

“手机一点，护士到家” 医院推出“互联网+护理服务”

2019 年国家卫健委印发了《关于进一步推进“互联网+护理服务”试点工作的通知》，在全国各省份推进“互联网+护理服务”试点工作。2021 年 4 月，山东省卫健委联合山东省医疗保障局印发《山东省“互联网+护理服务”试点工作实施方案》，根据上级文件要求，制定《新泰市中医医院互联网+护理服务工作实施方案》。随着我国

居家老年患者和慢性病患者对居家护理的需求日益增加。特别是长期瘫痪，老年病等患者去医院就诊费时费力，希望护士能够上门服务。

新泰市中医医院“互联网+护理服务”既顺应了患者的健康需要，又减轻了患者家属的压力，让患者足不出户就可以享受专业、优质、安全和便捷的护理服务。

为确保患者安全和服务质量，医院精心筛选了具备五年以上临床护理经验且具有国家级、省级专科护士培训经历的护士作为“网约护士”，临床工作经验丰富，能更好地满足患者需求。

服务主要内容包含：更换胃管及鼻饲、更换尿管及尿管维护、压疮护理、拆线护理、造口护理、即时测血糖、普通换药、乳房积

乳疏通术、PICC 维护、新生儿黄疸等多种护理项目。

医院将扎实开展“互联网+护理服务”各项工作，不断创新护理模式，扩大服务供给，提高服务效率，规范服务行为，保障质量安全，为患者提供全流程、无缝隙、专业便捷的护理服务。

(护理部)



医护到家，为爱出发①



12 月 2 日 9 点 34 分，医院“互联网+护理服务”平台接到首例订单，要求护士上门为一位八十多岁的患者进行留置尿管。

平台工作人员接单后第一时间联系患者家属，了解患者的身体情况后，对患者进行专业评估，为该患者分配一位 19 年护龄的主管护师朱美。按照预约时间朱美和护理部工作人员携带相关用物前往患者家中，到达患者家门口，穿戴好工作服，做好自我介绍，对患者及家属进行新冠疫情流调，并对患者进行评估，和家属沟通告知留置尿管的风险和并发症，家属表示理解并签署留置尿管知情同意书。

护士一边细致入微地观察患者的反应，一边娴熟地为患者进行导尿。操作顺利完成后详细的告知家属注意事项，并根据评估情况对患者进行皮肤、饮食等各方面的健康指导。

患者家属对此次上门护理给予充分肯定，感激的说：“太方便了，足不出户就能享受这么好的服务，真是省时、省心、省力，非常感谢”。

(外一科 朱美)

帅气男护上门为老人静脉采血②

12 月 9 日，患者朱奶奶家属通过新泰市中医医院服务号——护士到家网约护士平台下单静脉采血服务。

新泰市中医医院“互联网+护理服务”平台接单后即刻联系朱奶奶家属，在了解患者基本情况后，派单给主管护师陈艾忠。陈艾忠接单后，立即联系朱奶奶家属，询问患者情况及需要采血项目，协助患者完成采血项目收费，并确定需采血时间。



到达朱奶奶家中，陈护士严格按照疫情防控要求执行。首先对朱奶奶及家属进行新冠疫情流调，核对患者信息，签署知情同意书，评估血管并采血，告知采血后注意事项，医疗垃圾规范处置带回，并将采集血液标本送至化验室进行检测。

完成采血后，朱奶奶一家人连连称赞“互联网+护理服务”，表示网约护理服务方便、省心，不出门就能享受这么好的服务，非常感谢！

(急诊科 陈艾忠)

“互联网+护理服务”预约方法

关注“新泰市中医医院服务号”公众号→点击下方“电子健康卡”菜单→点击“护士到家”菜单→选择护理服务项目（可点击查看更多选择服务项目）→点击“立即预约”→选择服务对象的“电子健康卡”→填写地址、服务时间、病情描述、图片上传、选择材料、签约知情同意书→点击“提交订单”→网上付款→护士上门服务。

