

派出3000多人次医务人员 完成120万余人次核酸采样

疫情防控，北医三院在行动

白衣为甲，冲锋在前，与病毒赛跑，打赢疫情防控硬仗，守护人民群众生命健康。

目前，北京面临有史以来最严峻、最复杂的疫情防控形势。人民至上，生命至上。作为百姓信赖的“健康卫士”，勇往直前的“抗疫斗士”，北京大学第三医院（以下简称“北医三院”）坚持“以人民健康为中心”，周密筹划院内各项工作，通过优化流程、主动防控、线上线下相结合等方式，持续为人民群众提供安全、优质的医疗服务，满足人民群众就医需求。

面对疫情，无论是在武汉、长春、冬奥村，北医三院作为“国家队”，永远披甲执锐，冲锋在前。在北京新冠肺炎疫情疫情防控工作领导小组统一部署下，全市人民团结一致，抗击疫情。大规模的核酸检测，是与病毒赛跑，是阻断疫情传播风险的关键一环。

北医三院院领导一直以来高度重视疫情防控工作，新冠肺炎疫情防控工作领导小组形成例会制度，目前已召开94次例会，及时研判疫情防控形势，调整工作部署。

北医三院建立平战结合的疫情防控体系，常抓不懈，关口前移，实行三级预检分诊，严格实行院前筛查，全面做好应急预案，进行演练，不断梳理管理制度并修订和完善流程，从严从细从实落实各项防控措施。线上线下相结合，加强医务人员院感培训和考核，保障院感工作规范、有序开展。医院感染管理处、医务处、护理部、总务处、保卫处、疾病预防控制处、门诊部和纪委监察室等多部门联合，对包括分院区在内的全院范围内，实行无死角、全覆盖的院感督查，每周在全院范围内进行通报，推广疫情防控经验，纠察防控风险点。加强对重点区域、重点人员的督查，迅速整改，不断优化。

近日，北京疫情形势变化，为落实“动态清零”总方针和“四早”要求，有效应对奥密克戎变异株传播风险，打好防控主动仗，北医三院第一时间派出核酸采样医疗队，坚守一线，开展核酸检测，为广广大市民服务，并肩抗击疫情。

披星戴月 先锋有我

4月25日，北京大学第三医院接到上级通知后，迅速响应，第一时间向全院发出动员令，组建核酸采样医疗队。

通知发出后，北医三院医务人员迅速集结，院本部、北方院区、党校院区、第二门诊部支援海淀片区花园路街道、学院路街道、紫竹院街道和曙光街道共4个街道，每天共计90余个点位，对接支持花园路、蓟门里和学院路3个社区卫生服务中心开展新冠肺炎核酸采样工作，同时主管紫竹院和曙光2个社区卫生服务中心开展社区调度保障及核酸采样等多项工作。首都机场院区前往机场街道支援朝阳区新冠肺炎核酸采样工作，同时主管东平里社区卫生服务站开展社区保障及核酸采样各项工作。

医务处、护理部统筹院本部采样支援工作，调配医、药、护、技、行政等全体医务人员，自4月26日派出第一批核酸采样医疗队至5月5日，北医三院为每次任务备班500人，累计共派出医务人员、联络管理人员等共计3269人次，完成核酸采样共计127.4万余人次。5月6日已派出68人次，累

计外派3337人次。

核酸采样医疗队出发前，感染管理处、医务处、护理部等多部门对队员进行核酸采样流程、穿脱防护服操作流程、规范化核酸咽拭子采集、沟通技巧等方面培训。

队员们伴着清晨第一缕阳光出发，在深深的夜幕中归来，在午夜的钟声里，完成最后一个采样任务。不知不觉中，北京的夏季已经来临，北医三院“大白”们在二十多摄氏度的气温中穿着闷热的防护服，顾不上滴下的汗水，酸痛的手臂，只想着“再快一点，再多做一个”。

核酸检测医疗队既有“老手”，也有“新兵”，有丰富经验的“老手”们一上午采样1000多个。为了不耽误时间，不拖后腿，很多“新兵”们提前去自己所在社区“踩点儿”取经，用家人练手，然后从容上阵。

“最近几天的N轮核酸，已经没有谁能置身事外。”

“能出一份力，我感到很光荣。”
每一个队员都用实际行动，诠释了“国家队”的责无旁贷。

一个标准的少先队礼，一束手工制作的鲜花，一副稚嫩的画，一声声谢谢，一箱用零用钱购买的饮料……温暖了医务人员的心。

准确高效 实验室里的检验“尖兵”

在北医三院，有这样一群检验“尖兵”，他们以实验室为战场，用“火眼金睛”揪出“敌人”，默默为疫情防控争分夺秒。

3月长春疫情，北医三院援长核酸检测国家队22名队员逆行千里，日夜奋战，圆满完成支援任务。

4月22日，北医三院援长核酸检测国家队返京回京不久，抗疫的号角再次吹响。

疫情就是命令，接到核酸检测筛查任务后，院领导高度重视，全院各部门高效联动，在原有常规新冠核酸检测实验室饱和运转的基础上，应急实验室启动，24小时内人员、物资、设备全部到位。

检验科和各临床实验室25人组成应急核酸检测队，快速完成所有设备的调试，对每一个环节都进行缜密推演，严格培训。

4月26日下午13时，标本陆续运送至实验室，第一批队员迅速开展工作，穿上防护服，精细完成样本签收、试剂配置、核酸提取、PCR反应体系制备、核酸扩增、结果分析等多个步骤。开盖、拧盖、加样，一个动作要重复上千次，几个小时下来，肌肉酸痛，雾气模糊了双眼，但是队员们心中信念不灭，手中动作未停。走出实验室已是凌晨12:00，又一批队员顶上来，一夜不眠，灯火通明，机器不停。

第一天实验结束，检验科崔丽艳主任带着队员们梳理复盘整个实验流程，进一步优化检验流程，在保证检测质量同时提升检测速度。

严格的质控、复检，确保了报告结果的准确性。

检验“尖兵”分工明确，各项工作无缝衔接，5台核酸提取仪，10台PCR仪高效运转，从4月26日至5月4日，已完成35.7万人次的检测任务。

全方位保障 后顾无忧

北医三院医务人员勇往直前，冲锋陷阵，离不开他们不可或缺的后勤战友。医院后勤保障是抗击疫情的基础，只有强大、及时的后勤保障，才能让疫情防控工作顺利推进。医务人员第一时间闻令而动，要求后勤保障部门快速反应，准备“粮草”，他们往往要比大部队更早投入战斗。医学工程处、总务处等部门及时、充分保障物资供应，为保卫广大人民群众和全体三院医护人员生命安全的提供了有力“武器”和安全的环境。他们精准预判、果断出击，为三院打赢抗疫的一场又一场战斗贡献了不可磨灭的力量。

面对近期严峻复杂的疫情形势，医学工程处科学应对、迅速出击，秉承“主动对接，合理预判，物尽其用，迅速响应”的原则，科学调配防疫物资和设备，为提升北医三院核酸检测能力提供有力保障。自4月25日起，医学工程处及时为院本部核酸实验室、机场院区方舱核酸实验室调配、调试设备，加班加点，不分昼夜，用专业技术为医务人员装备了“精良武器”，为打赢疫情防控阻击战提供强有力保障。

总务处制定了多层次应急保障工作方案，从物资、餐饮环境消毒及垃圾清运、电梯及空调通风应急保障预案，到食材、防护物资及基本生活物资储备，滴水不漏，全面保障。对外包公司人员每日健康、住宿管理、消毒通风、院感培训等多项记录的落实情况进行全面检查，完成院区所有餐饮场所环境核酸样本采集，加紧筹建首都机场院区核酸检测实验室，切实加强疫情防控相关的规范管理，确保压实四方责任，坚决杜绝疫情风险。

坚守岗位的抗疫“哨兵”

无论春夏秋冬，日夜轮回，在医院门口、诊区入口、病区入口，总有一个个设关立卡的“哨兵”，查验核酸、查看流调、健康宝。

“您好，请出示48小时内核酸证明，微信扫码流调通行码。”

不分昼夜，无惧风雨，“通关文牒”核查无误，才可进院就诊。安保人员严格查验进入行人和车辆驾乘人员的流调通行码及48小时内核酸证明，协助患者填写流调通行码、引导无智能手机老年人使用流调自助机，确保不漏一人，不漏一车。在服务中抓好防控，在防控中做好服务，他们的工作，不是微不足道，而是至关重要。

从大门口的安保人员到诊区预检分诊，诊室再核验，医院严格落实三级预检分诊，做到进院全员零漏检，为患者和医务人员提供安全的医疗环境，筑牢了医院疫情防控的第一道防线。

疫情当前，全市人民风雨同舟，共克时艰，我们唯有不忘初心，全力以赴，主动出击，科学应战。

北医三院将不辱使命、不负重托，服务人民，服务首都经济发展大局，在疫情防控的严峻形势下，以高度的责任感和务实的工作作风，脚踏实地、科学精准筑牢疫情防控严密防线，全力守护人民群众生命健康安全，打赢首都疫情防控这场硬仗。

（北医三院 郭靖博）

我们的校园温暖、健康、平安

因为有你

目前
北京疫情防控工作正处于关键期
北医的师生员工们
遵守规定 积极配合
勇挑重担 坚守一线
用担当与使命守护学校安全
牢牢构筑起一道“防疫墙”

医护“大白”，风雨无阻、守护健康
党员先锋，主动请缨、冲锋在前
教工老师，坚守岗位、贴心陪伴
食堂大叔、宿管阿姨、保安小哥……
平凡的他们坚守着不平凡的岗位
全力投入到疫情防控工作中
因为有你，所以温暖

众志成城
共克时艰
坚持就是胜利
坚持定能胜利



□ 文/宣传部 图/医管处（部医院）、组织部

“国家队”出征小汤山，北大医院再出发

“我们一定会勇于担当，不负重托，不辱使命，弘扬北大医院厚道精神，坚决完成国家任务！”这是5月5日北大医院医疗队在即将奔赴小汤山医院执行任务的铮铮誓言。

根据国务院应对新型冠状病毒肺炎疫情联防联控机制要求，北京大学第一医院迅速组建支援小汤山方舱医院医疗队，随时待命出发。5月5日一早，第一批由43名医护人员组成的医疗队集结出征，国家卫生健康委医政医管局监察专员郭燕红、国家卫生健康委医政医管局公共卫生医疗管理处处长黄欣、北京市卫生健康委副主任高坚、北京大学常务副校长、医学部主任乔杰、北大医院党委书记姜辉、院长刘新民等领导来到筑梦厅为队员们壮行加油。刘新民主持出征仪式。

近期全国疫情防控形势依然严峻，疫情新增病例仍处于高位运行状态。作为国家、首都疫情防控医疗救治的中坚力量，自2021年以来，北大医院已派出近2000人次的核酸采样人员，完成100多次各类指令性任务，共完成核酸采样40余万人次；不断提升核酸检测能力，先后多次提速核酸检测的实验室建设，目前已基本达到国家要求的单日3万管的检测能力；后勤保障同志坚持“主动对接、提前预判、按需保障、及时供给”的原则，科学调配疫情防控物资，为抗疫前线保驾护航。真正地拼出了疫情防控加速度，搏出了人民



健康进行时。

出征仪式上，副院长王鹏远介绍了医疗队人员构成情况。医疗队由8名医生、32名护士、3名行政管理人员组成。这支医疗队的所有成员，都是医院医疗卫生战线上的业务骨干。自疫情发生以来，大家始终奋战在疫情防控第一线，不辞辛苦、不畏艰险，为守护人民的生命健康作出了重要贡献。

党旗所指，冲锋所向，面对急难险重的任务，正是共产党员担当使命之时。党委副书记张静宣读了《关于成立北京大学第一医院支援小汤山方舱医院医疗队临时党支部的通知》，任命徐京杭同志担任医疗队临时党支部书记、王晓月同志担任医疗队临时党支部副书记。

徐京杭在发言中表示，感谢上级对北大医院



的信任和肯定，党支部将充分发挥战斗堡垒作用和共产党员的先锋模范作用，身先士卒、团结一致，让党旗高高飘扬在抗疫一线。医疗队对于圆满完成本次支援任务充满了信心，将努力发扬厚道精神，从建设、管理到清零，以最高效率和最优质量书写首都疫情防控和医疗救治的新篇章。

姜辉发表了鼓舞人心的讲话。同时间赛跑、与病毒较量，作为国家队，北大医院坚决贯彻习近平总书记重要指示精神和党中央部署要求，坚决扛起政治责任。本次支援小汤山方舱医院，大家主动请缨、踊跃参战，传递着北大医院厚道尚道的精神。大家此行带着光荣的使命，承载着神圣的职责，一定要弘扬“生命至上、举国同心、舍生忘死、尊重科学、命运与共”的伟大抗疫精神，发挥党支部战斗堡垒作用和党员先锋模范作用

用，坚决完成任务，展现出精湛的医术、良好的品格和扎实的作风。待到凯旋时，我们再相聚！

作为亲临武汉一线的巾帼英雄，乔杰深情回顾了两年前三批抗疫的点点滴滴，并表达了对大家的关心和关怀，同时向医疗队员们提出了几点希望：一是希望队员们牢记使命、不负重托，以过硬作风和专业优势为生命接力、为健康护航；二是希望队员们严格遵守疫情防控的各项规定，做好自身防护、保重自己身体；三是希望队员们在前线安心、放心地投入战斗，大家的身后是北京大学、北大医学和北大医院的坚定支持。希望大家在抗疫前线以精湛的医术和大爱无疆的精神弘扬新时代北大医学人的厚道精神，奋力践行北大医学人的担当，祝愿大家早传捷报，平安凯旋。

