

临床护理与科普融合—— 提升公众健康素养的重要途径

5月10日上午，中华护理学会国际护士节庆祝大会暨杰出护理工作者颁奖大会以网络直播的形式召开，吸引了超过40万人次观看。大会向全国护理工作者发出以“科普促健康，携手向未来”为主题的三年护理科普工作倡议，启动全国护理科普活动周。健康科普，旨在向公众传播科学思想和科学精神，提升其健康素养和自我健康管理的能力。健康科普工作的开展一方面需要国家层面的大力推动，同时需要医疗卫生行业一线工作人员的积极参与。在医疗机构中，护士作为健康科普工作的重要实践者，将健康科普与日常护理工作相互融合，充分发挥护士在健康科普工作中的作用，能够大大提升健康科普的效率和实际效果。

护士在健康科普工作中的重要作用

“没有全民健康，就没有全面小康。”近年来，在党中央和各级政府的重视下，我国健康科普工作已取得一定成绩，但从整体来看，仍有一些工作亟待落实。首先，健康科普的内容主要以疾病治疗、康复和慢性病管理为主，对于疾病的预防和早期识别教育相对薄弱；其次，开展实施的地域和层级主要集中在城市及规模级别相对高的医疗机构，农村居民或流动人口健康素养水平相对较低；临床诊疗工作任务相对繁

重，作为健康科普工作实施主体的医护人员的专业资源未能充分调动和运用。

护士作为医疗机构中的工作人员，在健康科普中发挥重要作用。护士在日常工作中，基于自身专业理论知识和工作实践经验，通过评估患者基本病情和健康状况，可相对准确把握对患者健康科普的重点，做到有的放矢，事半功倍；同时，护士掌握了一定的沟通交流技巧，能在科普工作中大大提高效率，让受众更易理解并接受科普知识。另外，护士可将健康科普工作融入到护理工作的各个环节和步骤中，起到随时教育和督促的作用。

培养和提升护士 健康科普工作能力

护士作为实施健康科普工作的主体之一，应充分发挥作用，切实落实好健康科普工作。参与实施健康科普工作的护士，不仅要有高度的社会责任感，丰富的医学专业知识储备，还要有一定科普写作、宣讲的能力，在工作中多思、多学、多读、多说、多写，例如找准带有普遍性的、典型的案例，找到新闻切入点，在主流媒体发表专业权威的科普文章、接受电视台采访和录制专题节目等，将专业知识简单化、直观化，以通俗易懂的方式让患者在兴趣的驱使下获取健康知识，主动就医，提升治疗依从性。

湖南娄底市的黄女士近年来长期有反酸、烧心、腹胀、呃逆症状，甚至曾在睡眠中缺氧被憋醒，她在当地医院反复就医也只查出轻微的胃炎，并未明确诊断，痛苦不堪，丧失了主动就医的信心，甚至有轻生的想法。今年年初，在看到《大众卫生报》和新湖南·湘健频道刊登的来自湖南省第二人民医院护理人员的科普作品《长期反酸烧心腹胀，应警惕食管裂孔疝》一文，黄女士马上将自身症状与文章进行对照和识别，发现自己所患疾病与文中的“食管裂孔疝”极为相似，便主动来到该院就医，最终确诊为食管裂孔疝。黄女士非常积极地配合医生进行了手术治疗，术后效果良好，饱受痛苦的她喜极而泣。

在健康中国的大背景下，医院不仅要为公众提供全方位、全周期的健康医疗服务，还要不断加强健康科普、新闻宣传。临床护理工作与科普相融合，以公众需求为导向，通过文字、视频和图片等形式向人们展示健康科普信息，做足科普文章，是新时期临床工作、护理工作的特点和内容之一，是提高广大人民群众对疾病早期识别、预防、治疗、护理及获取康复知识的重要途径，且能很好提升和完善护士自身素质、提升医院和科室的知名度和美誉度。