服务咨询电话：0538—7252511



爱心守护留守老人③

自医院推出“互联网+护理服务”护理网上服务订单以来，近几日可以说是络绎不绝，周六周日亦是工作如常。“互联网+护理服务”网上预约护理服务的确是顺势而生，顺时而为。这时代的产物，服务理念的转变和提升，必定会给我们部分患者朋友们带来便利。

12 月 13 日，外一科接单“互联网+护理服务”PICC 置管维护。下单的是两个月前在外一科行直肠手术的任大叔，他算是外一科医护人员的“老熟人”了。任大叔远在烟台的儿子，通过中医院服务号“护士到家”服务平台，为任大叔选择了此项治疗服务。任大叔两年前脑梗后留下了左侧肢体严重后遗症，膝下仅有一独子，在烟台工作，儿媳在泰安工作，三地相望，陪伴实属不易，住院时儿子请假陪同，平时和老伴相依为伴。再次的生手术，对老人及整个家庭来说无疑不是雪上加霜，给老人的身体、心理以及生活带来了诸多问题。

尽管天气寒冷，行动不便，任大叔还是早早的在路口等待我们的到来。看到他那熟悉的身影，心中不免有些感动。通往大叔家门口的水泥路有些陡峭，虽然拄着拐棍步履蹒跚，但是洋溢在大叔脸上的笑容犹如天空中高高挂起的太阳（冬日的阳光虽然短暂而又微弱，但也散发着无限的温暖和希望）。这正彰显着他在疾病面前的不屈不挠，让我们看到他积极乐观的生活状态让人很是欣慰。

这不免让我想起在院期间，哪怕他卧床活动不方便，哪怕是下床很是困难，哪怕当时身体上留有多条引流管，他依旧在术后第二天便开始坚持活动，以致于他能超出我们的预期及早康复出院。每天输液结束，在病区走廊里我们就会看到



他的身影。让我们看到拐棍支撑起的不仅是他的身体，更是疾病面前不灭的意志。这正是我们众多在疾病面前退却呻吟的患者们的榜样吧。

离开时，大叔大婶早已为我们打包好了地瓜和花生，让我们虽然很难为情，但心里也有说不出的喜悦。虽说是违反原则，但这更加表达了患者及家属对我们真切的感激之情。虽然严词拒绝，但却又让我们于情于理难以拒绝。

通过“互联网+护理服务”网上预约工作的开展，让我们意识到患者不仅因有疾病而来院治疗的需求，部分患者他们也有居家延续护理服务的必要。希望通过此项护理服务工作的开展，能进一步推动促进和满足广大患者的健康需求。因为健康不仅是我们拥有的需求更是我们必须担负的责任。每个人的健康，才是幸福一整家的坚实基础。

让我们一起为促进健康而努力，为和谐共生而力加油吧！得到家属的认可，是对我们工作最大的肯定与鼓励。这也将继续勉励我们砥砺前行，不断努力。感念于情，感恩于心。这冬日里暖暖的情意，更是治愈一切的良药，愿我们所有人有情相伴，健康相随。

(外一科 朱美)

“互联网+护理服务”让温暖如约而至④

淼淼青云，幽幽药香，冬日杏林，春意盎然。大医精诚、仁和善行的院训在耳边时刻回响。践行优质护理，夯实人文建院的服务理念在心中激荡。

在信息飞速发展的时代，互联网成就了科技的进步与创新。“互联网+护理服务”实现了护理服务由点及面的空间转变，拉近了心与心的距离，呵护了护患关系，温暖了凛冽寒冬。

近日，医院院前急救科孙士振接到互联网派单，为一例因股骨头置换术后需静脉采血的老人进行静脉采血。家属通过互联网搜索了多家医院公众服务平台，最终选择在市中医医院平台下单寻求相关服务。孙士振接单后，立即联系患者家属，详细询问患者情况及需要采血项目，联系医生通过服务号开具采血医嘱指导患者家属通过服务号完成缴费，并详细交代患者采血前注意事项。

因检查肝肾功生化患者必须空腹，细心的孙士振考虑到患者身体虚弱，饥饿容易引发低血糖反应，于是与家属约好第二天早上 7 点上门，患者及家属对此表示非常感动。

孙护士严格按照上门操作流程执行，严格消毒，严格核对，在进行疫情流调确认无问题后，询问患者身体状况，对患者进行评估，核对采血信息并顺利完成采血。

(急诊科 孙士振)