高坚在讲话中对于医疗队寄予重托。在2003年“非典”肆虐首都之时，北大医院即全程参与了小汤山医院的筹建及医疗救治工作，并发挥了重要的示范作用，北大医院的优良作风、专业优势、工作经验和工作模式受到了上级和同行的肯定，是一支能打硬仗、敢打硬仗、打赢硬仗的精锐力量。2022年再次出征小汤山，希望大家继续发挥专业优势，探索疫情防控新常态下的医疗救治经验，始终坚持首善标准，努力践行红墙意识，筑就首都疫情防控的坚实屏障，再次书写小汤山救治新成绩。

郭燕红对医疗队表达了期望。2020年初之时，北大医院先后三批派出援鄂抗疫国家医疗队，在武汉承担了最困难、最繁重的工作，以科学高效和充满人文关怀的医疗救治实现了提高救治率、降低死亡率的工作目标。两年多来，北大医院统筹医疗服务和疫情防控工作，以扎实工作和一流水平探索出了成功经验，在医疗救治、院感防控、预检分诊、核酸采样、疫苗接种等工作中发挥了标杆作用，充分展现了国家队的使命担当和一流水平。此次启用小汤山方舱医院后，首战即派北大医院医疗队，精锐尽出，希望医疗队坚定信心，打胜仗、零感染，为疫情防控贡献北大智慧和北大力量。

与会人员齐声合唱《团结就是力量》，大家用歌声唱响奋进的力量用激情点燃奋斗的火炬。气势磅礴的歌声中唱出了北大医院人的豪迈，也唱出了北大医院人的精气神儿，更为医疗队员们加油鼓劲。队员们纷纷表示一定不辱使命、不负重托，以实际行动践行展现北大医院人“国家召唤、使命必达”的家国情怀。

带着医务人员的职责使命，带着各级领导的深切嘱托，带着战胜疫情的信念和信心，医疗队员们精神抖擞地踏上了抗击疫情征途！“黄沙百战穿金甲，不破楼兰终不还”，期待他们的凯旋！

（北大医院）

姚娜

中国第一代“冬奥滑雪医生”背后的故事

滑雪医生是滑雪运动员的守护天使。2018年，中国决定成立第一支中国滑雪医生团队，通过层层选拔，姚娜成为40名守护天使中的一员，成为了中国第一代“冬奥滑雪医生”。在冬奥赛场上，姚娜负责保障障碍追逐赛道，这正是冬奥会受伤率最高的项目之一。姚娜回忆起当时分秒必争的场景：

“在女子单板障碍追逐的官方训练第一天，一名运动员出发没多久，在腾越时失去平衡摔倒在赛道上，而她的头刚好撞在起跳台边缘。我们几名滑雪医生早早就背好急救包时刻准备着，一看到运动员受伤赶紧冲过去。此时她的头盔已经碎裂，意识丧失，脸色青紫，已经窒息了。大家立刻按照之前演练多次的分工，有序地帮她固定头颈部、打开口腔和气道，置入口咽通气道，再给她吸上氧。30秒以后这个运动员就恢复了自主呼吸。”

即使面对情况多变的滑雪赛场，姚娜和她的“战友们”仍然完美地完成滑雪医生的使命，为每一位受伤运动员赢得了宝贵的救治时间。这背后是4年间不间断的高强度训练，要学习如何背着15公斤的急救包自如穿梭在雪道上，也要学习如何在低温的户外环境有效率地开展

救援。难道不会觉得这样太艰苦了吗？

“觉得难，觉得苦，但我们所有人不管是各种伤痛，还有生病、骨折，治愈以后全部都回来了，没有一个人是因为伤病而退出的，所以没有什么好抱怨的，坚持下去就可以了。”

冬奥已经完满结束，但冬奥精神却始终影响着姚娜，她说：“我们都有一种情怀，就是勇于承担使命职责，还有面对困难，永不言弃，其实这就是一种北京冬奥精神。我们在工作中也要继续发扬这种精神，坚持高标准，严要求。”

作为一位优秀的青年医生，姚娜最看重的是医者的责任和义务：“在病人、医院需要我们的时候，我们要心系患者，不断提升自己，成为一名真正的好医生，做医学栋梁。在国家、社会需要我们的时候，不论冬奥，还是抗疫，我们都是义不容辞、义无反顾的，这是新一代青年医生的力量。”

我会背着急救包走
口罩风袍伴我畅游
走到赛道终点的尽头
消杀在医疗站门口

——滑雪医生之歌

揭璧滕

用青春和奋斗保障科技冬奥

冰球比赛，是冬奥赛场上最富对抗性的比赛之一，这个直径只有762厘米的冰球球速最快可达138迈，是冬奥会颌面创伤发生率最高的项目之一。如何为运动员提供快速、准确的颌面创伤诊疗，是一个重要课题。

2018年，当时揭璧滕还是北京大学医学部口腔医学专业博士一年级学生，在导师张毅教授指导下，她加入了“冬奥会冻伤和颌面创伤移动式诊疗车”的研发团队中。这一个诊疗车被称为北京冬奥中的黑科技，一辆房车大小的诊疗车，却配备了CT、人工智能诊疗的软件，及5G网络远程会诊的平台等。运动员如果有怀疑骨折，不再像以往一般经过复杂转诊手续前往定点医院，只需要来到车上做一个CT检查，同时经人工智能软件分析，然后团队就可以判断他是否可以重新回到赛场。

谈起这台诊疗车，揭璧滕回忆起了诊疗车在投入使用前的一点小波折：“我印象较深的是当时国际奥委会的官员过来检查，看到这个CT后觉得挺好，要求我们提供四肢的检查，但当时这个锥形束CT只是为头颈部的检查而设计。我们不希望被认为这儿的医疗保障不符合要求。

于是我们紧急和医疗官商议，因为这个CT从原理上来说是拍摄其他部位的。当时非常紧急，我们便亲自去把我们的手、脚、膝盖伸到机器里做影像检查，然后第二天赶紧发给国际奥委会的官员看，他们认可了我们拍摄四肢的条件，这算是应用范围的一个“扩展。”

在这个项目团队中，揭璧滕是年龄最小的一位，却承担着负责人的角色。不仅要执行指令，更要有效地去推进项目进度，与三百多名参与人员保持良好沟通。在最后冬奥闭环保障阶段，揭璧滕是五位项目志愿者中的总负责人。在如何有效开展工作和保证深度合作上，她强调了管理和人际交往能力的重要性。

提起母校，揭璧滕感悟很深：“《燕园情》中有一句歌词是‘我们今天东风桃李，用青春完成作业，我们明天巨木成林，让中华震惊世界。’当我站在北大百年讲堂冬奥表彰大会现场，代表我们科技冬奥团队进行汇报时，我觉得好像实现了这句歌词里的含义。我能冬奥会，为北京大学付出我自己的一份力量感到非常的幸运。”

北大医学家用他们的智慧，注入青春和奋斗的力量，把研究论文写在了祖国大地、写在了奥运赛场上。

张梦杰

我把青春种进患者的生命里

张梦杰，是北京大学第一医院急诊科留观病房一位年轻的护士长，同时担任中华护理学会急诊专业委员会青年委员，先后多次荣获天使之星等荣誉。同时还是急诊科的团支部书记，带领急诊留观病房获得了北京市青年文明号，并在全力争取全国青年文明号。

面对荣誉，这位青年护士长十分谦卑地归因于幸运，但我们深知这些成绩都源于她的努力和坚持。张梦杰表示，选择了自己最爱的急诊专业是件十分幸运的事。因为热爱，所以愿意为之持之以恒地奋斗，也很幸运选择了北大，能在这么好的环境里去完成护理工作。

“因为它极具包容性，对青年来说有很多施展的空间。而且更幸运的是，在我人生和职业生涯成长轨迹中有伯乐存在，他们教会我该如何成为更好的自己。”

谈到作为护士长的责任，她笑言，科室里的护士经常开玩笑说她是大管家，因为在病房里她总是能做到面面俱全。

“小到每一个病人，每一块皮肤，甚至每一颗牙你都要知道。大到整个病房的整体发展战略，护士长要做到心知

肚明，统筹规划。护士长在管理岗位上，要更好地服务，让人力资源、护理资源得到更好的使用。以新冠肺炎为例，我们护士长首先自身的专业技术要过硬，而且还要培养出能和你一起并肩作战的队伍，最重要的是保护好自己身后的队友。只要是国家需要、人民需要的时候，我们的护士长一定是最先报名参加支援。”

在今年的北京冬奥中，张梦杰成为了医疗保障团队中的一员，她所在的团队绝大部分都是青年医护。经过测试赛和世界杯的考验后，冬奥会上他们已经成为一支配合非常默契的团队。谈到难忘的经历：“在短道速滑中，有一名韩国运动员在男子1000米决赛中出现了冰刀划伤，伤达肌层，有活动性的出血。我们第一时间上冰，包扎，止血，转运，整个过程非常高效，后来得到了相关专家一致好评。最欣喜的是，经过我们的有效救治，这个运动员可以顺利参与次日的比赛。”

一名护士的培养时间和成本是非常高的，但也正是这样，才能让每一位走进医院的患者感到踏实和安心。

劳动创造美 奋斗正青春

□本版内容源自中央人民广播电台 赵绮文整理

劳动创造美，奋斗正青春
青年是整个社会力量中最积极
最有生气的力量
国家的希望在青年
民族的未来在青年

心怀厚道精神
担负时代责任
把青春誓言写在抗疫一线
写在冬奥赛场、边疆边陲、基层社区
写在守护健康的各个岗位
写在国家和人民需要的地方

守护人民生命健康
书写无上青春荣光
当代中国青年的奋斗故事
有北大医学青年的足迹和身影

赵一馨

“斜杠”青年，不负韶华

赵一馨，北京大学人民医院耳鼻喉科主治医师，首都劳动奖章获得者。

在住院医师和主治医师摸爬滚打了十年的赵一馨，拥有丰富的临床经验。她曾接诊过一位恶性肿瘤晚期患者，经历多次的手术放疗和化疗，最后还是复发了，而且复发在气管旁，导致他呼吸困难，到了命悬一线的状态。和家属商量后，决定最后放手一搏。赵一馨把可能会对患者有帮助的药罗列了一个方案，患者经过治疗当晚就不憋气了。

“这个职业还是有它的魅力，我觉得医生是很多行业里比较罕见的能够给人快速及时的反馈和满足感的职业。医生与教师，一个是修复人的身体，一个是塑造人的灵魂，履行着救死扶伤和教书育人的双重天职，我很荣幸能兼而任之。”

“记得之前讲耳聾那堂课时，我想让同学们感受一下聾哑人的世界是什么样子。所以一开始，我一句话都没有

说，就站在讲台上打了一段手语，配着口形，然后问同学们，你们知道老师刚才说了什么吗？我希望通过这些告诉他们，聾哑患者的难处，让他们体会一下耳聋患者的感受。”

斜杠青年的特征之一是勇于探索。现在赵一馨正在筹划把当时参加国赛的有关耳鼻喉科的二十堂课，录成线上课发布，用科普的形式把这些知识传播给更多的人，让更多人受惠。

谈到人生和选择，赵一馨这样勉励青年朋友：“一生中会有很多选择，有的时候是自己做的，有的时候是命运把你推到了那个节点，兜兜转转也不知道自己未来会在一个什么样的地方。前期在我们还比较弱小的时候，我们能做的就是积蓄力量，当你有力量了，就能够争取向着期望的方向走去。”

君子不器，北大青年医生有能力、有魄力，用自己的青春和才华书写当代中国青年的奋斗故事。

刘梦颖

白衣下的坚守，你无畏的样子很美

本职是一名介入科护士的刘梦颖，在新冠疫情出现后参与了多次前线支援任务，是一名有丰富抗疫防疫经验的医疗人员。谈起第一次接到支援任务时的心情，刘梦颖说又紧张又兴奋：“我们科室一直都在反复进行着业务培训，但真正到了实战环节，作为一名新手，心里仍不免有一些忐忑，所以临去之前就反复看着操作视频和培训的课件，生怕有什么地方是自己不熟练的。但与此同时，也为自己可以为抗疫贡献力量感到很兴奋，觉得作为新时代的青年人，作为一名医务人员，在国家和人民需要的时候更加有责任去守护。”

入户完成2738例核酸检测、完成1162人次的疫苗接种工作、完成2348例采集工作。一个个数字的背后，是刘梦颖和她的战友们的不懈努力和默契配合。提及如此大的工作量，刘梦颖只是很朴实地说：可以承受。

抗疫初期，所有医疗人员对抗疫流程都在探索阶段，刘梦颖回想起第一次穿上防护服的场景：闷热、密不透风、窒息感。但既没有人抱怨，也没有人喊

苦喊累，大家相互热烈地交流操作中遇到的问题，提出改善的方法。

“大家在面对困难和艰苦的时候，这种态度和乐观精神一直都很打动我。”

