

# 90后女孩的“战地”故事

通讯员 赵传栋

自新冠肺炎疫情发生以来,太钢总医院(山医大六院)广大医护人员舍小家为大家,积极投身到抗击疫情第一线。先后有十批,共24名医护人员支援到湖北和太原市第四人民医院,为抗击疫情贡献着自己的力量,用白衣天使“救死扶伤、甘于奉献”的大爱情怀温暖着每一位患者的心。

今天就让我们用文字为大家讲述两位奋战在抗击疫情一线90后女孩的“战地”故事。

芦丹,迎新院区检验科技师、共产党员,2月5日出征,支援太原市第四人民医院。

每次进入PCR实验室前她都要“全副武装”,从进入实验室前的准备、接收标本到发出结果,一般要在7个小时以上,而且必须等到确认无误,发出结果后才可以出实验室。7个多小时不能吃饭、喝水、如厕,每次工作结束,人就处于一种虚脱的状态。

2月的龙城天气还是很冷,尤其夜间,实验室内温度比白天低了许多,晚上工作时,虽然穿着密闭的防护服,带着两层手套,手指还是被冻得僵硬,需靠搓手来保持手部的灵活性。

由于核酸检验的灵敏度极高,操作中细微的差别便可导致检验结果失之千里,因此在实验室的每个动作都需要慢、稳、准,有时候甚至需要屏住呼吸,以免呼气造成护目镜产生雾气,严重影响工作状态。而且处在实验室核心区的两人小组必须相互提醒,互相核对,保证加样无误,操作零失误,为临床提供精准的检验结果。她的工作离病毒最近,芦丹就是这样一位默默无闻的幕后英雄,行走在刀尖上的90后“防疫尖兵”。

郑晓慧,迎新院区CT室技师,2月22日出征,驰援武汉光谷会展中心方舱医院。

晓慧的工作内容主要是对舱内800多位住院患者进行胸部CT检查。大号的防护服穿在她娇小的身躯上,看起来就像一只充了气的“大白”,她需要慢慢地下蹲,把防护服里的空气一点点排掉,尽管这样,她看起来还是很“臃肿”。因工作需要她一会儿站起来帮助患者摆体位,一会儿坐到电脑前查看检查结果,充满水汽的护目镜让她的脸几乎贴到了电脑屏幕上。

为了避免防护服破损造成

感染,她的动作幅度不能太大,所以每完成一位患者的检查都会比平时用的时间更多、更长。

第一天上班时,她用同事介绍的护目镜涂碘附不起雾方法对护目镜进行了处理,整整一个班,她的眼睛被碘附刺的酸疼,想流泪,但又干涩的流不出来。更加糟糕的是刚工作一会儿,她的头皮就开始刺疼,原来是头发上的卡子被护目镜的带子压住,刺到头皮里了,她没法调整卡子和护目镜的位置,只能忍着疼痛继续工作。

工作结束脱防护服时,队友的护目镜带子突然断掉了,她眼疾手快,迅速帮他压住护目镜,等队友安全脱掉防护服,晓慧才开始脱自己的。一场意外有惊无险。

后来她把把这些经验教训告诉了身边的同事,避免大家犯同样的错误。这就是90后CT技师郑晓慧的故事。

“战地”故事每天都在发生,90后的她们用实际行动书写着不平凡的逆行战“疫”故事,谱写出一首首动人的战歌。请让我们记住她们的名字——90后最美逆行天使!

最近,看到一本书,很喜欢,读后,感受颇深。在这个世界上,有许多平凡的人在平凡的岗位上从事着平凡的工作,他们或许没有出类拔萃的才干,没有宏伟远大的抱负,没有惊天动地的事迹,没有骄人突出的业绩,但他们每天都在默默地履行着自己的职责,重复着简单而又琐碎的工作。然而,正是他们在工作中做出的一点点微不足道的贡献才成就了公司这个大集体的荣誉。我们每个人应该为自己是一个平凡的人而自豪,因为我们做的每一份工作都不平凡。

从古到今的那些成功者,他们之所以能在某一领域获得非凡的成就,就是因为他们对自己所从事的工作怀有这些职业美德:好的心态、较强的责任心、忠于职守、爱岗敬业、火热的激情以及坚持不懈、持之以恒的学习精神。