孙护士对患者认真交代了采血后注意事项，并对患者进行了饮食、压疮预防、运动康复等健康指导，患者及家属受益匪浅，衷心表达了对孙护士的感谢。

孙护士将血标本带回医院送至化验室，并通过微信方式沟通了解查看检验报告方式，圆满顺利完成了此次网约护理服务。

“安得广厦千万间，大庇天下寒士俱欢颜”。我们将不断前行，希望用我们优质的护理服务为患者带来更高质量的生活，守卫健康，护卫生命。

(急诊科 孙士振)



【健康养生】

预防感冒 中医支招

进入冬季，气温下降时最易着凉，出现发烧、流涕等感冒症状。现介绍 10 个预防冬季感冒的小妙招，助您远离感冒。

洗。冬天天气寒冷，很多人早上会选择用热水洗脸。事实上，清晨用稍凉的水洗脸不仅能让人变得清醒、精神振奋，还可以预防外出时冷空气突然侵袭引起的感冒。这是因为冷水洗脸能够提高人体耐寒能力，刺激和改善面部的血液循环，增强鼻黏膜对冷空气的适应能力。

此外，晚上还可以用热水或热姜水泡脚 15—20 分钟，能够促进血液循环，提高机体免疫力。泡脚时水以能浸到脚踝以上为宜，浸泡时还可加盐、醋，并不断添加热水，浸泡至脚面微红为度，避免温度过高。此法对轻度的风寒感冒、头痛、咳嗽都有明显效果。

漱。每天早、晚用淡盐水漱口一次，可清除口腔细菌。在感冒初期，用浓盐水漱口也是有一定效果的。如咽喉又痒又痛，可采用浓盐水漱口，大约每隔 10 分钟漱口一次，反复几次后，症状就会得到缓解。

刮。大椎穴位于颈部下端，第 7 颈椎棘突下凹陷中。在大椎穴刮痧或拔火罐可预防感冒，对调理颈椎病也有一定效果等。

搓。大鱼际位于人的手掌正面拇指根部，下至掌跟，即伸开手掌时明显突起的部位。两手下交替互搓大鱼际，以双手发热为度，能促进血液循环、疏通气血，对防治感冒大有益处，

主 编：闫家平
副 主 编：李振爽
王 超
林永年
徐勤伟
吴修才
一版编辑：孙 晶
二版编辑：展光保
三版编辑：杨 蓉
四版编辑：刘维娜
编辑部电话：0538-7253530
传真：0538-7251239

新泰市中医医院

通讯

新泰市中医医院主办
泰安市内部资料准印证第 129 号
Http://www.xtzyy.com.cn

2021 年 12 月 31 日 星期五
第 12 期(总第 125 期 内部交流、免费发放)
E-mail:xtszydb@163.com



新泰副市长王翠 来院检查疫情防控工作



12 月 31 日，新泰市副市长王翠来我院检查疫情防控工作，市卫建局局长李绪涛参加，医院院长闫家平、副院长徐勤伟陪同。王翠先后查看了医院核酸检测处、发热门诊、预检分诊和应急综合楼建设工地，深入了解了医院疫情防控和安全生产工作。她要求，要做实做细疫情防控各项工作，认真落实省、市疫情防控政策，强化源头管理，严抓院感防控，切实消除疫情传播风险隐患，坚决筑牢疫情防控安全防线。

(党办 展光保)

