

我在ICU 当“病人”的

24小时

“护士，我是一个大活人，总不能一直躺着啊！”

“护士，我想下床解大小便，我真的可以！”

“爹爹，我知道你躺着不舒服，但是你病了啊！”

“阿姨，你不要不好意思，你要习惯在床上解！”

作为一枚在ICU工作了快五年的小护士，上面这些话我已经听得免疫了，说也说得没那么走心了。我能理解也能体谅，但可能确实无法感同身受。

大概老天想给我一次感同身受的机会，一天，我急冲冲去上班，结果摔得仰面朝天，不争气的尾椎骨折了。同科的余老师说，反正在家也是躺着，不如来科里感受一下做“病人”的感觉。看着余老师闪闪发亮的眼睛，那好吧，就来一场彻头彻尾的角色扮演吧。

擦得干干净净的床，整理得干净整洁的床单，作为护理行业的“特种兵”，ICU还是一如既往的专业麻利。我这个伪病人也麻溜地换好干净的病号服，上交手机就位。

10:20

在呼吸治疗师的巧手下，一个漂亮的绑着口塞的半截气管插管做好了，和左右床的“病友”一样，被固定在我嘴巴里。为了防止拔管，手也要进行了适当约束。一开始，我不以为还笑嘻嘻，十分钟后，我已经笑不出来——我的口水如洪水泛滥。

强迫的体位也很不舒服，手还绑在床上不能自由活动。看着同事忙碌的身

影，我虽然极度安静地躺着，但内心已经演了50集苦情连续剧。想起平时患者们在模糊的状态下被插管、约束、镇静。他们突然苏醒后，说不出话、手脚动不了、体位被限制、亲人在身旁，那种眼睛里的茫然惊恐是我们永远无法感受的痛苦吧。

12:00

终于拔掉了“气管插管”，我也被要求和患者们一样“共进退”——在床上解决基本的吃喝拉撒。作为一名小仙女，以下省略一万字描述……总之就是一种难以言表的羞耻感。一个正常人在床上解决大小便，实在无法想象，只能偷偷少喝水了。

15:00

再次插上了另外半截气管插管，这个时候就格外地想念手机，想和朋友聊天，想刷抖音，想追剧……对于一个“手机癌”患者，没有手机的日子简直无法忍受。

17:45

余老师到底还是不忍心，提前了15分钟解放了我的嘴巴，这时牙和舌头都没有什么知觉了，无法想象插管多天的患者们是什么内心活动。

19:00

同房间的空床开始收新病人了，同事们忙碌紧张起来，我好像看到了平常清醒患者眼中的自己。

21:00

此时，离入住已经差不多9小时。在床上躺着的我就是一个没了灵魂的躯壳。睡得浑身酸痛，怎么动都不对，屁股下面的中单一动就

歪了，乱糟糟一团，发出沙沙的声音。想起平时还有对中单过敏的患者，还有睡在混着汗液和各种分泌物的又说不出话的患者。他们跟我比划着想表达什么的那种心情，我好像大概可以理解了。

夜里无数次醒来，看到的都是护士同事跑来跑去的身影和不停处理病情的医生，为了让我能稍微睡得好一点，同事还偷偷地调低了监护仪和呼吸机的报警声音。可惜徒劳，我一整晚耳朵里全是监护仪心率滴滴声、吸痰声、消毒换药声……

日思夜盼的第二天终于到了，余老师要来给我这个伪病人办出院了。患者们出院时经常跟我们说的话：“我想回家！”“我想出院！”此时此刻在我的脑海里开启了洗脑循环。欢呼雀跃的我终于在九点结束了这一场看似搞笑实则意义深刻的角色扮演。

一句将心比心，换位思考，说出口太轻松了，但是不换位你可能永远也无法真的理解，患者们在忍受病痛折磨、骨肉分离和面对陌生的一切时的恐惧。

至于今后，我想我应该懂了，你们的眼睛里是什么，你们的心里想的是什么，我会尽自己最大的努力，安慰你们的心，给你们最大的安全感。你们的亲人虽然在ICU的大门之外，但是我们却在你们的身边，守卫生命，抚慰灵魂。