面对高压的工作环境，刘梦颖强调，家人的支持十分重要：“每次接到支援任务的时候，我都会给父母打个电话说一下。他们并没有我想象的那样阻挠我，而是很积极地鼓励我，嘱咐我要做好防护，说这是你们作为医务人员的责任，让我心里十分踏实。”

医务工作者都是一群有智慧、有理想的人，谈到护理工作的使命，刘梦颖这样说：“一袭白衣、一顶燕尾，承载的是守护生命的重任。当我们穿上这身衣服、戴上这顶帽子的时候，它很轻，但它又很重。或许在工作中会面对困难，梦想和现实会有落差，但只有保持初心才能勇往直前乘风破浪，白衣天使这四个字对我们来说不仅是一种荣誉，更是一种责任。”

病魔无情，人间有爱。白衣是医护的铠甲，筑起对生命的守护墙。



真情感人 讲述北大医学护理故事

□ 本版内容源自护士节表彰大会 医管处提供

十七年后，我成为了你

讲述者：李佳辰（北京大学第一医院重症医学科护士）

2020年2月7号，我作为北京大学第三批援鄂抗疫国家医疗队队员奔赴武汉。当飞机在天河机场降落后，整个机场几乎看不到人，昔日的热闹场景早已不见踪影，我们拖着行李向前走，谁都不说话。我不禁在心里问：“武汉，你该是怎样的战场？”

2月9号是我在武汉的第一个夜班。从驻地到医院，我带着厚厚的防护口罩，紧张的情绪使我心跳加快，阵阵憋气，我努力调整着呼吸。推开病区的缓冲门时，仿佛推开的是横亘在我与战场之间的那扇门。那一瞬间，我觉得自己比想象中的要强大。虽然穿着防护服行动缓慢，带着三层手套操作不便，但我还是很快适应了新环境。收病人、上呼吸机、抽血、输液，留意每一位患者的心理状态，及时安抚患者焦虑不安的情绪。

那天，病房里有一位新入院的阿姨，偏瘫卧床，病情危重，即使使用着无创呼吸机，依旧氧合很差。在我给她换完输液，为她翻身拍背换好纸尿裤后，阿姨一直看着我，断断续续重复说着一句话。因为她缺氧严重，讲的还是方言，我听不懂。要不要靠近一点去听？可是距离太近会不会增加感染风险？护士的责任战胜了我内心的纠结，我俯下身，把耳朵靠近了她的嘴边。终于，我听清阿姨断断续续地说出：“你们是救我命的，谢谢你们。”一瞬间，我的心在这个寒冷的冬夜，被温暖了。我强忍住眼泪，安慰阿姨：“您好好休息，一定会好的，加油！”

凌晨三点，我结束夜班走出病房，刚打开手机，收到了妈妈发来的微信：“闺女，下班了吧？今天是在武汉的第一个夜班，妈妈在

远方陪着你。回想十七年前的非典疫情，那个最令我放心不下的小丫头，如今真的长大了。战役一线的经历，会让你更深刻地体会到作为一名白衣战士的使命与责任。妈妈盼望着，我女儿战胜病毒，脱下铠甲战袍，依旧是天真洒脱的模样……”

妈妈的微信让我百感交集。我的妈妈也是一名护士，十七年前，八岁的我目送妈妈前往抗击非典的战场，那时的我，虽然不能确切地理解什么是前线，什么是没有硝烟的战场。但在我的心里，妈妈是拯救生命的英雄，像动画片里的超人一样。

长大后，我也成为了一名护士。当新冠疫情暴发时，我第一时间报名参加援鄂医疗队。临行的前夜，妈妈仔细地帮我收拾行李，一遍又一遍地叮嘱我：“保护好自己，照顾好病人；穿防护服要仔细，千万不能有遗漏；脱防护服要小心，千万不要污染……”在妈妈故作镇定的目光中，微微颤抖的话语里，我感受到了她的不舍、担忧和坚毅。

驰援武汉两个月，在我们医疗队的精心救治下，整整一百位患者康复出院。作为“90后”的我们，曾几何时被贴上了任性、娇惯的标签，而在疫情中，我们接受了人生大考。我们体验了生死悲欢，见证了人间大爱，我们成长、蜕变，淬炼成钢。我们用护士的责任为一场胜利尽职，我们用护士的温情为每一个生命加油！

此时此刻，我想起在给妈妈的回信中这样写道：“曾经是您，现在是我。我们是同为白衣天使的母女，更是肩负同样责任与使命的战友！亲爱的老妈，十七年后，我成为了像您一样的人！”



李佳辰
(北京大学第一医院重症医学科护士)



马桂娟、郑光念、范静花
(北京大学口腔医院护士)



王晓丝、罗英畅、程希望
(北京大学第六医院精神科副护士长、护士)



王秀丽
(北京大学人民医院麻醉科护士)



阮媛媛（北京大学首钢医院安宁疗护中心护士）
张智群（患者家属）



邴亚东
(北京大学肿瘤医院重症监护病房护士)

获得成长 勇毅前行

讲述者：马桂娟、郑光念、范静花（北京大学口腔医院护士）

在2022北京冬奥会医疗保障工作中有这样一支队伍——“北京冬奥村综合诊所口腔科护理团队”，由北京大学口腔医院9名思想过硬、技术精湛、英语娴熟的护士骨干组成。

肆虐的新冠疫情打乱了原有的工作节奏，诊所从布局到设备、器械一再调整，筹备工作面临巨大挑战。综合诊所涉及口腔器械种类和规格繁多，我们利用工作之余一遍遍讨论、完善，最终列出物资明细500多种，提供了数千个数据和照片，以确保物资配备科学合理、准确无误。

面对十几箱物资，厚厚的一查清单，大家迅速放下手头的事情，核对、分类。规格错误、数量不对、产品参数有误……一个个问题被大家的火眼金睛逐一发现，并得以更正。看似简单的工作实则繁琐细碎，耗时耗力，清点完毕已是夜幕降临。而这，仅是其中一批物资，周而复始的清点工作大家共经历了7次，确保了到位物资的绝对准确，万无一失！

口腔科的消毒室在整个诊所小有名气，是综合诊所医疗保障的重要力量。国际奥委会的官员听说了，把复用器械的消毒灭菌工作交给了我们。器械是陌生的，说明书还是全英文的，可这难不倒我们，团队的英语特长发挥了作用，大家高效高质完成了任务，连国际奥委

会都向我们竖起了大拇指！

口腔科接诊的第一位患者是位外国友人，接诊护士牛玉婷落落大方，纯正流利的英语口语，再加上精准的配合、娴熟的操作，使整个诊疗过程高效而顺利。穿着全身防护服的小牛始终面带微笑，这给患者留下了深刻印象，事后她还专门赶来诊所，赠送小礼物并点名要送给那双——“爱笑的眼睛”。

有一天，我们接诊了一名因牙疼就医的中国运动员，诊疗全程除了与医生默契配合外，还从专业的角度帮患者安抚情绪，引导她配合治疗，整个过程很顺利，患者缓解了疼痛，也释放了压力，非常开心。万没想到的是，那名队员竟然是中国短道速滑运动员，中国冬奥首金的获得者——曲春雨！我骄傲，中国首金有我守护！

冬奥已经落幕，但“团结友爱、公平竞争、相互理解”的奥林匹克精神得以延续，它不仅体现在赛场上，也体现在我们北大口腔护理团队身上。北大口腔护理团队，用出色的行动向党和人民交上了一份完美的答卷。这是一个年轻的团队，这是一个值得信赖的团队，这是一个特别能战斗的团队！我们在战胜困难的过程中获得成长，勇毅前行！

萤火微光，亦能照亮前行的路

讲述者：王晓丝、罗英畅、程希望（北京大学第六医院精神科副护士长、护士）

精神疾病患者的康复之路是艰难的，精神科护士最为安抚病患心灵的，便是能指引方向、共度荆棘。2019年北大六院昌平院区启用，为更好地消除患者住院疑虑，淡化精神疾病的特殊性，我们的新病区，即使是重症病房，护士站也一律开放。

传统精神病专科医院护士站，类似银行的柜台设计，护士站内外成了两个空间，无形之中，提示着身处其中的人，患者是危险的/我是不一样的，是要被区别对待的。但我们总是告诉患者，精神疾病没什么特别的，不要有羞耻感。可在这样的设施面前，语言是多么苍白。我们总是呼呀要打破偏见，那么作为医务工作者，能否先迈出这一步呢？

护士站开放了，医患显得更加平等，物理距离更加接近，对患者的看护也变得更加精准、谨慎，这一切意味着护士要做更多的风险评估和环境安全管理。但意外还是发生了……

一天夜里，一个重症病房的男性患者，因与家人未能达成一致的出院意见，突然情绪激动，不停地在护士站附近徘徊。当班护士前去劝慰，一句话未落，患者突然抡起了拳头，重重地打在他的脸上，接着就是拳打脚踢。另外两名当班护士见状立刻联系保卫处，并上前劝阻。可患者一米九的大个子，

200余斤的体重，我们很难用规范的操作控制他。患者更加暴躁了，突然冲进护士站，砸掉了桌面上所有能移动的物品，直到保安到场，才控制了局面。

事件平息了，最让人感动的，是在整个暴力事件中，三名当班护士一边承受着患者的击打，一边还在试图安抚患者的情绪，其中一位是新入职不到3个月的女护士。领导们看完监控，都非常心疼。可护士说：“我选择了这个职业，就能理解这些，虽然我现在想起这位患者仍然会有心理阴影，但我会尽快调整好状态，回到岗位上。”

重症病房的护士站应不应该开放，再次作为问题提了出来：工作人员的安全与对患者的的人文关怀应如何共处？这类事件在北大六院时常发生，它提醒我们要以更有效的措施加以应对。我们加强了对患者的风险评估，完善了每日工作的管理，建立了科学的标准流程，设置了应对突发事件的反应机制，还增加了病区与保卫部门的通讯联系，即便是夜班，病房也不会变为孤岛。

护士站依然开放，我们觉得那是一个标志、一个符号，代表着我们的护理，从业务态度到病房设施都充满温度，亦如萤火微光，也能陪伴、照亮来者前行的路。

安宁守护——让生命安详谢幕

讲述者：阮媛媛（北京大学首钢医院安宁疗护中心护士）、张智群（患者家属）

家属：

我的姥姥身患绝症，并发间歇性老年痴呆、胸腹水、憋气。新冠疫情之际，姥姥的病情反复发作，我推着姥姥走了一家又一家医院，医生的诊疗如出一辙，治疗已经没有意义了，而疫情防控又使住院难上加难。带着姥姥入住首钢医院安宁疗护中心后，护士给姥姥带来的看护和温情，让我永生难忘。

入住那天，我推着姥姥参观安宁中心。谈话室里有各种报刊、书籍，还有漂亮的金鱼、盛开的鲜花、墙上的油画和许愿树。看着淡蓝色的墙面，姥姥的脸上露出了少有的笑容。

护士：

有一天我巡视到老人的房间，看到她很专注地看着什么，凑过去才发现她是在看家庭影集。我称赞地说，姥姥您年轻的时候真好看。老人的脸上洋溢起了幸福的微笑。

当然，老人也有病痛的时候。姥姥时常感到心口憋闷，我们会及时用专业的服药、上氧气管等方法来解决，我还会和老人不断地交流，“姥姥，放松，不要紧张，闭上眼睛，慢慢地呼吸，把肩膀和胸部放松，什么都不要想，关注你的呼吸……”常常是在这种呵护中，老人睡熟了。

后来，老人带着微笑和家人的爱安详地走了。安宁疗护为患者和家人带来了心灵深处的平静与祥和。作为一个护士，我愿用我精心的护理为那句美丽的诗而付出——生如夏花之灿烂，逝如秋叶之静美！

家属：

护士给予老人的，有很多是我们家人做不到的，她们用自己职业的付出、深情的奉献，给予了老人最后旅途的慰藉，也让家人获得了心灵的安宁。

麻小护的科研成长记

讲述者：王秀丽（北京大学人民医院麻醉科护士）

麻醉科护士又称麻小护。我们的工作内容主要是针对围麻醉期患者进行护理，其中包括在麻醉恢复室对术后复苏期患者的护理。

当患者转运至恢复室后，与术间麻醉医生的交接，成了我们第一时间掌握患者信息的重要渠道。但由于我们与医生关注的专业重点不一致，因此在交接的短暂时间内，可能造成重点信息的错位、复杂和冗余。有时患者的苏醒还会导致交接中断，从而发生信息疏漏和混乱的情况。

如何才能把握交接重点、避免发生信息遗漏呢？我们希望通过文献研究的方法来解决。从确定研究目的到进行文献收集，重点围绕国内外麻醉恢复期患者交接模式的原始研究展开。文献整理及解读过程中，我们将检索到的7种交接模式根据内容、优劣进行整理比较，最终通过定性分析找出了目前在临床应用中可借鉴的交接模式。

研究解决了医护交接的标准化问题，过程由麻小护主导，程序合理规范，自应用以来提升了交接质量，得到了医护的一致好评，研究还获得了一篇SCI的科研产出。

除了恢复室外，麻小护的工作还涉及术前准备间患者的护理。随着患者数量及操作的不

断增多，潜在的临床问题也凸显出来，如何解决呢？

我们应用了根因分析方法，借助鱼骨图找出准备间存在护理问题的根本原因并加以解决。医护操作配合默契度欠佳的问题，根源在于护士操作配合不熟练，因此，我们制作了准备间神经阻滞操作思维导图，包括患者体位摆放，注药浓度剂量、注意事项等，便于护士记忆。医护漏操作的问题，根源在于操作项目缺乏醒目提示，因此，我们制作了操作项目牌，通过两张相同操作项目牌同侧或异侧放置来判断断操作是否完成。