医院成功举办第三届新中医肿瘤青云论坛暨省级中医药继续教育项目培训班

12 月 25 日，由新泰市中医医院主办的第三届新中医—肿瘤青云论坛暨 2021 年山东省中医药继续教育项目“中医药在恶性肿瘤防治中的应用和进展培训班”在新泰荣峰国际饭店顺利圆满举行。泰安市肿瘤医院防治院院长李瑞卿教授，山东中医药大学附属医院肿瘤科副主任、博士生导师李秀荣，泰安市中心医院副院长、血液病诊疗中心学科带头人滕清良教授，山东省肿瘤医院六病区主任、博士研究生导师朱慧教授，泰安市中心医院血液病诊疗中心副主任张春梅教授，新泰市中医医院院长闫家平等专家和领导出席会议。泰安市和新泰市各医疗机构肿瘤专业负责人、新泰市中医医院肿瘤科医护人员及相关科室医护人员参加会议。因疫情和天气原因，广州中医药大学深圳医院业务副院长、博士生导师张恩欣教授，潍坊医学院中医学院院长、二级教授孙长岗教授，山东大学教授、人文医学博士生导师苏永刚线上参加会议并授课。新泰市中医医院副院长吴修才主持开幕式。

李瑞卿在致辞中表示，非常高兴在美丽的青云湖畔，与中西医肿瘤专家相聚一起，并邀请国内著名专家相聚云端，交流学术。代表泰安市抗癌协会、泰安市癌症中心、泰安市肿瘤防治院、泰安市肿瘤治疗质控中心，对大会的召开表示祝贺。李瑞卿指出，新中医——肿瘤青云论坛已经成功召开两届，在新泰市中医医院领导关心支持下，论坛聚焦肿瘤领域中西医研究精华，展开学术研讨交流，备受省内外专家关注，目前已经成为我省知名学术品牌。他表示，全市肿瘤防治工作任重道远，全体同仁要共同携手努力，积极应用中西医适宜技术，规范化治疗痛癌、规范化姑息治疗、安宁疗护，提高患者生存质量和延长患者生存期，为人民群众提供更加优质的中西医结合医疗服务，为建设健康幸福泰安作出新的更大贡献。

开幕式结束，五位专家先后通过现场和线上的形式依次授课，张恩欣教授讲授《肿瘤经方临证心得》、苏永刚教授讲授《英国临终关怀现状及对我国的启示》、孙长岗教授讲授《系统药理学与生物信息学共模式下黄芪多糖干预三阴性乳腺癌的机制研究》、朱慧教授讲授《广泛期小细胞肺癌的放射治疗》、张春梅教授讲授《造血干细胞移植及其应用》，他们分别结合自身实践经验、心得体会和真实案例，围绕“中医药在恶性肿瘤防治中的应用和进展”

(党办 展光保)



医院喜获泰安市养生保健康复学会集体奖3项，10人获个人奖项

12月9日，泰安市养生保健康复学会建会五周年庆祝活动暨2021年理事会年会隆重开幕。泰安市养生保健康复学会首席高级顾问张甲军，泰安市养生保健康复学会监事会主席刘科学，山东第一医科大学第一附属医院（山东省千佛山医院）医学工程部主任范儒教授及学会其他领导班子成员、学会顾问、学会理事、各会员单位的代表、部分志愿者以及各分会、专业委员会、工作委员会领导班子成员和受表彰单位和个人参加活动。

会上，宣读表彰决定，新泰市中医医院作为学会副会长单位的组织者及引领者喜提三项集体大奖，医院院长闫家平、副院长李振爽、党委副书记王超等10人分获“优秀健康使者”“传播健康知识名医名家”个人奖。分别是“2016-2021

年度泰安市养生保健康复学会示范分会”“2021年度泰安市养生保健康复学会养生保健示范基地”“2021年度泰安市养生保健康复学会保健康复示范基地”，闫家平、蒋娥、王小艳、林贞芳、赵娜、石磊获“优秀健康使者”荣誉；李振爽、王超、宋淑兰、李明获“传播健康知识名医名家”荣誉。

泰安市养生保健康复学会新泰分会成立于2017年，新泰市中医医院作为新泰分会的依托机构，积极承担组织者和承办者责任，自成立以来坚持办会宗旨，心系群众健康，突出公益特色，积极组织会员开展各种公益活动，累计开展义诊及健康宣教活动300余次，受益群众达5万余人，广大人民群众健康素养和中医养生理念不断提升，学会品牌逐步形成，学会影响力不断扩大。（外联办 蒋娥）