别怕，我们陪着你们。
作者：中南大学湘雅三医院
周茉 余晓

与精神病患者一同出游的7个感动瞬间

我是一名来自安徽蚌埠医科大学精神卫生学院2016级的学生，这学期到安徽省荣军医院见习，有幸作为一名志愿者参与到医院九病区一次有着特殊意义的出游活动中。

为了进一步丰富住院精神疾病患者的生活，逐步培养他们的社会适应能力，让他们将来能更好地回归家庭回归社会，3月31日下午，我跟随九病区的翟主任、刘护士一起带着科室3名荣军病员组成先头部队，进行了一次名为外出采购实为重新接触社会的实践活动。

在活动过程中，我发现哪怕是像坐公交、过马路、存包、使用购物车等等这些在一般人看来不值一提的生活技能，对于长期住院、与社会脱节的精神病患者而言，都需要重新锻炼。这次康复出行活动中有七次令我印象深刻的感人瞬间。

第一次是在我们离开病区前，看到病房其他患者隔着玻璃门用带有羡慕的眼光目送我们。这我不禁对精神病患者产生了很深的共情：若不是生病了，谁愿意一直待在病房呢？若能回归社会，谁又不想像正常人一样生活呢？

第二次是在公交车上，看到患者们乖乖坐好望着窗外，而其他乘客上车后主动坐在他们旁边的位置，我看到他们被接纳时内心确实涌过一阵暖流。倘若世人皆这般通情达理，那也就不存在什么对精神病患者的歧视了，患者也能放下病耻感，更好地进行人际交往了。但很遗憾，这种歧视仍然存在且占有很大部分，就像我们在逛超市过程中，有的人可能注意到了患者的统一着装和衣服上的“安徽荣院”字样，一直盯着患者，或者下意识远离他们。连我都能感觉到这些，患者们肯定也有所察觉，他们内心又会有多受伤呢？

第三次是因为一位患者想要买一本字帖。本来这次活动我们只有选购食品作为奖励的计划，但其中一位患者始终坚持想要一本字帖。然而在我们去的中型超市没有，最后我们选择去了更大型的超市购买到了字帖。患者想要字帖不正说明他不满足于物质追求，希望在精神上有所追求吗？

第四次是在患者的选购过程中，他们始终牢记要统一行动，当翟主任和我们分开去另一个货架帮他们找东西时，他们却一直在找主任，你甚至能感觉到他们的小心翼翼。信任是相互的，他们感恩我们愿意带他们出去，也愿意尽他们最大的努力让我们放心。这就证明在经过系统正规的治疗后，精神疾病患者也能有正常人的逻辑思维，也可以像正常人一样生活。

第五次是采购结束时，一位患者从口袋里掏出了一个方便袋用来装自己买的東西，另一位患者也主动去帮助他。看到他们不仅有事前准备，还能做到互帮互助，我再次被深深触动了。

第六次是在返回途中，看到了成片的油菜花，患者们流露出想去花丛中拍照的意愿。我看到一位患者缓缓举起右手看着镜头敬了一个军礼，当时我鼻头一酸差点泪目。哪怕生病了，他仍然记得自己曾经是一名军人，这是刻到骨子里的信仰！

最后一次是活动结束，我们回到医院将要分别的时候，他们一直在说着谢谢主任，当主任在跟一个患者说话还没来得及回答的时候，另一个患者会不厌其烦地说着谢谢，直到主任说“不用谢，这是你们自己的努力换来的，是你们应得的”，他才心满意足地回了病房。这种真挚的感恩之心实在难能可贵。

作为一名精神专业的医学生，我由衷希望能为精神病患者的康复贡献自己的一份力量，我也希望能通过这次活动吸引更多的同学、志愿者和我一起为此共同努力。我还希望经过我们的康复治疗，好转出院后的患者可以参与开展同伴互助计划，用他们的亲身经历帮助更多的患者提高人际交往和社会适应能力，更好地回归社会。

作者：安徽蚌埠医科大学精神卫生学院学生
来源：健康报文化频道

最暖 医护照⑨

护士为无陪护患者缝补衣物。

来源：医学界
拍摄者：郑州仁济医院
品宣中心 任筠

(此系列完)