临床应用后我们进行了对比性分析，结果显示，手术室联合周转时间缩短、医护配合满意度提高。在保障患者安全的前提下，术前准备间发挥了加速手术间周转率的优势。我们也成功申请了三项实用新型专利，并在网络平台及大会发言中进行成果传播，获得北京护理学会成果三等奖。

护理工作是医疗卫生事业的重要组成部分，但又有其自身的特殊性，临床中我们不仅需要熟练的技能，还应具有创造性及独立思维能力。科研来源于临床，科研成果反哺临床是我们作为临床护士职业感与价值感的重要体现。

点燃希望 向阳而生

讲述者：邴亚东（北京大学肿瘤医院重症监护病房护士）

今年春天，我们收了一位六十三岁的老爷爷，他初到ICU的时候看起来精气十足、身强体壮，像个三十来岁的小伙子，也通情达理，十分配合。但随后因病情反复，短短三周内经历三次大手术，数次从死亡线上抢救回来。虽然生命体征非常平稳，但心理受到了严重冲击，变得嗜睡、不搭理人。我们都很着急，尝试了多种办法起色都不大。我不愿放弃决定再试试。

那天，我打了盆温水，为他擦拭身体，又把口腔粘痰吸净，轻声地说，“老刘，这回清爽多了吧，可以跟我说话了吧？老刘，我知道你难受，可是我们谁也替不了你，你要坚强，要有信心。你不能总睡觉，正常人在家躺一天，起来都晕晕的，何况你呢。你看，春天都来了，外面的花都开了，叶子都绿了，你站不

起来，没事，我扶着您起来看，你要加油好起来，等你出院的时候啊，就能亲眼看见满京城的桃花了……”这时我看到他的嘴角在动，眼里也仿佛有光在闪烁。我扶他坐起来，他就那么看着我，紧皱的眉头渐渐舒展开了，他慢慢地、努力地伸出手，摸了摸我的头说，谢谢你，你给我带来了希望。

老刘的生活态度变得积极了，他的转变也让我认识到，护理工作远比我想象的要复杂。我们的患者无论是暴躁、消极、对抗，其实某种意义上，都是因为失去了信心。而护士工作的意义，在很大程度上就是唤醒他们对希望的热情。年轻的朋友们，让我们在护士的岗位上，用担当和责任，为我们的患者点燃希望，向阳而生！



北大医学护理人：将天使之爱融入专业精神

编者按

他们是不忘初心，坚持热爱的白衣天使
他们是疫情前线英勇战斗的无畏战士
他们是将护理专业做深做大的行业领路人
他们有一个共同的名字：北大医学护理人

北大医院 丁炎明：医院护理领路人

护理追梦者的天使情缘

11岁那年，丁炎明在学习游泳时不小心耳朵进水导致中耳炎。当父母带她走到耳鼻喉科门诊候诊区时，她被一位身穿护士服的姐姐吸引住了。就是这么一次偶然的机缘，护士与护理在她的心中立下了一颗种子，丁炎明决心长大要做一名护士。这个追梦的过程一追就是40多年。丁炎明从北大医院一名普通护士逐渐成长为这家医院的护理掌门人。2003年那场不期而遇的非典疫情，同样对丁炎明提出了严峻的考验。丁炎明临危受命担任护理部副主任，协助院领导指挥非典抗击战。在非典型肆虐北京的整整两个月时间里，丁炎明没有休息过一天。她只能在隔离线之内，远远地朝想念的儿子和丈夫招招手，一家三口短短几分钟的会面就这样可望而不可及地结束了。这段经历，让她更加坚定那份初心和梦想。

丁炎明凭借出色的工作能力赢得广泛的认可，2007年起担任护理部主任，2019年起兼任院长助理，在医院中扮演更加重要的角色。十多年来，作为医院护理队伍的“掌门人”，她带领北大医院护理人一同逐梦、一同筑梦，播撒护理梦想的种子。

2020年初，新冠疫情席卷中国，丁炎明带领的护理团队积极响应国家疫情防控总体部署要求，103名护士援鄂抗疫，在北京“大后方”的护士们一丝不苟地守护医院和首都的安全防线，核酸采样队伍完美出色地完成各项核酸采样任务累计50万余人次，疫苗接种队伍完成院内外新冠疫苗接种任务8万余人次。

丁炎明创新性地提出管好大门、管好陪住、管好探视、管好感控的“四好”管理原则和相关专项零缺口、零死角、零发生、零遗漏、零漏报的“五个零”管理目标，“疫情防控管理”与“常态护理管理”双轨并行，树立了科学防控疫情的典范。

护理领军人的专业责任

丁炎明身边的同事对她的评价是“上进”。她在完成繁重的日常护理工作之余，利用碎片时间学习，以超出录取分数线100分的优异成绩被上海医科大大学护理系录取，又在北京大学护理学院深造。这种与时俱进的不懈求索精神，让她将护理做成了专业。

丁炎明进阶到二级专业技术岗位，成为北京大学护理学院硕士研究生导师，澳大利亚格里菲斯大学护理学院特聘博士生导师，国内多家大学护理学院特聘教授，以第一作者和通讯作者在核心期刊发



表论文100余篇，SCI收录论文10余篇，主编专业书籍70余部。

在丁炎明众多的头衔中，最让她骄傲也是倾注心血最多的是“中华护理学会造口伤口失禁护理专业委员会主任委员”的头衔。作为首任主任委员，她经历了从无到有的过程，并且一干就是八年。

2004年，她带领团队创办了中国内地第二所国际造口治疗师学校，助推在中国多地成立国际造口治疗师学校。2017年，她率先带领全国十余所造口治疗师学校主编《造口护理学》、《伤口护理学》、《失禁护理学》3部教材，成为全国造口治疗师规范化培训教材。

在北大医院护理的专业化道路上，丁炎明同样倾注了心血和汗水。2010年，医院专科护理项目获首批国家级临床重点专科。2011年，她带领医院腹膜透析护理团队申报的“以责任护士为主体提高腹膜透析治疗质量的系列研究”项目获中国护理学术界的最高奖项——第二届“中华护理学会科技奖”一等奖。2004年成立的北京大学医学部国际造口治疗师学校和2015年成立的“北京大学第一医院—欧洲伤口管理协会国际伤口治疗师学校”成为北大医院护理的专业名片。2015年，她带领团队对循证护理实践进行前瞻性顶层设计，构建循证护理实践文化、培养循证护理人才，主译书籍《健康照护领域中的知识转化：从证据到实践》，开展多项证据总结与证据应用的课题研究。2017年，北大医院加入加拿大大安略省注册护士协会最佳实践指南应用中心，成为国内首家加入该组织的国家队医院。2020年和2021年，由她牵头的护理管理项目“运用KTA模型助推循证护理实践”和“应用LEARNS模

式构建以患者为中心的健康教育管理体系”以全国第一名的成绩荣膺“中国医院管理奖金奖”。2021年12月，她带领护理团队申报的“院校协同助推知识转化项目的临床应用研究”荣获第七届“中华护理学会科技奖”一等奖。

护理领航人的事业担当

作为医院护理队伍的领航人，丁炎明紧跟国内外护理发展形势和国家医药卫生体制改革步伐，重临床、促管理、强人才、定战略，将北大医院护理事业推向新的高度。

2007年，丁炎明刚上任护理部主任时，启动了“北京大学第一医院护理服务年”，提出“三从”服务的要求。2008年，丁炎明提出了“五心工程”，要求护士要以“爱心、耐心、细心、诚心、责任心”全心全意地对待每一位患者，在“专业护理服务”方面不断创新和改进。在她的带领下，北大医院专科护士数量与质量在国内医院处于领先地位，中华护理学会、北京护理学会专科护士临床基地数量也处在国内第一方阵。

伴随着2010年公立医院改革中优质护理服务的深入推广，丁炎明带领她的团队创新性地提出“优质护理服务链”和“一病一品”服务理念及工作目标，得到国家卫生健康委的肯定，并多次进行经验推广。

丁炎明提出“管理就是服务”、“管理就是严格的爱”等理念，把护理安全放在第一位，从标准、制度、流程开始，完善三级护理质量管理体系，建立全员参与的护理管理架构，创新性地提出了“零容忍管理规定”、“危重病人访视”以及“护理管理会诊”等举措。她积极引入国外“磁性医院”的理念，将护理质量管理、绩效管理 and 护理人员岗位管理有机结合。她启动了“四架马车”的规划，即护士长、优秀护士、青年护士、高学历护士的培养规划，落实了“百人培训计划”，并通过“走出去、请进来”的策略，完善护理部内部各层次护士培训。她带领护理团队组织召开医院护理发展战略研讨会，在临床护理、教学、科研、人才梯队、管理体系等方面开展了战略性的“顶层设计”。

锐态度，丁炎明是护士眼中“严厉”的领导，对工作一丝不苟，对自己严格要求；谈奉献，她勇于自我牺牲，用行动诠释一切；评贡献，她却说自己做的远远不够。有人说她是护理工作中一位重要的领军人物，她却说自己只是几十年来勤勤恳恳服务于北大医院的一位平凡的护理人。

口腔医院 李秀娥：口腔护理追梦人



半路出身，踏入口腔护理大门

2004年，39岁的李秀娥放弃自己干得风生水起的急诊护理事业，进入北京大学口腔医院，从一名普通护士做起。面对完全陌生的环境和专业，她把自己之前华丽的光环尘封了起来，虚心向每一位临床护士学习。

口腔颌面外科病房主要收治口腔颌面部手术的患者，除手术方式和护理要点外，其它护理内容跟综合医院相似，李秀娥很快便找到了契合点，将之前的护理经验与之融会贯通并迅速掌握。

李秀娥受护理部委托，承担起了《口腔颌面外科护理操作技术规范》的主要修订工作。为了快速高效地完成任务，她利用业余时间在家修订，高质量、高效地完成了工作。

为了让自己尽快适应门诊的轮转学习，李秀娥的业余时间基本都是在图书馆度过的。勤奋、钻研的韧劲和认真积极的学习态度，让她在短短一年半的时间里，由一名口腔护理的门外汉迅速成长为一名地道的口腔护理人。

2005年9月，李秀娥被聘为口腔颌面外科总护士长，2006年3月聘为护理部副主任，同年9月正式聘为护理部主任。

培训是慢功夫，教育是专业发展的源泉

李秀娥上任后重点抓的第一项工作便是护士规范化培训。李秀娥坚信：培训是慢功夫，只要坚持，就可以从根本上提高医院的护理质量和服务水平。

2008年，李秀娥作为项目负责人申请了口腔医院的管理基金项目“知识模块化在口腔专科护士培训中的应用”。经过多年摸索，逐渐形成较为完善的口腔新护士规范化培训体系，内容涵盖了口腔基础、急救、护患沟通、四手操作等基础知识和基本技能，明显提高了护士的口腔护理水平，提高了医生和患者的满意度。

为了促进四手操作技术在全国的推广和应用，李秀娥将院内系统四手操作培训课程推广到全国。她还带领护理团队搭建学术交流平台，组织全国口腔护理学习班、传播、推广口腔护理新技术、新疗法，把我国口腔护理水平推向新的台阶。

提高护理人员的急救水平是李秀娥抓的另一项重点工作。李秀娥结合口腔医院常见抢救案例，制定了详细的培训计划，并亲自承担起了急救培训的授课任务。她的课趣味性很强，遇到大家容易混淆的概念，她便结合专业知识，把经历过的“急诊室的故事”跟大家娓娓道来，场下的听众仿佛置身于急诊科的抢救现场。

正是李秀娥日复一日、年复一年的坚持，口腔医院护士的急救水平有了质的飞跃。

为了扭转口腔护理高等学历教育的薄弱局面，李秀娥将在美国、日本等地学习的口腔辅助人员的设置、工作内容、培养体系、课程设置、教材等与我国现阶段国情相结合，初步拟定了发展思路。

2012年，《口腔护理学》作为北京大学护理学院的一门选修课，正式对全部护理学生开放。2014年，正高职称的李秀娥被北京大学护理学院聘为护理专业学位论文研究生导师。她还积极组织编写口腔护理专著、培养并发展口腔护理教师师资队伍，为推动口腔护理学历教育的发展储备力量。

李秀娥主编和参编的口腔护理专业书籍达

27部，成为了口腔护理工作难得的专业指导用书。2016年由人民卫生出版社出版的《实用口腔护理技术》创造性地将国外的四手操作理念与临床技术有机结合，改变了我国口腔护理教育中缺乏前沿实践指导用书的现状。2021年，口腔护理首次独立出来，《口腔保健与护理》作为护理本科“十四五”国家级规划教材单独成册，李秀娥作为第一主编承担教材的编写，此书将成为口腔护理领域的权威教材。

勇挑发展口腔护理的重任

随着院内工作如火如荼地开展，李秀娥慢慢地在口腔圈里有了名气。

2012年和2013年北京护理学会口腔科护理专业委员会和中华护理学会口腔科护理专业委员会换届，李秀娥被双双聘为主任委员。

2014年，时任中华口腔医学会“口腔医院管理分会护理管理学组”组长的李秀娥意识到，要将护理管理学组独立出来，成立口腔护理专业委员会。她联合国内4名知名口腔护理专家作为发起人，向中华口腔医学会申请。