医院举行齐鲁内科血浊学术流派传承工作室签约及揭牌仪式



12月27日上午，新泰市中医医院举行齐鲁内科血浊学术流派传承工作室签约及揭牌仪式，山东中医药大学附属医院、齐鲁内科血浊学术流派第四代主要传承人、博士生导师王中琳教授，新泰市中医医院院长闫家平、副院长李振爽、脑病科主任张新及相关医护人员参加活动。

闫家平院长和王中琳教授签约并为“齐鲁内科血浊学术流派传承工作室新泰市中医医院工作站”揭牌。

闫家平院长对齐鲁内科血浊学术流派传承工作室落户新泰市中医医院表示感谢。他表示，目前医院脑病科是国家中医药管理局中医特色优势重点专科、山东省中医临床重点专科，下一步将依托齐鲁内科血浊学术流派传承工作室团队的优势资源，坚持运用传统中医的方法并结合现代科学技术，不断加强学科建设，提升区域竞争力和影响力，努力打造成为新泰及周边地区的脑病诊疗中心。

王中琳教授指出，齐鲁内科血浊学术流派秉承国家首批百名中医王新陆教授提出的血浊理论学术思想，深入探讨血浊理论蕴涵的“治未病”思想，在包括高脂血症、高尿酸血症、胃病病、抑郁症、痴呆、短暂性脑缺血发作、中风病、糖尿病等临床常见病的防治及实验研究方面，运用血浊理论防治现代疾病的有效方法，冀望通过传承血浊理论，不断丰富光大其内涵，并将血浊理论付诸实践，使之成为指导诊治现代疾病的重要理论工具。（党办 展光保）

医院举行“中国医疗保障定点医疗机构”揭牌仪式



12月10日上午，新泰市医疗保障局副局长栾东、待遇科科长乔振男及马钰钰一行到市中医医院进行“中国医疗保障定点医疗机构”授牌。医院院长闫家平、副院长李振爽、医保科主任罗庆湘、药剂科主任蒋立勇及相关科室人员参加授牌仪式。

据栾东副局长介绍，为进一步加强对新泰市医保定点医疗机构的规范管理，解决定点医疗机构牌匾类型参差不齐的现状问题，市医疗保障局将组织开展辖区定点医疗机构标识牌规范管理工作，

（按照国家医保局要求）统一制定了“医疗保障定点医疗机构”标牌并要求辖区各定点医疗机构在醒目位置悬挂。

新的标牌左上角是国家医疗保障官方标志和“中国医疗保障”中、英文，中间是“医疗保障定点医疗机构”，右下角为“新泰市医疗保障局制”。尺寸、样式、字体、颜色、悬挂位置等基本要素统一的定点医疗机构标牌标识，不仅方便了群众识别正规的医保定点机构，更能有效增进社会公众对医疗保障工作的认知，促进全市医保定点医疗机构的规范管理。

揭牌仪式前，双方进行了门诊慢病医保管理及电子医保卡管理使用等相关问题的座谈，栾局长等对我院医保工作给予充分肯定，并对下一步工作提出意见和建议。（党办）

医院与专利挖掘、科研项目申报

12月9日上午10点，新泰市中医医院在1号会议室举行了“科研项目申报与专利挖掘”专题培训会，省科技厅李世喜处长一行分别作了精彩演讲，医院副院长吴修才主持会议。新泰市科技局相关领导、医院科研项目负责人，意向申报科研项目、申请专利的科研积极分子、各科室业务骨干近60人参会。

培训会上张清东经理着重从专利布局、专利分析、专利撰写方面介绍了相关法律法规和技巧。黄河菊局长介绍了相关科技扶持政策，包含科技孵化基地建设、重点实验室建设、人才扶持计划等，为我院下一步科研发展规划提供了方向。

科研工作作为医院现代化发展的三驾马车之一，一直是基层医院相对薄弱的领域。医教研“三驾马车”齐头并进，才能促进医院全面发展。近年来，新泰市中医医院在抓好医疗服务的同时，多措并举促进科研发展，出台科研激励机制，积极开展合作交流，同青岛大学医疗集团、山东协和

学院及上级医院不断深化合作，先后立项十余项省级课题。2020年度申请立项一个山东省自然科学基金项目。2021年结题课题同时申报了新泰市是科学技术进步奖。科研工作得到快速发展，科研能力实现有力提升。