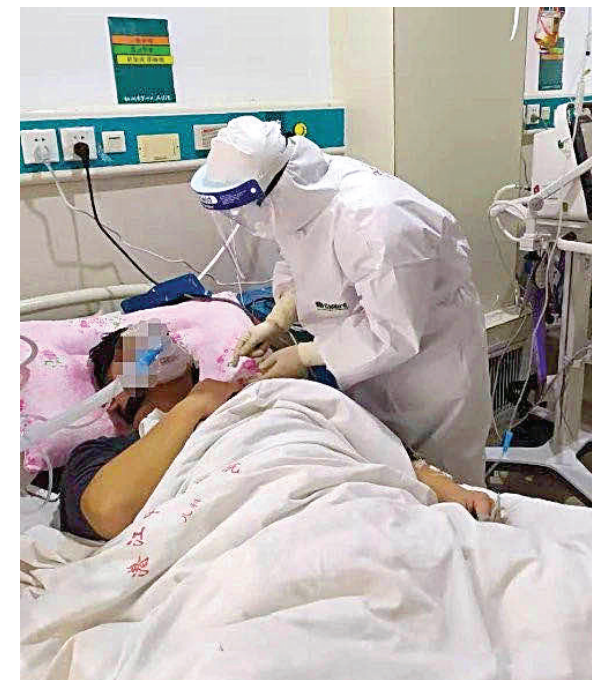
我们要想把平凡的工作做好,只有拥有积极的心态,才能做出成绩,责任心让平凡的工作变得伟大。我们要想在平凡的工作中创造出骄人的成绩,必须要有强烈的责任感,忠于职守、爱岗敬业,忠于自己的工作,会让你工作变得更有意义,忠于自己的岗位,会让你的人生变得更加精彩,工作激情是创新工作、追求卓越的内在动力。因此,只有让激情与我们同行,才能让平凡的工作放出光芒。我们要想在平凡的工作中有所突破,必须坚持不懈、持之以恒的学习,这样才能在工作中孜孜求索。我们只有不断学习不断进取,才能在平凡的岗位上尽情展现自己的才能和智慧,不论我们的工作多么平凡,只要坚持不懈地干下去,用心领悟工作的真谛,感受工作的快乐,天长日久,就会在平凡的工作中做出不平凡的业绩。

在我所工作的地方,有很多人这样的人,多年来默默地坚守在平凡的岗位上,用自己的智慧和汗水谱写一首首动人的乐章。

## 平凡有平凡的光芒

读《在平凡的工作中成就不平凡的事业》有感

宋亮



## 感染病房里的“妈妈”

3月3日 星期二 小雨 杨立明

近日休整,可以静下心来捋一捋思绪,总结总结近期工作中的一些体会。今天说一说我们感染病房里的护士。

对于疾病,人常说“三分治疗,七分护理”,也有说“三分病,七分养”。都强调了在疾病康复过程中自身养护和专业护理的重要性,有时甚至起到至关重要决定结局的作用。

早在克里米亚战争中,现代护理学鼻祖南丁格尔通过提高护理水平,使英军伤员死亡率从42%迅速下降到了2%,世界为之震惊。在本次我国发生的新冠肺炎疫情中,护理的重要性也凸显的淋漓尽致。疫情初发时,没有想到此次疫情如此凶猛,各方面都缺乏相应的准备。从物资到医院,从病房床位到医护人员。由于护理人员的严重短缺,再加上该病的传染性不允许家属陪护,不光一些住院患者的生活护理存在困难,就连及时更换吊针、口服药的喂服、生命指标的监测,获取这些基础护理也有时跟不上。

然而,这些不能怪护士。因为她们太忙了,太累了。严实的防护服增加了她们的负担,三层手套限制了她们手的灵活,双层口罩外加防护衣的遮挡使她们走路都气喘,防护镜的雾气迷蒙了她们双眼,不停的呼叫声、报警音、监护屏幕数字的闪烁让她们头晕耳鸣……在这种情况下,她们要完成各种操作,测量各种生命体征,进行各种记录……她们忙得甚至忘记了自己头痛、憋闷和各种不适,一直不停地再病房间穿梭,近于跑动。一个班次少则四五个小时,多则七八个小时!如果允许带上手机的话,一个班下来“微信运动”步数应该在1万以上。等到下班,她们有的累倒在缓冲间,有的在电梯里站着就睡着了……

随着全国各地支援大军的到来,一切都得到了改观。湖北的医护战友们终于可以喘一口气。

我们所在的湖北仙桃,一个22张床位的重症病区每个班护士由过去的6~8名增加到10~12名,轮换时间

由近7小时减少到4小时,采取包床到人的方法,大大降低了护士劳动量,也提高了护理质量,为提高患者舒适度、改善患者预后做出了贡献。

如果有人问,一个护士管理两个患者应该不是很累吧,那就大错特错了。

第一,上班四个小时,即便啥都不干一直憋着、闷着,都可能因缺氧而感到头晕、憋闷或恶心、心慌;第二,按院感规定尽量减少与患者同处时间,所以除了必要的处置,必须隔几分钟就要进出病房观察病情变化,累了只能在墙上靠一会儿;第三,这一类危重患者的特点均以呼吸困难为主,大都头脑清醒,时刻会有自己的需求:吃饭问题,大小便问题,咳嗽、咳痰问题,以及正常的治疗问题等;第四,让人头疼的当地方言以及因患者躁动不配合治疗的问题;第五,护士们听起来一个班四个小时,但如果算上排队穿、脱防护服,以及床头交接时间,一个班要消耗七八个小时以上。

除了体力上的劳累,更多的还是技术上的考验。我们都知道,即便平时病了扎针输液也不可能百分百做到一针见血,在感染病房里隔着三层手套,眼前朦朦胧胧,大多时候根本看不见血管,只能凭指尖的感觉,其难度可想而知。有时患者因血管条件差,扎一个静脉留置针甚至需要一个多小时!所有患者每天都要从挠动脉或足背动脉采血气分析,对护士们也是一个挑战。

无创呼吸机在重症病房应用极为普遍,从呼吸管路的连接、气道管理到呼吸机各项参数的监测和调节,对ICU护士来说应该不难。但有不少支援来的护士不是呼吸或者ICU专业的,即便进行了临时培训,也很容易犯错误。

(下转第二版)

援鄂手记