2015年8月15日，中华口腔医学会口腔护理专业委员会成立，李秀娥当之无愧地成为第一届委员会的主任委员。她带领业内专家攻坚克难，积极调研并界定我国口腔护理的执业范畴，制定《口腔种植修复临床护理专家共识》、《口腔四手操作技术规范》，组织编写口腔护理专著。在她的带领下，口腔护理专业委员的会员数在中华口腔医学会近30个专委会中位居第二。她的工作也得到了业内同行的高度认可，于2021年再次当选为主任委员。

突遇疫情，用实际行动护佑首都群众的口腔健康

2020年春节前夕，突如其来的新冠疫情席卷全国，李秀娥毫不犹豫地取消了休假计划，积极投身到疫情防控阻击战中。她第一时间对护士进行培训，提高大家的防护意识和水平。从理论授课到操作示范，每一个环节她都亲力亲为，生怕有一点点儿遗漏。

从临床一线成长起来的李秀娥，具有丰富的感染防控和应急处置经验。她积极为医院献言献策，经常一讨论就到了后半夜。她坚持每天深入临床一线，实地查看临床工作开展及防控措施落实情况，了解并听取护理人员意见建议，帮助大家解决实际困难。

在首都口腔诊疗机构大多停诊的情况下，北大口腔临时急诊的建立体现了国家队的担当，也给李秀娥带来了挑战。在她的号召下，全体护士打破科室界限，物资、人员全院统一调配，大家齐心协力，全力保障门、急诊和住院护理服务有效运转，护佑了首都人民的口腔健康。疫情至今已经两年多，口腔医院从未因疫情而停诊，以“零感染”的成绩经受了严峻考验。

李秀娥还参与了国家《新型冠状病毒肺炎防控方案》的讨论和制定，参编《新型冠状病毒肺炎口腔医疗机构防护手册》，为临床机构开展新冠肺炎防控提供参考。

气若兰兮长不改，心若兰兮终不移。李秀娥与护理结缘三十载，矢志不渝，从一名护士成长为专家，把护理技术引向护理科学，让口腔护理的水平堪与精湛的医疗水平相媲美，推动口腔护理从一枝独秀到满园春色，促进了全国口腔护理行业的整体提升。

（素材由各医院提供 整理/韩娜）

人民医院 王秋：两次冲在抗疫一线的“老战士”

急诊每天上演着生死时速，发病急、病情重、环境复杂多变、医患之间容易产生矛盾是急诊科的特点，作为抢救室的护士长，王秋凭着过硬的技术，时刻保持清醒头脑，快速准确评判，为患者提供及时准确的治疗，一次次将患者从死亡线上拉回来。

在工作中，王秋本着“仁恕博爱之怀”对待每一位患者。有一位患者，因为悲观失落自杀导致多处骨折，瘫痪在床，不配合治疗，经常拔针和乱扔东西。王秋没有埋怨和指责，带领护士给他一次次洗澡并更换干净衣物，及时为他完成各项治疗和护理。王秋还从家里拿来儿子的衣物和鞋，并买来纸尿裤等物品，并积极协调解决患者的一日三餐。经过几天的救治，患者的病情逐渐好转，情绪趋于稳定。王秋总找合适的机会劝慰患者，慢慢地，患者能够配合治疗了。经过几十天的治疗，患者的骨折愈合良好，王秋又和同事搀扶他练习走路。当患者康复后转往救助站时，王秋将他送到车里，看着患者迈着稳健的步伐离开，王秋觉得，所有的付出都无怨无悔。

2003年SARS来袭，身边的同事一个个病倒，王秋没有退缩，勇敢地坚守到最后一刻。下线休整期间，她再次接到去地坛医院的护理任务，毅然丢下家中80高龄的母亲和年幼的儿子，又一次告别家人重返一线，那么坚定地、那么义无反顾地，圆满完成了任务。

2020年新冠疫情爆发，王秋主动请缨于大年初二作为首批国家援鄂抗疫医疗队队员，来到同济医院中法院区进行危重症患者的救治。她在武汉坚守了72天，先后在三个隔离病房开展工作，参与了101位新冠肺炎患者的护理，医疗队收到多封表扬信和锦旗，全体队员零感染。

到达驻地后，王秋协助队长负责物资管理，手把手指导大家进行防护培训。作为护理组长，她总



结经验和方法，梳理工作流程、岗位职责、注意事项及改进方法。进入病房前，她与同济医院护士长共同整理物资、梳理流程、完善防控措施。

作为2003年进入SARS病房工作过的老战士，王秋说：“我有经验，我先上”。她带领尖刀班队员第一批进驻隔离病房。进入病房前，她指导并认真检查队员们的防护，为大家加油鼓劲。进入病房后，她带领组员科学有序地开展各项护理工作，认真完成患者的接诊及各项治疗护理工作。在有队员出现头晕憋气等不适时，她安排队员离开病房，自己则强忍不适坚守到最后。工作中，在面对实施气管插管及呼吸支持等职业暴露风险性极高的操作时，王秋毫不犹豫，总是第一个冲上去；面对情绪急躁的患者时，她克服方言障碍，耐心倾听，通过书写等方式交流，无微不至地照顾患者，增强他们的信心，患者多次感动落泪；她带去刮胡刀为上呼

吸机的爷爷精心地刮净胡须，为患者带去食品、水果及生活用品；面对不幸离世的患者，她认真完成尸体料理和终末消毒工作；针对队员们的思想顾虑，她给予心理上的安慰和工作上的专业指导；为了让队员能够轮流休息，她每个班次都进入病房，让队员们倍感踏实和温暖，荣获全国抗击新冠肺炎疫情先进个人称号。

在日常工作中，王秋也始终恪守医者仁心的坚定信念，坚守“疫情就是命令，责任重于泰山”的使命，在岗位上无私奉献、救死扶伤的同时，严格落实急诊疫情各项防控措施，严把筛查关，制定并严格执行三级预案，每一道关卡进行流调和体温监测，做到无一遗漏。

疫情期间，急诊抢救室的任务更加繁重，王秋始终以患者为中心，带领抢救室护士用行动为医院筑起打赢疫情保卫生命的“铜墙铁壁”，使各项工作井然有序，圆满完成了患者的救治及护理任务，并配合医院完成北京冬奥等医疗保障服务，向患者、医院和国家递交了一份满意的答卷。

在抢救室负责承担急诊楼患者及工作人员的核酸采集任务后，王秋毫无怨言，认真落实医院政策，制定相关规章与流程，培训并安排护士承担咽拭子采集工作。她经常加班加点亲自上阵，顾不得汗流浹背、顾不得休息和吃饭。

为了保证患者安全，解决留观病人输液等候时间过长的的问题，王秋制定了相应的工作流程，与留观区密切配合，带领抢救室护士在病人不多的时候，将输液病人安置在一层，拓宽了输液空间，避免了留观室的人员聚集，缓解了病人等候输液的压力，提高了工作效率，提升了患者的就医体验。

没有生而英勇，只是选择无畏。从抗击非典到抗击新冠，王秋谨守南丁格尔的誓言，逆流而上，用爱、勇气和担当，为患者带去温暖与希望。

平凡中的你，最美！

□ 本版素材由各附属医院护理部提供 许可怡整理

编者按

包容与无私
在她们的一举一动间
温柔与和蔼
在她们的颦一笑中
口罩戴紧的勒痕
汗水浸湿的两鬓
抚慰伤痛的双手
是她们与病魔近搏的印记
第111个国际护士节之际
让我们共同走近
每个平凡之中的温情故事



素衣赤胆，至柔至刚

一袭素衣，一颗赤心，她们纵使是赤手空拳，亦倾尽全力，与万千患者一起闯荡在生与死的边际。她们用坚定的内心同万千患者紧紧相依，用片片微茫为万千患者汇聚成绝对的希望，用至柔至刚的魂魄创造一个个生的奇迹。

六十天见证奇迹

我们时刻怀着对生命的敬畏，但透过这次没有硝烟的战争，我们再一次感受到了生命的脆弱与珍贵。

患者孟女士因为孕期憋气住进了北京大学第一医院心内科监护室。经过会诊，患者确诊为系统性红斑狼疮性肺动脉高压，孕期的肺动脉高压的死亡率高达29～56%。护士们的压力骤增，不忍心看着这么一个年轻的生命流逝和一个新的家庭的破碎，时刻准备和死神赛跑。每一次对患者进行治疗时，病房似乎就成为了一个战场，而护士们则是里面奔跑的战士。

在后续的六十多个日夜裡，患者病情每时每刻都在变化，护士们无微不至地对患者进行专业照护，从生活护理到病情观察、抢救、给药、管路护理、康复锻炼、人文关怀……一点一点把患者从死亡边缘拉回来。

一天，已经拔除呼吸机的孟女士虚弱地说了一声：“辛苦了，护士，谢谢！”那时，所有在病房里的护士都心想：所有的辛苦和付出都是值得的，甚至感觉病房里因进来一道光，照耀着正在生死边缘的患者。

2021年11月12日，专家们再一次聚在一起，这是患者孟女士的第14次“会诊”，也是最特殊的一次。这一次，孟女士终于可以迎着冬日里的阳光，走出病房，和家属含泪相拥了。经过六十多个日夜，护士们感慨道：“生活人来人往，来日并不方长。”

我们看到了孟女士对求生的渴望和坚强，看到护士们对“爱心浇灌，生命之花”的实践，看到了北大医学家对“厚德尚道，水准原点”的传承。

一片冰心在白衣

就像南丁格尔说的那样，护理工作是平凡的工作，然而护理人员却用真诚的爱心去抚平病人心灵的创伤，用火一样的热情去点燃患者战胜疾病的勇气。

初春乍暖还寒之际，在北京大学第一医院肾内科住院的赵阿姨刚从监护室转入病房，印象深刻的是瘦弱的她蜷缩着，以一种极度没有安全感的姿态出现在护士们的视线里，监护室的治疗努力地维持着她的生命，帮助她与病魔抗争，但也使她在冰冷的仪器与日夜长明的灯光中挣扎着，虚弱的不能再虚弱的身体，与脆弱的精神状态看着让人心疼。

赵阿姨的诊断是ANCA相关性小血管炎合并抗GBM阳性，是一种难治性肾病。从监护室回到肾1病房之后，医生与护士开始积极的为赵阿姨治疗原发病。

提起赵阿姨，护士们回忆道：她年轻的时候就是个美人，虽然病魔缠身，但我们仍然希望赵阿姨在肾1病房的日子裡，能以一种干净整洁，富有朝气的精神面貌面对生活与疾病。

赵阿姨在监护室的日子裡，不能洗头 and 洗澡，慢慢的长长的刘海儿已经遮住了阿姨的眼睛，在阿姨身体能够耐受的情况下，护士们为患者擦拭身体，保持床褥的干净整洁。护士长还带来了一把剪刀，细心地为阿姨修剪发型，利落的发型剪好之后，不但整个人精神起来，也减少了患者右侧颈内静脉透析管路感染的风险。

医生精湛的医术、护士精心的护理、护理员悉心的帮助和保洁员细心的清洁，让赵阿姨一天天好转，从完全卧床到可以病房里独立行走，从呼吸机辅助呼吸到脱离吸氧，从无法交谈到和护士交之肺腑。4月初，在春光明媚的日子裡，赵

阿姨迎来了出院。护士们回忆当时出院的场景：当时一缕阳光照在她的脸上，病人和家属真诚地道谢，那句“辛苦了”，让全体医护人员心里暖洋洋的。

一个又一个惊心动魄的场景，一个又一个催人泪下的瞬间，面对疾病，医生、护士、患者和家属都感受着生命的重量。正是因为有无数白衣战士树立的坚固屏障，在抵御漫长的疾病后，患者才得以回到静好岁月。而对于白衣天使们来说，患者的康复与满意才是全部的追求，是全部的理想。

温暖生命，护卫健康

她们眸中有疾苦，心中有苍生，她们细细俯看人间的每一处病痛。那些坚定的背影令人动容，她们以萤火之光，点燃信念的光芒，温暖生命之程。她们有悲伤、有疲惫、有挂念、有普通人的所有情感，但仍义无反顾，选择责任与坚守，用忠诚与热情促进民生健康。

疫情下的三米阳光

护士长好，衷心感谢您和医护人员为张教授过了一个温馨、暖心、难忘的生日！您还特意做了生日蛋糕，举行了庆祝仪式，让病人感到家的温暖，全家人看了视频感动不已！感谢病房所有医护人员的精心治疗和耐心护理、贴心照顾……

这是一位在北京大学第三医院就诊的年近八十的病人家属写给EICU谢蕊护士长的感谢信，信中的张教授是她携手相伴几十年的老伴。

张教授是一名慢性肺病患者，在家长期使用无创呼吸机，本次住院是因为重症肺炎导致急性呼吸衰竭。疫情防控之下，重症监护病房取消探视。每天下午三点半，老伴儿就会组织好儿女及孙辈儿们和张教授视频聊天。

不管多忙，主管护士都会尽量安排好手头的工作，给张教授梳理好头发，刮刮胡子，让他尽可能精气神十足的出现在屏幕中，和家人讲讲今天的情况，互诉彼此的想念，让家的温暖帮他顽强抵御疾病的折磨。