随着公立中医医院绩效考核办法深入推进，对中医院的科研创新能力提出了新的高度和要求，下一步，医院将积极找出路、搭平台、拓渠道，主动对接省内科研大数据平台，朝着多学科交叉，多平台交融的方向，联合省级三甲医院、科研中心等加大横向课题的申报力度。同时加强科研诚信管理，完善学术道德建设的制度和机制体系，严把科研成果质量关。

培训会前，省科技厅李世喜处长一行听取了我院关于科研工作的汇报，对我院近年来的科研工作表示肯定，并提出了意见和建议。（科教科 王安翠）

（上接一、四版中缝）

对咽痛、打喷嚏、流鼻涕、鼻塞、咳嗽等症状也有缓解作用。

开。适当开窗通风换气可以有效减少室内的细菌、病毒、真菌等。但在冬天如果开窗通风太久，可能会降低室内温度，反而导致受凉，所以要根据室内空气、温度具体情况来判断是否通风及通风时间长短。

饮。常喝姜水能起到温中散寒的作用，患有风热感冒的人还可以喝些菊花茶以散风清热。

食。少吃含钠的食盐，可提高唾液中含溶菌酶的含量，保护口腔、咽喉部黏膜上皮细胞，让其分泌更多的免疫球蛋白A及干扰素来对付感冒病毒。因此，每日食盐量控制在5克以内，对防治感冒大有益处。

呼。有研究表明，像蜜蜂一样发出嗡嗡声能够打开连接鼻窦和鼻腔之间的开口，使呼吸更轻松，有助于排出鼻腔黏液。可在舒适的位置坐下，用鼻子深吸一口气，呼气时发出嗡嗡声，使鼻腔、胸腔、头部都有震动感。嗡嗡声能够延长呼吸，也可以缓解焦虑，放松心情。

穿。冬季寒冷，但衣服不要穿得过多，保证御寒和散热正常即可。如出汗了不要马上脱衣，避免受风着凉。

按。上星穴在头部，前发际正中直上1寸；迎香穴在面部，鼻翼外缘中点旁，鼻唇沟中，用两手指按揉这两个穴位，有宣通鼻窍、散寒除涕的功效。肩井穴在颈到肩端的中部，肌肉较丰富的地方，两手拇、食、中三指分别拿对侧的肩井穴，提拿10次即可，能起到疏风散寒解表的作用，有效缓解风寒感冒症状。（党办 刘维娜）

义诊服务



12月1日“世界艾滋病日”，医院组织内科、外科、妇科、针灸理疗科等专家来到汶南重兴村，组织开展“世界艾滋病日主题义诊”活动，测量血糖、血压、心电图检查、艾滋病相关知识及中医药养生保健知识宣讲。



12月14日，医院组织中医科、针灸理疗科等专家团队来到恒基森林售楼处，组织开展新泰市中医医院“冬季养生、健康生活”义诊服务活动，为到场的100余名群众进行了详细的健康查体、测血压、测血糖、中医脉诊、现场针灸治疗、发放健康宣传手册，讲解中医药健康养生知识，受到了现场群众的一致好评。



12月23日，医院组织内科、针灸理疗科、耳鼻喉科、B超、心电图等专家团队来到翟镇黑石山子村，组织开展新泰市中医医院“尊老、敬老、爱老”义诊服务活动，现场针灸治疗、发放健康宣传手册，讲解中医药健康养生知识，并入户给高龄及行动不便老人查体，让老百姓享受到家门口优质的医疗资源服务。（外联办）

颊针治疗“疼痛性疾病”

颊针疗法是通过针刺面部特定穴位治疗全身疾病的一种无痛针灸新疗法。

在临床中发现并证实人在的面颊部存在一个涵盖人体全身的全息微针系统，根据患者疼痛部位及表现，选取相应的脸部对应靶点（以骨性标志作为定位基础）进行颊针治疗就能取得意想不到的疗效。颊针因为通过在颊部的全息对应点来治疗全身疾病，所以可避免针刺对病灶点的二次伤害以及对人体重要器官和部位造成器质性的伤害。