湖南省第二人民医院微创外科护士长、国家一级健康管理师 刘莉

大爱至微 无处不在

因为心有大爱，古往今来，有的人清正廉洁，有的人无私奉献，有的人赤胆忠心……医者的“大爱”具有兼济天下的情怀，也有润物细无声的神奇。

大爱至微，体现在眼神里。在北京儿童医院诸福棠院士纪念室存放着一幅诸福棠院士肖像油画，散发着“神奇的魔力”：不管我们从哪个角度看，他慈爱的眼神都在注视着我们。医院西门内，矗立着诸福棠院士的半身铜像，他慈爱的目光穿越时空投向每一个路过的人。对过眼神，你能感受到先生的教诲和无限温暖。

大爱至微，体现在表情中。时间过了半个世纪，82岁的刘燕依然记得“万婴之母”林巧稚的笑容。那时她刚生完孩子，林大夫还没进病房，笑声先来了：“胖姑娘在哪里？快抱给我看看！”她抱起刘燕的女儿，满心喜悦。林大夫的笑容让刚刚痛失丈夫的

刘燕对生活重燃希望，成为最好的治愈。微笑成为药物无法替代的一剂“心灵良方”。

大爱至微，体现在言语中。孩子哭，大人躁，是儿科门诊的常态。这种氛围下，医患之间也容易“擦枪走火”。张金哲院士倡导“减低20分贝”。他告诉医护人员们，当孩子哭闹、家长急躁时，要安慰孩子：“乖，你听，护士阿姨的声音都听不见了。”大家都放低声音，声音小了，也就吵不起来了。“减低20分贝”，服务的艺术悄然提升了。

大爱至微，体现在行动中。每次查房，吴孟超院士都会把自己的双手搓热，再替患者检查身体，还会顺手将患者床下的鞋子摆好。一天，他接诊了一个两岁的孩子，吴孟超笑眯眯地望着孩子，伸手摸了摸他的肚子。孩子看着慈爱的爷爷笑了，一旁的孩子妈妈却哭了，原来孩子生病一



年多，一看到穿白大褂的人就哭，这是他第一次笑。医者的一言一行，是多年修炼的自然流露，对患者来说却有着特别的意义。

大爱至微，无处不在。高尚医德医术存在于每个诊疗细节中。大道至简，一句温暖的问候，一个轻柔的抚摸，一个鼓励的眼神，对于身处陌生环境又遭受疾病困扰的患者和家人而言，足以让他们内心暖流涌动，有的时候，这甚至会成为改变他们人生方向的决定因素，这些细节永远散发着医学人文的光芒。

作者：北京儿童医院党委书记
张国君
来源：中国医学人文



因为我们是护士

一袭白衣裙 一顶燕尾帽
不仙 不闪
却是我们心中最美的制服
书写着神圣的职责
承载着生命的希望
因为——我们是护士

曾经
我们也是家里的小公主
爸妈的掌上明珠
撒娇 任性 我行我素
今天
我们将这份随心所欲埋藏心底
把责任与担当扛在肩上
把初心和信仰刻进心里
用使命和爱为生命站岗
守护温暖每一位患者
因为——我们是护士

我们平凡
如一芥小草
愿用自己柔弱的臂膀
托起生命的希望
擦澡 翻身 输液 换瓶
生活护理 心理疏导
功能锻炼 健康指导……
曾不尝人间疾苦的我们
化身为无所不能的女汉子
长长的走廊我们不知疲倦地穿梭
走过了黎明黄昏
迈过了春夏秋冬
岁月的蹉跎
成了眼角的霜
曾经光彩照人的少女
已没有了最初的模样
将青春和微笑留给病房
把疲惫和眼泪放在转身
因为——我们是护士

我们也只是普通的女子
面对疫情
我们也会担心 会害怕
然而谁都不曾退却
只因心中揣着一份神圣使命
一种白衣情怀
于是便有了一个个逆行的身影
用生命守护生命
那一句 若一去不回便一去不回
击碎了多少人的心理防线呀
原来岁月静好
也有我们的砥砺前行
我骄傲
因为——我是护士

我们是护士
未必光芒万丈
但始终温暖有光
护理之路有阴晴冷暖
我们愿用一颗坚强明媚的心
与温暖同在
与患者同行
愿我们护理一生
归来仍是少年

作者：湖南省武冈市人民医院
骨外一科护士长 刘丽花