视频结束后，护士们也会再和家属沟通一下护理工作中出现的新问题和老毛病，用拍照的形式向家属交代皮肤变化、管路的问题……虽然不能在身边看见，但也让张教授的病程进展尽可能具象呈现给家属。就这样，张教授、家属和医护人员紧紧联系在一起，共同为张教授的病情好转努力着。

在一次云探视中，护士们得知很快就是张教授的生日，护士长早早准备了寓意“福寿双全”的生日蛋糕，并把张教授家人准备的相册、千纸鹤、保温杯等生日礼物转交给她。张教授的家人在视频里和医护人员一起为他唱了生日歌，吹了蜡烛，张教授也努力一改往日的虚弱，笑容中透着阳光般的灿烂，在病床上度过了一个难忘的生日。

张教授慈祥幽默，偶尔也会闹一闹“小脾气”，护士们习惯了每天早上换好整洁干净的护士服，到病房先向他送上一句问候“张教授，早上好！”，就如一缕和煦阳光，让他在暖洋洋的心意里开始一天的抗病斗争，医患成为最亲密的战友。

然而八十多岁的终末期肺病老人，最终未能扛过这次打击，离开了人世。临别，家属握住医护人员的手表示感谢，并深深地给医护人员鞠躬，这让在场的所有人都为之动容，患者家属的理解和肯定成为医生护士们前行的最大动力。

把尽心尽责所做的点滴，汇成爱的涓涓细流，让白衣天使的日常工作，随处可见医学人文的点点星光。

随着老年人年龄增高，行动以及视、听、说等各方面能力都在慢慢下滑，很多老年人是孤独

的，焦虑的。而在疫情之下，内心深处的温暖和价值显得更为重要。护士们把平凡的事做细、做实，把患者当成家人去安抚、去聆听、去融化、去关怀。

白衣天使的独白

我不是诗人，不能用漂亮的诗句讴歌我的职业；我不是学者，不能用深邃的思想思考我的价值。我只是一名护士，浩瀚宇宙里的一颗最不起眼的星星。

这是来自北京大学口腔医院康鑫森护士的陈述，她说虽然人们赋予了护士骄傲而浪漫的名字“白衣天使”，但对于刚刚工作两年的她而言，除了工作的细碎繁琐，并没有体会到这个称谓的深刻含义。

而几个月前发生的一件事，才让她真正体会到“白衣天使”四个字所承载的荣誉和责任。一个工作日的上午，她收到这样一封信：谢谢你！护士！你让我知道世界上真的有白衣天使！就像太阳一样，温暖照亮了我……我是鼻咽癌患者，没有你那天对我的帮助，我不会这么快开始化疗的，谢谢你！白衣天使！

看到这里，康鑫森的嘴角不自觉地扬起。脑中浮现出这个男孩第一次就诊时的样子：那是一个忙碌的周日上午，原本应该十一点就诊的他临近十二点才气喘吁吁走进诊室。

尽管心中有点小小烦躁，护士还是尽快调整情绪开始工作。他略带冷漠、眼神黯淡，整个过程都沉默不语，手中紧紧攥着一张纸。“也许他是太紧张了？”于是，康鑫森笑着递给他一个解压球：“放松点，你可以拿着这个球，紧张时捏一捏，可能会好很多。”他接过来看着她，似乎想要说点什么，但还是用沉默结束了这次交流。

治疗很快开始，在护士和医生的默契配合下，半小时就完成了4颗牙齿的充填治疗，并为患者预约了2周后的治疗时间。

康鑫森走出诊室时惊讶地发现，空荡的候诊走廊中，只有那个男孩坐在角落发呆。她走近想看清他的表情，却发现有什么东西滴落在他手中的那张纸上，那是他的眼泪。康鑫森意识到他可能遇到了什么事情，递给他一张纸巾，轻轻拍着他的肩膀问：“怎么了？”他犹豫过后说：“牙没看完就不能开始化疗，可是今天还有4颗牙没有补……我该怎么办！”

他深吸一口气，抹了一把眼泪，对护士挤出一丝笑容并道了别。看着他失望的背影，康鑫森突然做了一个决定——也许应该做点什么，帮他尽早开始化疗！于是，赶忙上前拦住他：“你先在这里等我一下！”说完便快速跑到办公室，向医生说明病人情况，医生也赞同康鑫森护士的做法，放下吃了一半的饭回到诊室为患者进行治疗。

男孩所有龋齿处理好之后，朝着医生和护士深深鞠了一躬，他看着康鑫森，重重地点了头，那一刻，眼睛里仿佛又燃起了光。

在收到男孩的信之后，康鑫森更加确定当时的决定是正确的。

我只是一名护士，虽然渺小平凡，像浩瀚宇宙里一颗最不起眼的星星，但只要愿意，再小的星星也可以发光发热。

这束温暖的光不仅可以拂过患者的心，还照亮着护士前方的道路。也许每个或愤怒或冷漠的患者背后，都有一个无奈的故事，可能只是一句关心、一个眼神、一个动作，就能给那些沉默的人带来困境中的一点温暖。

初心澄明，提灯前行

岁月无痕，清浅而行；时空有序，淡然而过。变的是面容，是银发，不变的是工整的病例，是坚守的初心。她们承接过南丁格尔的温热与理想，将“终身纯洁，忠贞职守”的誓言一脉

相承，为无数患者装载健康与希望。

乘风破浪会有时

医院是行进中的大航母，我就是床上那颗小小的螺丝钉，牢固地站立在我的岗位上，用我的护理专科能力为患者的健康保驾护航。

张振忠是北京大学国际医院的一名专科护士，转眼间，这已是他参加工作的第17个年头了，17年间，他从少不更事到经验颇丰。为了更好地服务于病人，有更专业的护理水平，2016年他参加了北京护理学会首届伤口造口失禁专科护士培训，并顺利获得证书，从那一刻起，他便正式成为了一名专科护士。

在门诊换药室工作，最开始只是普通的伤口换药、拆线这些简单的工作。但随着医院专科护理工作的开展，病人数量和难度程度大大提高。2019年，换药总人数只有不到2000人次，2021全年工作量已近5000人次。两年间，病人数量翻了一倍多，开展项目也有原来的单一伤口，发展到糖尿病足、压疮、各类疑难伤口的处理。

在众多病人中，张振忠对一个老奶奶的印象最为深刻。那是一个血液病晚期的患者，由于长时间卧床伴重度营养不良，尾底部出现了压疮。最初，女儿和老伴推着她来找张振忠换药，那时老奶奶情绪低落消极，反复说：“都已经这样了，还能好到哪里啊，为什么要浪费这个钱？”

看到她的样子，张振忠十分感触：“这不就是大多数人老了的樣子吗？为家庭为社会奉献了一辈子，现在老了，可以休息了，病却来了。”于是，每次会诊时，他都和老奶奶及家属多聊一会儿，有关于病，关于生活。一来二去，老奶奶的情绪有所转变，从最初的抵触到后来的配合，随之压疮的问题也有所好转。看着老人痛苦减轻，张振忠的心里感到很开心。

突然有一天，老奶奶没有按照约定的时间来换药，他心里慌慌的。没过几天，在嘈杂的候诊区，听到有人喊他，转头一看，是老奶奶的女儿。她快走几步拉住张振忠的手，眼含泪水说：我妈妈上周走了，让我和您说声谢谢，这也是她临终遗愿之一。

时至今日，医学仍有许多难题无法攻克，无法拯救每一个面临死亡的人，但我们可以让病人减少痛苦，让家属不留遗憾。对于张振忠来说，那句临终的谢谢是他多年来听到的最温情的话语。

随着医院的日益壮大，在护理部的支持下，张振忠又成为了医院护理咨询线上门诊的首位护理工作。他搭上互联网的直通车，用更专业的知识来完成医院和患者的那份信任，坚守护理事业，为更多人的健康保驾护航。

岁岁年年，初心不改

护理是一个再平凡不过的岗位，它需要的是日复一日、年复一年的坚持与付出。

北京大学第六医院精神科护士马莉在她所热爱的精神科护理岗位上已奉献了40余年。苍生人生，百味世态，因为懂得精神疾病患者的苦楚，所以她热爱这个岗位，因为热爱这个岗位，所以40年无怨无悔。

40年来，对每一位患者发自内心的温暖的微笑是她的标签；视每一位患者为亲人是她信念；将心比心，以心换心，是她多年来的个人护理理念和精髓。就是在这个她觉得十分平凡的岗位上，她用着她的坚持和大爱抒写着她职业生涯不平凡的篇章。

1985年，30岁的马莉加入了北京医科大学医疗队，满怀热忱的她奔赴云南思茅地区，在祖国最需要的地方进行精神病院边工作。那时候，大山里人们精神卫生知识浅薄，精神科人才匮乏，马莉了解情况后，立刻以极高的热情投入帮扶工作中。

在支边工作不久，从大山深处送来一位诊断精神分裂症的女患者，刚来时，她蓬头垢面，表情紧张，因常年不洗漱身上充满恶臭。对医护人员

的不信任使她双拳紧握，目露凶光，这种情况下接触患者具有被患者攻击的风险，当地的医护人员都不敢靠近患者，这时马莉冲在最前面，以身带教，紧握着女患者的手进行安抚，手把手的为她洗漱。在得知患者多日没有进食后，她一口一口喂她吃着当地的米粉，让她感受到了家的温暖。在马莉的悉心照顾下，患者情绪逐渐平稳，配合了入院的护理。

马莉就是通过这例患者的处理，为当地护理人员传授了尊重患者，爱护患者的护理理念，并改变了以往对不合作患者一律采取约束措施的方法。在这位女患者出院前，她为医疗队唱了一首《小草》，朴实无华的歌词，略带沙哑的嗓音，传递的是她对医护人员的无限感激之情。听着歌，马莉的眼眶湿润了，她更加坚定了传播精神卫生知识，用自己的力量拯救更多精神疾病患者的决心。

2003年，SARS病毒肆虐，人心极度恐慌，医院外用中国结拉起的隔离线，为人们筑起一道守卫健康的铜墙铁壁。马莉肩负起阻击病毒，守护患者的责任。病毒暴发之初，她以医院为家，在保证医院正常患者安全的同时，全力以赴投入到护理疑似发热病人的工作中。

不久，疫情愈发严重，医院应上级要求组建了医疗队，赶赴一线的地坛医院支援。那时，已经身为护理部主任的她要坚守在医院中，虽然不能随医疗队赶赴地坛医院，但她力所能及地用精神科护理知识关心着挣扎在生死一线的医疗队护理同行们。白天工作后，她每晚都要抽出时间挨家挨户到一线医疗护理同事的家里慰问，和他们的家人谈心，消除他们过度紧张的情绪，随时解决他们的困难。在马莉看来，自己的职责除了守护患者的心理健康，还要让战斗在一线的同事们能够安心工作，为护理同行撑起心灵的保护伞。

作为一名精神科护士，她很清楚，绝大多数精神疾病患者，尤其是老年患者，要依靠家属协助进行后期的康复训练，“怎样使家属能够正确的认识精神疾病，从而正确引导患者进行康复训练？”她深入患者家属，了解到他们是想学想交流但苦于没有途径，于是想到：“如果能建立一个交流和授课的平台，这些问题不就迎刃而解了。”

说干就干，她克服重重困难，为患者创建多个精神康复相关的社会公益互助团体，开展了大量受到广泛病患和家属喜闻乐见、行之有效的康复理念的学习和康复技能的培训。在她的倡导下，由她带领的团队组建了国内第一个由康复期精神疾病患者组成的志愿者协会——“绿丝带志愿者协会”。

日复一日，直到今天，她的绝大部分周末都是陪伴患者及家属度过的。她用努力和坚持收获了患者及家属的无限感激和爱戴，很多老患者成为马莉的挚友。

人的一生选择一项事业并进行下去不难，难的是始终坚持兢兢业业将这项事业做到最好，乃至为社会、为人民作出贡献。已过花甲之年的马莉，如今仍然“老骥伏枥，志在千里”，她和许许多多护理前辈所坚守的北大护理精神也在一代代传承发扬。

她们是一枚白昼的月亮

不求炫目的荣华

而绽放星点的光

日常的点滴中

她们用爱浇灌生命的希望

普通的日子里

她们用心谱写护理的诗章

每一个平凡

都因她们的温暖被定义为不凡

像无数星辰汇聚

便组成满天繁星，漫天璀璨

她们，就是你我身边

每一个在岗位上奉献自我的

敬爱的护理人

2022年5月15日
责编：武慧媛

▼▼▼

坚守抗疫前线的北大护理人

从抗击“非典”到抗击“新冠”，北大护理人谨守南丁格尔誓言，为人民健康事业赴汤蹈火。身穿白衣，不负使命。

我有经验，我先上！

北京大学人民医院王秋从事护理工作27年，一直在临床一线从事急危重症护理和护理教学工作。

2003年SARS来袭，身边同事一个接着一个病倒，王秋勇敢地坚守到最后。下线休整期间，她接到去地坛医院的护理任务，毅然重返“战场”，圆满完成任务。17年后的2020年，新冠肺炎席卷全国，她再一次告别家人奔赴战役前线，她是那么坚定，那么义无反顾。