颊针疗法具有“取穴标准、靶点明确、治疗广泛、操作简单、无痛安全”的特点，使之成为与时俱进符合时代节奏的新方法，同时也为针灸学的发展提供了一种新的培养心理与精神分析的身心整合融为一体，构建了相互贯通的全息—三焦—身心自治理论系

统，为认识生命和疾病提供了一个多元立体的全新视域。颊针治疗使用的针比传统针灸针直径要小三分之一到二分之一，且最外层有一层套管，进针快且痛感很轻，无需行针，不追求酸、麻、胀、痛的针感，所以操作起来不仅安全简单，还能真正取得无痛针刺的效果，解决了患者怕痛、畏针等问题，特别是为儿童接受绿色针灸治疗扫清了障碍。颊针疗法具有“取穴标准、靶点明确、治疗广泛、操作简单、无痛安全”的特点，使之成为与时俱进符合时代节奏的新方法，同时也为针灸学的发展提供了一种新的培养心理与精神分析的身心整合融为一体，构建了相互贯通的全息—三焦—身心自治理论系

我的实习心得

随着十一小长假的到来，我来到了外一科实习。刚到外一科的第一天，既充斥着新鲜陌生感，也弥漫着熟悉感。新鲜感：不一样的工作，不同的带教老师；熟悉感：为患者服务，给患者带来希望。一进病区，那墙上贴着的感谢信和充满朝气的许愿墙，给人一种信念和希望，充满着温暖。

不同的工作，不同的方式，更让有了我不一样的学习态度。在外一科实习期间，有着最熟悉的工作，例如测血压、铺床、撤床、静脉输液、药物配置等，也有第一次接触的气压治疗、艾灸、灌肠等。熟悉的工作，需要我做的更好，陌生的工作也需要我认真学习。从不会到会，这个过程对我们来说其实多少有些“艰难”。所有操作第一次接触时总难免会有一些紧张，在带教老师的悉心教导下，我不断地练习，最终都能独自顺利完成。拿灌肠来说吧，有肥皂水灌肠，也有中药灌肠，肥皂水灌肠是为了让病人能够润肠通便，解除梗阻。有一次在我午饭的时候，有一个大爷需要灌肠，那是我第一次接触灌肠，在老师的耐心教导下，我跟老师一起合作完成了灌肠，同时了解巩固了灌肠操作相关注意事项及操作要领，还学习了老师在操作过程中和患者的沟通交流，怎么缓解患者的紧张情绪，怎么让操作顺利完成，受益匪浅。在下午量体温的时候，询问大爷排便情况时，大爷一脸轻松并表示感谢。那一瞬间我心底涌出一股热流，看着患者身体有所好转，自己心里也像是开了花一样美。我们的工作就是努力给患者带来希望，患者的康复是我们最大的期望。在病房里时常听到一句话就是“小伙子，你脾气怎么这么

好啊”。与其说这是对我的夸奖，更不如说这是我们在工作中最起码的态度，对待患者的耐心细致，热情负责，就是对工作的责任与担当吧。

每天都在日复一日的努力工作，时间久了，自己难免也有懈怠的时候，每天就是重复着那些工作，自己会觉得无聊，总想寻找一些新鲜的事物，当自己完成那些工作的时候，就会有一些满足感和成就感。

在外一科实习的这些日子里，自己有着很多收获，不仅学习到了更多的知识，如静脉采血、气压治疗、中医适宜技术等，见识了诸多的PICC置管维护，也让我看到了老师们严谨求实、脚踏实地、认真负责的工作态度，这对我未来的职业规划有极大的引领作用。

在这一个月的时间里，我跟着外一科的每一个老师都学到了不同的知识，从刚开始看着老师实操，自己在旁边学习，到后来的老师指导着我操作，再到后来自己能够独自的完成老师交给我的任务，这些都离不开老师的谆谆教导。

身正为范，以身作则，这就是我看到的临床老师形象。在我心中油然而生崇敬之情，这就是我的榜样，我的良师益友。

短短一个月就这样过去了，在工作中的点点滴滴都有收获，我相信这也将不断影响着我，让我努力奋进。未来的日子里，我一定会努力学习，成为像老师们一样的白衣天使，为护理事业贡献出自己的一份力量！（外一科实习生 牛号）

