

柔肩担重任

天使绽芳华

记市人民医院神经外科护士长王建平



王建平悉心照顾患者。

一双脚从不停歇,走了多少路无从计算;一张笑脸无数次出现,给患者心灵带去多少温暖无从计算……30年来,市人民医院神经外科护士长王建平默默耕耘在护理一线,以病人为中心、用优质服务让患者感受到亲人般的关怀和温暖,生动诠释了“敬佑生命、救死扶伤、甘于奉献、大爱无疆”的新时代医疗卫生职业精神。



爱岗敬业、无私奉献的健康守护者

■记者 詹岩 通讯员 王丹

神经外科病区是全院急、危、重病人最多的科室,多是颅脑损伤、脑出血、气管切开的危重病人,生活不能自理。

作为护士长,王建平经常带领护士加班加点,把病人当亲人,不怕脏、

不怕累、不怕苦,为患者更衣、喂饭、擦身、拍背锻炼。遇到无人照护的“无名氏”患者,王建平还会亲自帮他们协调住院费用、买饭、置办衣物等,用辛勤的汗水与满腔的热情浇灌每一朵生命之花,以博大的胸襟和无私的情怀书写着白衣天使的崇高与圣洁。

不仅如此,王建平处处以身作

则、爱岗敬业,以精湛的业务当好患者健康的守护者。

2022年的一天晚上,王建平吃过晚饭后习惯性回到病区查看。此时,120送来了一位急诊患者。没有片刻迟疑,她立刻套上工作服就前来处置患者,查看患者的瞳孔,发现双瞳孔不等大,散大侧瞳孔对光反射消

失;她又喊喊患者,无反应。

经验丰富的王建平判断患者可能发生了脑疝,立刻通知医生并带患者去做头颅CT,正如她所判断一样。随即,该患者急诊行“开颅血肿清除+去骨瓣减压术”。由于发现病情及时,该患者顺利得到救治。这样的例子在王建平的工作经历中不胜枚举。

新冠疫情间,市人民医院是全市新冠患者定点救治医院。王建平毫不犹豫,第一时间递交请愿书,不畏艰险、主动报名,积极投身于抗疫一线工作。

为了更好服务患者、做好科室人力调配,王建平守在病房、亲力亲为,统筹协调好病区患者的治疗、护理、病情观察、核酸检测等工作,自己常常忙得连吃饭、喝水都顾不上。

不畏艰险、逆行出征的忠诚坚守者

2022年11月的一天,由于疲劳作战,王建平身体透支倒地,导致头部摔伤、左足第5趾骨和右侧第6肋骨骨折。经过包扎处理后,第二天她又继续投入工作,用自己的爱心、耐心、细心和责任心竭力为患者撑起一片“晴天”。

凝聚士气、锐意改革的先行创新者

自从走上了护士长管理岗位后,王建平一直率先垂范,宽严相济,在强化科室管理的同时,注重挖掘护士潜能,让每个护士发挥自身长处,找到自己的闪光点,不断提升团队凝聚力。

王建平转变护理理念,学习先进护理经验,分析病区护理的现状及优势,实行整体护理模式,从细微处着手,处处体现“用情护理、用心服务、以人为本”。她坚持以患者需求为导向,以患者满意为目标,认真落实护士岗位职责,开展“一病一品”工作,为患者提供“热心接、耐心讲、细心观、诚心帮、温心送、爱心访”从入院到出院的全程优质护理“六心”服务。

同时,王建平积极参

加省市举办的各项活动并敢于创新,多次在省、市级护理技能创新大赛中取得优异成绩。她创作的床头抬高标识被医院推广应用,泡沫敷料用于气管切开患者局部换药做法为护士节约了大量时间。多年来,她发表护理论文核心期刊6篇,申请护理专利2项,新技术项目1项……在她的引导下,科室护士们也积极参加各项活动,每年都取得优异的成绩。

“白衣天使,爱满人间。”这是患者及其家属对王建平最好的赞美,也是对她最大的鼓励。“在今后的工作中,我将继续把满腔的热情奉献给自己热爱的护理事业,把温暖送到每一位患者的心中,帮助更多的患者重获健康。”王建平如是说。



全民健康生活方式行动
China Healthy Lifestyle for All

健康生活方式核心要点 (2023)

—孕妇

- ◆ 食物多样,总量控制,践行“三减”,适当补充叶酸、铁等微量营养素。
- ◆ 坚持运动,根据不同孕周采取适宜的运动方式和运动量。
- ◆ 孕前调整并维持健康体重,孕期保持适宜的体重增长。
- ◆ 逐步适应孕期生理和心理变化,主动学习母乳喂养与育儿的科学知识。
- ◆ 不吸烟,避免被动吸烟,不饮酒,减少视屏、久坐等静态行为。
- ◆ 按时进行孕期检查,保持口腔健康。
- ◆ 生活规律,不熬夜,保证适当休息和充足睡眠。

全民健康生活方式行动国家行动办公室





全民健康生活方式行动
China Healthy Lifestyle for All

健康生活方式核心要点 (2023)

—乳母

- ◆ 食物多样不过量,保证优质蛋白质、富含维生素和矿物质的食物摄入。
- ◆ 随哺乳期的进程选择适宜的有助于生殖器官和身体恢复的活动和运动。
- ◆ 母乳喂养是健康生殖的重要阶段,有助于减少体重滞留,改善新陈代谢。
- ◆ 与丈夫共同履行哺育责任,学习和实践回应性喂养,建立母婴和谐的喂养规律。
- ◆ 与家庭成员多交流沟通,在全社会支持下享受哺育新生的幸福和快乐。
- ◆ 禁烟戒酒,规范言行,做好孩子第一任老师。
- ◆ 调整生活节奏,积极休息,充足睡眠。

全民健康生活方式行动国家行动办公室