在武汉坚守的72天，她先后在三个隔离病房开展工作，参与了101位新冠肺炎患者的护理，医疗队收到多封表扬信和锦旗，全体队员零感染。作为护理组长，她不断总结，梳理流程、岗位职责、注意事项及改进方法，手把手指导队员进行防护用品练习。作为经验丰富的老战士，她带领“尖刀班”队员第一批进驻隔离病房。最危险的时刻，她总是第一个走向病室，最后一个离开病房。她时刻提醒自己：我是他们的主心骨，我不能退缩。

没有生而英勇，只有选择无畏。在疫情面前，有许许多多像王秋一样的护士，不惧风雨，逆流而上，始终牢记人民至上、生命至上，用大爱、勇气和担当为患者带去温暖与希望。

无论是抗击非典的最前线，还是新冠疫情的战役中，北大医学奋战在一线的几千名护士，年纪最大的接近退休，年龄最小的不满20岁。在舍身救治患者的工作中，她们有的倒下了，但是马上新的梯队又坚强地站在了她们的岗位上。

脸上的勒痕是无悔的坚守

新冠肺炎疫情以来，北京大学肿瘤医院多次派出护理人员支援疫苗接种任务。赵文惠先后带队参加21次支援任务，从夏至冬，历时三季，共接种22397人次。

在配合八里庄社区完成12-18岁青少年的疫苗接种工作时，赵文惠带领团队成员用规范的操作、耐心的讲解、适时的安慰、鼓励的话语，平复了学生们的焦虑和恐惧，出色完成了疫苗接种任务。精湛的技术、温情的护理给社区居民留下了体贴负责的印象：“你们平时对病人也是这样的吧，真好！”

新冠疫苗接种任务时间紧、任务重，每次经过短暂培训就要投入紧张忙碌的工作中。为了节约时间，减少上厕所的次数，赵文惠忍着不喝水。每次脱下隔离衣，她的衣服都湿透了，脸上是一道道勒痕。她说，“参加社区疫苗接种任务几乎都是从早上七点到晚上六点，每个队员要完成将近500人次的注射。有时体力不支，简单补充点食物又投入到紧张忙碌的工作中，非常辛苦但大家毫无怨言。”

早出晚归，披星戴月，面对困难，勇往直前。在与疫情战斗的日子里，北京大学各附属医院护士们一次次地奔赴社区、冲向险情。虽然天气很冷，夜晚很黑，有疲惫、有心酸，也有汗水，但人人心里都有一团火，大家坚信寒冬终将过去，春天总会来临。

核酸检测、疫苗接种、技术指导、科普宣讲，每一次任务、每一项工作，都竭尽全力，无怨无悔。那些口罩下的深深印痕，那些顶着严寒防护服里却浸湿的衣襟，那些护目镜下坚定的眼神，那些工作起来娴熟的身影.....原来这就是天使的模样。

为爱奔赴的除夕夜

2020年的除夕夜，人心思归，万家灯火，但新冠病魔打破了原有的宁静。北京大学第一医院神经内科的白衣天使们，接到紧急命令：在40分钟内，齐聚丰台，完成紧急采样。这

样的节日，这样的命令，是意料之外，也是情理之中。护士，也是战士！时刻准备着，“召之能来，来之能战”。

她们不仅是护士，还是妈妈，是妻子，是女儿！面对稚嫩孩童睡梦中的朦胧挽留，王迪义无反顾，“妈妈马上回来，你睡醒就能看到妈妈了”是她最温柔的谎言；“今年除夕辛苦你采办，明年好好陪你过除夕！”是冯颖对新婚丈夫最浪漫的承诺；面对家中长辈，“别担心，等我回家吃饭！”是刘婷婷最简单的期许。

丰台大街上，没有了以往节日的喧嚣热闹、鞭炮齐鸣，只有夜幕中和时间赛跑的白衣天使。最怕冷的刘霞在如此刺骨的冷风中仿佛屏蔽了自己的感觉，卖力工作。采样结束时，冻僵的双腿出卖了她。返回医院时，满脸都是口罩勒痕的张一凡笑着说，“这是我过的最有意义的一个新年！”

寒随一夜去，春逐五更来。病毒无情，人间有爱。白衣天使，用初心和勇敢，筑起最温暖的屏障，向你们致敬！

疫情面前，广大护理人员同医生们并肩战斗，第一时间站在抗疫的第一线。在极其艰苦的环境中、在隔离措施防护手段有限的条件下，在随时都有被病毒传染的时候，他们把生的希望留给患者，把死亡的恐惧置之度外，为爱和责任而战。

深入灾区前线的北大护理人

在波澜壮阔的抗震救灾斗争中，北大护理人用理想凝聚力量、用信念铸就坚强、用真情凝结关爱，构成了保卫人民生命健康的坚实屏障。

横跨祖国大地奔赴震区一线

2008年，北京大学第三医院肾内科血液透析室张枫护士长、孙瑛护士参加了北京市汶川地震第四批抗震医疗救援队。到达灾区后火速开展工作，在成都第三人民医院抢救地震中挤压伤造成的急性肾衰竭患者。参与医院常规病房、都江堰灾区防疫、巡诊、伤者转运，并向灾区老百姓发放药品、食品等。作为北京三级医院救援的专业护理人员，她们还在当地医院开展防疫知识讲座，指导血透室布局建设等。工作过程中，医疗救援队克服频发余震、物资缺乏、语言障碍等重重困难，圆满完成各项救援任务。

不辞辛苦，日夜守候

2008年5月17日深夜，四川抗震救灾指挥部向北京支援灾区的急救队下达了转运病人的命令。18日晚，北京大学首钢医院第一批医疗小分队执行首次任务——奔驰千里，将65名急需到后方医院手术、治疗的伤员从震区绵阳转运至重庆的医院。

18日凌晨的余震，让刚刚赶到的北京急救队员们感到不适，首钢医院护士李冬生只休息了三四个小时，就匆忙与其他急救队员集合出发了。他们的任务是将一名双下肢离断术后的重伤员护送至重庆254医院，经过10个小时长途跋涉，于22时30分将伤员安全送达目的地。之后，顾不上休息又连夜赶回绵阳接受新的转运任务。

5月19日下午，搭乘飞机火速赶往四川抗震救灾第一线的血透室护士张凡，已经在当天晚上8点左右到达成都，与护理小组救援队开始在成都第一人民医院投入紧张的抢救重伤员工作。她参加了急性肾功能衰竭患者血液透析的监护工作，不辞辛苦，日夜守护在伤员身旁。

哪里有困难，就向哪里冲。哪里有考验，就向哪里去。和时间赛跑，同死神抗争。自强不息、敢于胜利。危急时刻，北大护理人从不退缩！

汶川地震，北京大学第一医院、人民医院、第三医院、口腔医院、第六医院、肿瘤医院、首钢医院、深圳医院百余名医护人员奔赴医疗一线，克服困难，连续作战，诊治患者3000余人，完成各类复杂手术200余台，抢救危重病人近400人，转运伤员5000

余人。

玉树救援，北京大学第一医院、人民医院、第三医院、第六医院在第一时间派出医护人员组成的医疗队赶赴灾区，战胜缺氧严寒气候，竭尽全力救治藏族同胞。挽救生命时，他们一定站在队伍的最前列。

这就是北医人！不畏艰险，百折不挠。齐心抗灾，保卫人民。抗震救灾的医疗队名单上，护士永远是和医生并肩站在一起的战友！

助力奥运梦想的北大护理人

从2008到2022，奥运会医疗保障队伍中，北大护理人不曾缺席。不同场馆区域的医疗服务，普及急救医疗常识的知识培训，为健康奥运保驾护航，共同交上一份完美的“双奥”答卷。

在平凡的工作中极致绽放

2022年北京大学国际医院组建冬奥医疗保障队，唐晓红主动请缨，作为护理负责人及保障团队核心组成员，积极参与流程建立、应急预案、演练培训方案的制定、人员分工等工作。

冬奥保障的医疗、生活、办公物资清单梳理与筹备工作繁杂，耗材种类众多，她丝毫不敢马虎，每一样都要反复审核，经常亲自跑到库房核对实物、申领、清点、打包、分装、搬运。她逐一督导仪器设备的功能检测、器械消毒。

在首体短道速滑及花样滑冰训练馆的医疗保障中，唐晓红协助医疗官在极其有限的条件下合理规划医疗站布局、设计穿脱防护服的空间及流线，制定医疗站工作流程、细化防疫流程以及消毒隔离规范，强化疫情细节管理。负责物资设备及药品管理，将医院运往场馆的大量物资、药品细致整理摆放、张贴标签，熟知位置，熟练各种耗材使用，做到每日清点，及时补充，维护急救设备处于时刻备用状态。负责医疗站环境整治，定时消毒隔离，协助FOP站队员穿脱隔离衣及物品、衣物消毒，有效落实环境消杀，做到保障期间零感染。

除此之外，她还承担运动员医疗站的护理工作，一切以运动员训练为中心，服从安排，随时调整班次，每日训练前1小时到场、训练结束后1小时离场，平均每日工作12小时，最长日19小时。几乎每场训练都有运动员摔倒，她总是时时保持警觉，随时作出响应，协助医生为运动员提供诊疗服务。

体重骤减为冬奥，手术不断情更坚

马鹏程，来自北京大学第三医院呼吸与危重症医学科，在张家口赛区云顶滑雪公园医疗保障中，他负责的是赛道上最容易受伤、救援难度最大的点位，但他成功救援多名严重受伤运动员。个人救援次数约占全部比赛受伤运动员的五分之一，是所有冬奥医疗队员中，救援次数最多执勤时间最长的。体感温度零下20-40℃，每天保障雪道救援十余个小时，包括赛区全部的官方训练和预决赛医疗保障。期间，他也经历了很多艰苦磨练，125天瘦了36斤，服务点位危险，生病治疗后吃止痛药继续工作，医疗保障期间负伤做了三次手术，四次被救护车拉到崇礼医院。

生命的守护人，安全的保障者。是你们，不负重托、精益求精的冬奥保障，让奥林匹克圣火在东方大地愈加光明灿烂。

奥运盛会、重大赛事、庆祝活动.....每一次重要的医疗保障服务，只要国家需要、人民需要，北大护理人一定会站在医护团队的行列里，出色地完成任务。用爱心、细心、责任心，提供优质的医疗护理服务，为学校、为国家赢得荣誉和喝彩。

白衣天使的使命与担当

有一群人，白衣如甲出征灾区前线，不分昼夜坚守在护理岗位；有一群人，刚刚保障完北京冬奥，如

今又奋战在抗疫一线；有一群人，在非典疫情、新冠疫情、抗震救灾...任何急难险重任务来临时，他们都挺身而出。

抗疫、救灾、援鄂、护航冬奥

邢星，北京大学人民医院骨科护士，从事骨关节疾病的护理及康复工作20余年。2003年非典疫情暴发早期，医院成为重灾区，邢星不惧危险主动请缨，第一批加入抗击非典第一线，在封闭病房连续工作20余天。

一位86岁SARS患者，在隔离病房接受治疗期间，生理和心理状况极不稳定，不停哭泣。即使知道停留在患者身边多一分钟、多和患者说一句话，都会增加自己感染的风险，邢星依然在繁重的医务工作之余，细心与老人沟通，老人非常想念家人又没有手机，她就在清洁区和患者接通医患对讲机，再和患者家属手机上对，老人听到家人的声音，不再哭泣，积极配合治疗。隔离病区内外，一片焦急，一片绝望，邢星用她的爱心燃起患者战胜疾病的信念，在无情的非典战役中，绽放出温暖的光芒。

2008年汶川地震，灾情严峻，各地的医疗队火速赶往灾区。邢星再一次报名，跟随医院医疗队第一时间赶赴灾区。救灾过程中，6级余震不断，为了安全她们只能住在帐篷里，南方夏季炎热，她的胳膊被蚊虫叮咬后明显肿胀，但她依旧冲在第一线为患者消毒伤口，协助医生为骨折患者及时固定，为手术患者做好术后护理。工作后期，为了提高当地医院的骨科护理水平，邢星为绵阳中医医院骨科护理同仁们详细讲解术后护理工作重点。在无情的灾难中，邢星作为千万名医护人员中的一抹缩影，为灾民带去了希望。

2020年，身为护士的她又一次义无反顾，奔赴武汉抗击疫情。隔离病房的护理跟平时工作完全不同，从患者进入病房的生命体征测量、健康宣教、吸氧、抽血、输液等治疗性工作，再到送饭、倒水、协助大小便等生活护理，甚至各种垃圾的包装、清理，厚厚的防护服让这些平日里无比熟悉的动作变得艰难。高强度地工作让她好几次心跳加快、呼吸急促、头痛、头晕，即使身体反应再严重，她从未有过一次提前离开工作岗位。她说，作为援鄂医疗队的一员，收到习总书记的回信，让她倍受鼓舞，就像火把被点燃，瞬间充满了能量，支撑她度过一次又一次难关。

凭借扎实的专业技能和在抗疫一线积累的丰富经验，从武汉凯旋不久，邢星就加入医院的冬奥医疗保障团队，在延庆国家雪橇车中心进行医疗保障工作。由于工作细心严谨，她被医疗官指派负责整个医疗队的物资准备及分配；同时承担了结束区这个最为繁忙的医疗站的医疗任务。一旦有运动员发生翻橇或受伤，她会第一时间携带急救包，冲向伤员，比赛结束后运动员也会到医疗站就医。同样是穿着防护服忙碌着，但这次是与参加冬奥会的各国运动员“零距离接触”，对于要为北京冬奥作贡献的心愿达成，邢星感到无比自豪。