新生儿高胆红素血症

新生儿高胆红素血症又称新生儿黄疸，中医称“胎黄”，是新生儿时期的常见病，由于胆红素在体内积聚引起的皮肤或其他器官黄染，是新生儿期最常见的表现之一，约85%的足月儿及大多数早产儿在新生儿期均会出现暂时性总胆红素增高。很多家长认为是一种正常现象，其实不然，因为新生儿黄疸可以是新生儿正常发育过程中出现的症状，也可以是某些疾病的表现。若延误治疗可能导致胆红素快速升高，由于血清游离胆红素有一定毒性，浓度达到一定水平时可损害患儿的神经系统及心脏、肾脏等器官，出现神经肌肉不协调、耳聋智能发育障碍等后遗症。

新生儿黄疸分为生理性和病理性。生理性黄疸通常在生后2至3天出现，足月儿血清胆红素水平通常不超过220.6μmol/L(12.9mg/dl)，4至5天达高峰，5至7天消退，最迟不超过2周；早产儿可在生后3至5天出现黄疸，5至7天达高峰，7至9天消退，最长可延迟到3至4周，生理性黄疸无需治疗，可自行消退，一般不会引起严重并发症，预后好。病理性黄疸多有各种病引起：感染、缺氧、颅内出血、胆道闭锁、新生儿肝炎、代谢异常，遗传代谢病、甲状腺功能低下、溶血等疾病引起。病理性黄疸出现时间较早通常在生后24小时内出现，血清胆红素>220.6μmol/L(足月儿)、>255μmol/L(早产儿)，血清胆红素每日升高>85μmol/L、血清直接胆红素>34μmol/L，足月儿黄疸持续时间>2周、早产儿黄疸持续时间>4周，黄疸“退而复现”，黄疸发生同时伴有难以解释的神经系统症状，可能会引起胆红素脑病、胆汁淤积、肝硬化等，严重者可危及生命，需积极治疗。

新生儿黄疸治疗误区。多晒太阳，隔玻璃无效，虽有一定的退黄作用，但作用微乎其微，存在晒伤风险，增加今后发生皮肤恶性肿瘤的风险，弊大于利。喝葡萄糖水，没有任何帮助，占据胃容量，会造成吃奶少，排便减少，干扰糖代谢，影响宝

宝味觉。

新生儿黄疸的治疗首选治疗蓝光照射疗法。药物治疗，新生儿科室自制制剂退黄汤，健脾利湿退黄，药性温和，不会引起腹泻或药性寒凉对宝宝造成不良影响；益生菌、免疫球蛋白、白蛋白配合治疗溶血引起的高胆红素血症。换血疗法，这个虽然听起来很吓人，当然不是所有黄疸的宝宝都需要换血，换血指征如下：①产前诊断明确为新生儿溶血病，出生时脐血清胆红素>76μmol/L(4.5mg/dl)②有早期急性胆红素脑病症状者。换血目的：减轻溶血；纠正严重贫血；预防胆红素脑病。换血的血型也有讲究，跟普通输血不同，选择血型原则：Rh血型不合时：选择Rh血型同母亲，ABO血型同患儿。ABO血型不合时：首选O型红细胞和AB型血浆的混合血。

新泰市中医医院新生儿科配有经皮黄疸仪，监测数值标准，治疗过程中皮肤监测与血液监测相结合，操作简单，可随时精确监测宝宝的黄疸数值，并有蓝光暖箱及冷光源治疗，最新最先进的冷光源蓝光灯退黄速度快，不会引起腹泻皮疹。新生儿黄疸发病率高，虽然自愈率高，但如果不够重视，黄疸严重将对新生宝宝往往带来的是不可逆的神经损伤甚至胆红素脑病。因此，再次呼吁各位家长：当发现宝宝出现黄疸现象时，不要掉以轻心，应实时关注黄疸程度，黄疸持续时间等因素，必要时及时就医。（新生儿科 张芳霞）

