者 张雪飞) 日前,“张桂梅思政大讲堂”——云南中医药大学分课堂第一讲开讲。分课堂第一讲以全国名中医、著名妇科专家、云南中医药大学终身教授张良英的感人事迹为题材,用身边先进典型弘扬高尚师德。

张良英从事医疗、教学、科研60余年,学术思想精深、师德医风优良。分课堂第一讲以“坚如磐石的人生信念 仁心仁术的大医情怀”为题,邀请张良英开门弟子、云南省名中医陈林兴,学校1978届毕业生、云南省名中医、学校特聘教授王敏,青年医生和教师代表李兴艳讲述张良英老师潜心教书育人、精研深悟医道、常怀仁爱之心的感人事迹。全校1000余名师生代表现场聆听。

温馨提示

如何防范强对流天气

强对流天气是指发生突然、天气剧烈、破坏力极大的灾害性天气,其出现时往往电闪雷鸣、风大雨急。雷电、短时强降雨、大风、冰雹、龙卷风等都属于强对流天气。

强对流天气是灾害性天气之一,但气象部门可根据雷达探测资料,及时观测到可能诱发强对流天气的强雷雨云团,发出预警信息。

专家提醒,每年春夏季节是强对流天气的高发期,以强雷电、短时强降雨、大风等为主。强对流天气发生时,雷电最为活跃,公众要加强对雷电的防范,不要待在空旷的环境中,应躲避到有避雷设施的建筑物里,如果在室外有车的的话要尽量在车内躲避,不要到树下、电线杆下、塔吊下躲雨。一旦强对流引发雷雨大风,公众应远离易折断的树木、广告牌以及危房等,走路、骑车时少走高楼之间的狭长通道,避开大型车辆、罐车等特殊车辆。此外,要注意防范强降雨,行人不要在桥下、低洼地、河道停留,不要在有积水的道路上行走,要注意下水道漩涡、电线杆漏电等,行车切记不要盲目驶入未知深度的积水中。

本报记者 陈云芬 整理