重大时刻挺身而出的你，最美！

编者按

一袭白素衣
一颗炽热心
在如花般的流年里
揣一个天使的梦想
去拼搏，去守护
2022，北大医学办学110年
我们一起重温感受
重大时刻北医护理人的厚道情怀

□ 本版素材由各附属医院护理部提供 宋玉格 武慧媛整理



别人眼中的你，最美！

□ 本版素材由各附属医院护理部提供 杨映锴整理

编者按

他们用灵巧的双手
托起生命的阳光
用纤弱的肩膀挑起重任
他们有一个共同的名字——护士
在医生眼中，他们是战友
在家人眼中，他们是超人
在患者眼中，他们是天使
5·12国际护士节来临之际
我们走近护士的同事、朋友、患者和家人
看看别人眼中的他们
听听护士心里的故事

医护同心，尽锐出战

医生眼中的她们是战友，是默契的伙伴

一袭飘然白衣，是一颗纯洁的心灵。一顶别致的燕帽，是一顶守护生命的重任。那灿烂的微笑，让疼痛雾散云消，那细心的呵护，让病魔无处藏身，那圣洁的白衣，让健康常伴一起。爱就要大声说出来，让我们跟随北京大学第三医院的视角，来看看医生对护士的“深情告白”。

“北医三院的护士，在繁忙的护理工作之余还开展了很多技术创新及护理科研工作，甚至已经申请到了多项专利。他们大都默默无闻，有着一双火眼金睛，能够快速分诊，准确识别重症患者，不断提升优质护理质量。”

“三查八对严谨又细致，手起针落干劲又利索，轻声细语温暖又体贴，她们在危急时刻尽显巾帼风采，日常工作中把患者当作家人一样照顾，让患者有一种家的感觉，护士兄弟姐妹们是站在医生背后最伟大的人。”

医生和护士都是奋战在一线的医务工作者，他们之间的默契配合，不仅直接关系到病人的治愈和后期康复，更关系到医疗救治工作能否顺利开展。

常言道，三分治疗，七分护理。在医生眼里，护士是重要的战友。护士对待患者的耐心与真诚，像对待朋友、亲人一样，为患者带来安全感。护士对患者的观察细致入微，及时全面地观察病人情况，向医生提供重要信息，一起帮助病人对抗疾病，病区24小时都有护士忙碌的身影。同时，护士也会无微不至地关心医生们的生活。北京大学首钢医院肠胃外科主任雷福明医生感慨道：

如果把科室比作一个家，护士们扮演的角色就是温柔、贤良的内助，操持着家里的一切，把科室打理得井井有条，当我们做完手术拖着疲惫的身躯回到科室时，见到的总是那热情的微笑，餐桌上总会为我们留着饭香。

一名优秀的护士，需要具备扎实的临床操作技能。刚刚进入临床的护士，由于缺少工作经验，也需要一个成长的过程。护士队伍中的前辈，不仅要照顾好患者，更要关心好后继，让护理的接力棒代代相传。临床护理中，她们是老师，潜移默化地传递着博爱和担当。北京大学人民医院护士长郑芳芳，在晚辈眼中是什么样的呢？

2019年底，武汉突发新冠疫情，出发前一晚她整夜没有回家，帮我们准备东西直到早晨5:30把我们送上车，车都开远了，她还迟迟站在那里。援鄂结束后我们隔离的酒店在延庆，那天汽车接近酒店时，我再次看到了她熟悉的身影，这一次她在焦急的搜索着一辆辆大巴车，找我们在哪里？我满眼泪水拨通了她的手机，电话那旁的她哭了，看到我们安全回到北京，她流下了高兴的泪水。她就是我们5B病房的护士长郑芳芳，我们会继续向她学习，保持努力向上的心态，练就扎实的临床操作技能，做一个好人，做一名好护士。

护士的日常工作中突出一个“细”字，即使没有用过的急救用品，还是要每天进行检查，保证抢救物品、药品完好充足，随时处于备用状态。危急关头将病人的生命放在首位，不怕苦、不怕累，冲锋在前，勇挑重担，不仅是挽救病人生命的重要环节，还充分体现了手术室护士熟练的专业能力，临危不惧的抢救配合能力。

忙碌的身影，无悔的奉献 家人眼中的她们是榜样、是全能的超人

护理理想的精髓在于“奉献”二字——无私地奉献自己的爱心，像蜡烛一样，燃烧自己、照亮别人。家人眼中的护士，身着白衣，



给人温暖，义无反顾。但她们也是妻子，是母亲，是女儿，她们也有自己的家。

北京大学第一医院普通外科二病房护士郑阳在孩子眼中是什么样的？——护士妈妈，像超人一样，如果说电影里面的超人是拯救世界，那么现实生活中的妈妈便是拯救生命，虽然忙碌但却是崇高的。

偶尔也会抱怨妈妈太忙，没时间陪我。抱怨她言而无信，取消我们原定的计划。妈妈却说：“我是妈妈，是妻子也是护士，在疫情面前，我是战士！国难当头，人人有责，今天妈妈做了一名抗疫护士，希望你长大以后也能做充满正能量的人回馈社会。

在新冠病毒来袭，外出支援参加核酸检测任务成为护士们的家常便饭。穿上那一身厚重的防护服，不知道要多长时间不能喝水不能上厕所。年幼的孩子看到妈妈被N95口罩勒得变形的脸、鼻梁上深深的压痕以及汗水湿透的衣背，忍不住哭了出来，泪水里包含着对妈妈的心疼，又包含着无尽的感动。

北京大学第一医院内镜中心护士律阳在护士节前夕，收到了一封信，这封信的寄件人是她的丈夫。打开这封信的时候，她正在前往抗疫一线的路上。每次组织征求律阳是否参与疫情防控相关工作的時候，为了让家人心安，她总是会第一时间和丈夫“商量”，虽然只是轻描淡写地说一下，但其实她的心中早就有了答案。

为了让妻子放下家里的包袱，集中精力抗击疫情，丈夫每次都表示全力支持“一定要去”。因为他知道，作为一名有责任有担当的

护士，她想去，她要去。自从得知自己成为外援后备后，律阳在家时总时不时看一眼手机，并且把手机铃声调到最大，就怕有临时任务接不到电话。丈夫眼中的妻子，虽然身体很娇小，但内心装着一个英雄，信中提到：

从援鄂后备人员到社区志愿者再到报名参加外抗疫，我知道你心中有爱，从复工复产后的加班加点为患者做胃肠镜到周末节假日急诊的彻夜工作，再到寒冷的冬天外派西城区核酸检测人员，都能看到你瘦弱的身影，我知道你很累，但更能感受到你对待工作的认真负责。每当我去单位接你下班，看到你有时忙的没法和我说说话，还有你的同事们和你一样加班加点，看着你们忙碌的身影，我真的很心疼。今年我想再送给你一封信，写给这些年辛苦的你，我想让你知道，我懂你，我会永远的全力支持你，你勇敢前行，不要有后顾之忧，但是你要照顾好自己，让自己平安。

作为一名护士，她们在平凡的工作中感受着人生百味，默默地奉献自己的爱心。曾几何时，她们放弃了万家团聚的日子去奋战在护理一线；曾几何时，她们将亲人期待的眼光和埋怨的声音悄悄放在心中，去守候着院里每个病患者的声音。既然选择了这身洁白，就要守住使命的蓝天。

简单又平凡，守望生命之旅 患者眼中的她们是天使，是康复的希望

护理工作没有轰轰烈烈的辉煌，却写满了简单而又平凡的爱，打针、发药、铺床、输

液，他们在苦中呵护着生命；交班、接班、白天、黑夜，他们在累中把握着生命的轮回；他们是捍卫健康的忠诚卫士，为病人减轻痛苦，驱除病魔。

护士们用实际行动践行白衣天使的高尚、圣洁的标号，用细心、爱心、耐心、责任心及追求精湛护理技术的上进心，传承着人类健康与生命的关怀。无微不至照护着每一位患者，疏导着患者的情绪，解决病人所需，是善良、爱人与美的践行者。

我眼中的护士姐姐们工作细心、严谨、充满责任心与智慧。记得我入院的第一天晚上，来到新环境又紧张又害怕，值夜班的护士花了很长的时间，温柔地陪我聊天、劝我吃饭、询问我的情况。这不仅让我第一次感觉到来自这个陌生环境的温馨，而且让我发自内心的体会到了白衣天使这个如此神圣的职业。她们给了我很多的建议，让我积极乐观地去重新认识自己。

这是来自北京大学第六医院的一位精神抑郁患者的肺腑之言。“以科学精神，体现人文关怀”这几个字镌刻在北京大学第六医院的墙壁上，不只是身体的关怀，更是心灵的关怀。尤其是作为精神科的护士，面对多重性格的患者，即使工作琐碎繁杂，也要用心灵呵护心灵，践行人文关怀的理念。护理工作是平凡的，而护理人员却用真诚的爱抚平患者心灵的创伤。

2018年，5岁藏族姑娘小措姆，因颅咽管瘤到北京大学国际医院神经外科进行手术治疗。手术取得了成功，但术后还需要进行定期复查，观察有无肿瘤复发，并需要长期监测激素水平，随时调整激素替代治疗方案。小措姆所在山南地区医疗条件有限，医院缺乏专业的儿童内分泌专业医生。

得知小措姆一家的难题后，神经外科护理团队当即建立了小措姆复诊微信群，孩子的化验、影像学结果直接上传群内。小措姆在当地复查化验的激素水平数值每月都会传给北京的医生，医生经过分析研判，再把调整后的治疗方案回传给家长。缺乏的药物，在北大国际医院开好药后，由护理团队快递给患者。

半年后小措姆来北京复查，护士姐姐带她去了长城和天安门，并鼓励她好好学习，坚持规范治疗，将来一定可以和正常的同龄人一样，拥有健康快乐的生活。临别之际，小措姆用不流利的汉语说：

阿姨，我长大后可以到北京来读书吗？今年我被评为三好学生呢，我长大后也想成为一名医护人员，可以帮助到其他更多的人。

护士长鼻子一酸，心中涌起一股暖流，她紧紧拥抱着小措姆，说：“一定可以的，阿姨在北京，在北大国际医院等着你……”

护理学之母——南丁格尔被誉为提灯女神，我们身边这些平凡的护士，用精湛的技术驱散了病魔的黑暗，用崇高的关怀温暖了患者的心灵，她们又何尝不是提灯女神呢？只不过她们手中的灯，是看不见，是发自内心的护理之光，人文之光。

护士的工作在别人眼里
更多意味着奉献和牺牲
作为一名护理人员
虽辛苦，但踏实、犹自豪

时而温柔像妈妈
时而严肃像老师
时而勇敢像战士
无论哪一种形象，都是我们身边
可爱、美丽、真实的护理人
只要需要，一直都在
守护每一位需要守护的人
不负救死扶伤的誓言

一个医生眼中的 护士团队

讲述者：邢燕

（北京大学第三医院儿科医生）

作为一名工作了23年的医生，我深知护理工作的重要性和艰辛，护士不只是一基础护理的提供者，工作也不仅限于三查八对，还是教学能手、科研新星，是我们医生最好的合作伙伴。

我们科室是国家级新生儿保健特色专科建设单位，也是北京市危重新生儿救治和转诊中心，在新生儿重症监护病房里，救治过很多出生胎龄不足25周、出生体重不足1000g的早产儿，在这个过程中，护士兄弟姐妹们发挥了功不可没的作用。你们能通过这些孩子细如银丝的血管放置中心静脉导管，能娴熟地进行新生儿换血操作，能为进行ECMO治疗的患儿提供全方位的照护，能细心地为不会吃奶的早产宝宝们进行口腔按摩。你们敏锐地观察着孩子的病情，多少次微妙的病情变化都是被细心的护士兄弟姐妹们发现，让我们抓住了抢救的最佳治疗时间。是你们细心，避免了许多医疗事故的发生。

随着护理专业的蓬勃发展，你们不仅在临床工作中实现着价值，还展现出卓越的教学能力和科研思路。你们认真对待每一位护理学生，还接收海外留学生和国内进修护士，进行规范的护理教学查房，把专科护士培训工作做得有声有色。在教学比赛中，护士兄弟姐妹们也不甘落后。去年，我们儿科的王佳琦护士“过五关斩六将”，代表北医参加北京市青年教师授课比赛获得一等奖，彰显了新时代护理队伍的强大实力。

近些年来，护理队伍越来越重视科研工作，积极申报临床专利，我科护士已经成功申请到了包括新生儿PICC维护包、喂药器、移动暖箱在内的多项实用新型专利。你们取得的进步有目共睹，你们已经不只是人们印象中只会打针输液的人了，你们已经成长为具有“三头六臂”的护理专家了。

在我眼中，你们总是能整齐划一地执行工作任务，总是把一个个文件整理地地利索索，把一项项制度完美地进行落实，把一个个节日场景布置得温馨动人，医生团队需要你们这样的大管家，需要你们这样的合伙人，和你们这样优秀全能的护士搭班工作，我们很放心，也很舒心！

“专业、温馨、尊重、成长”是北医三院的护理文化理念。在我们并肩同行的道路上，虽然有过分歧，但在我们医生心中，你们永远是我们的最佳搭档！此时此刻，让我代表医生团队深深地道一声：谢谢你们，有你们真好！

