

安宁疗护,让生命有尊严地离去

身为重症医学科的男护士长,我每天都在与生死打交道,然而,作为医护人员,我们深知,并不是所有的抢救都能成功。有些患者,无论我们怎么努力,都无法挽回他们的生命。当生命走到尽头时,我们能做的,只是陪伴他们走过最后的时刻,让他们在生命的最后一刻,感受到温暖和尊严。

去年,老年患者符奶奶因为癌症晚期合并严重的休克而住进了我们病房。她的身体已经极度虚弱,几乎无法说话。癌症的疼痛折磨得她骨瘦如柴,为她翻身时,她总会带着害怕又无奈的眼神朝我们点点头。做护理的过程中,她颤抖的身体和刺激出的眼泪总是让我不忍再继续。都说医护人员看多了生死,就麻木了。其实不然,正是因为常跟苦难作斗争,我们才更能体会患者身心的痛苦。

虽然经过对症治疗,但符奶奶剩下的日子已然在预料之中。符奶奶最想要什么?萦绕在心头的问题让我不安。窗外的雨还在淅沥沥地下,灰蒙蒙的天空让人丝毫感觉不到当下是三月。窗外没有阳光,我们就不能在病房里创造点阳光吗?

安宁疗护!我想到了,能否将符奶奶转入舒缓病房,再布置一下?有家属的陪伴或许更好。病房25床特意都面向阳光,舒缓病房是单人间,在病房走廊的最后端,没有叨扰,春意盎然。安静的时光属于符奶奶和她的家人们。

由于病情的进展,为减少过度治疗给符奶奶带来的痛苦,我们调整了医疗护理措施,以终末关怀为主,尽可能帮助符奶奶和家属实现愿望清单:床边的手机里播放着我们协助家人们精心剪辑的家庭故事,床头安置的音乐



播放器放着舒缓的音乐,房间里栽种的绿植,满屋的鲜花……

阴雨天虽然持续着,但自从转到25床舒缓病房,符奶奶的眼里仿佛又看到了阳光,越发精神的眼睛总爱到处寻找。

“符奶奶到底想要什么呢?”两个月的阴雨天终于在2023年7月的某一天被阳光赶跑了,阳光洒进舒缓病房的飘窗,当我巡视病房时,看见符奶奶的孙女儿坐在床旁,一只手轻轻握着奶奶的手,另一只手抚摸着头发,奶奶舒展着眉,像孩子般静静地熟睡着,房间里只剩下符奶奶均匀的呼吸声和氧气水翻腾的声音。看着阳光布景下这样安详宁静的画面,我突感鼻头微酸。家属觉察到我进来,向我微笑点头并示意要站起来,我打着手势让她坐下,轻声说:“睡得好熟!”

正准备转身离开,“谢谢你们!”我的脚步被突然的声音定格,我和家属不约而同地看向符奶奶,她正慈祥地看着我,我确定刚才的声音不是错觉。四个字,符奶奶说得简短而清晰。第一次,我返回去,刨根问底:“奶奶,您还有什么愿望吗?”符

奶奶用手指了指窗外的天空,摇了摇头,我会心一笑。

一天,经过整个医疗团队的周全准备,我们和家属一道扶着符奶奶坐着轮椅在院内散步,夕阳西斜,人影被拉得长长的。符奶奶面对着天空,一语不发,似乎在回忆着什么。柔柔的阳光亲吻着奶奶的脸颊,她嘴角上扬,精神显得少有的安宁和满足,这是我看护过的最安宁的老人,我的心里也泛出了点点的骄傲。

在她生命的最后几天里,我和她的家人一起守在她的床边。我们为她擦拭身体,喂她喝水,听她讲述过去的故事。虽然她已经无法言语,但我们能够感受到她内心的平静和安详。最终,在我们的陪伴下安静地离开了这个世界。

在那个瞬间,我深刻地感受到了生命的无常和珍贵。我们不能选择何时来到这个世界,也不能选择何时离开。但是,我们可以选择如何度过我们的生命,如何对待身边的人和事。

面对生死,我学会了坦然接受。我知道,每一个生命都有它的终点,而我们所能做的,就是尽我们所能,让生命变得更加美好和有意义。无论是救治患者还是陪伴他们走过生命的最后时刻,我都尽心尽力,让他们感受到人间的温暖和关怀。

同时,我也学会了珍惜眼前的时光。生命太过短暂,我们不能总是沉浸在过去的回忆中或者担忧未来的不确定性。我们应该活在当下,珍惜与家人、朋友和同事相处的每一个时刻。因为,这些时刻,或许就是我们生命中最宝贵的财富。

长沙市第一医院重症医学科
副护士长 陈科文

去北京看中医

我和爱人看过很多中医,但在我的印象中,总感觉中医的效果不明显。而爱人凭着对中医的一些认知,深信中医的博大精深。爱人总说,“中医讲究的是辨证施治,标本兼治,关键是要看对症。”

通过各种途径了解到北京的中国中医科学院广安门医院中医中药技术和专业水平非常高,于是我和爱人慕名而去。

2015年11月,我们来到广安门医院就诊。第一次到这个医院,我们也搞不清状况,号挂不上。向一些朋友咨询,又去了前台,才知道号源非常有限,需要一些挂号技巧。如提前通过电话114、工商银行、医院APP挂号等。那时最主要方式还是现场排队挂号,需提前排队,APP提前3天挂号,还必须保证网快、手快,且刚开通不久。

既然到了医院,我们决定排队。从前一天下午,挂号大厅就排起了长队,好多人都带着马扎,到下午5点,排队的人已经在大厅外接起了长龙,真可谓一票难求。

“这可真是啥时候能熬到第二天啊?”有些常来排队的人说。“别着急,晚上保安会登记排队顺序,登记完你就可以走了,可以第二天再来排着。”看来,医院还是考虑到了排队者的辛苦。

这样,保安给我们登记了,我们在附近找了个旅馆小憩。第二天4点左右,我就来到医院继续排队,最终挂上了王燕大夫的号。

大约下午1点左右,我们看上了医生。第一次见到王燕大夫,很和蔼可亲的一个人,“望闻问切”专业又细致,对我们问到的问题,也总能细致地讲解。整个过程,足足交流了有20多分钟,没有一点焦躁。我想对于中医来说,足够详细地了解患者情况,才能辨证施治,把握好开药方向。结束时,大夫还语重心长地给我们讲:“没什么大问题,调理调理,切记放松心情。”

离开诊室时,才发现王燕大夫桌上的一个饭盒。心想,连吃饭都顾不上,如此敬业、细致耐心的大夫,真的让人敬佩。

我们需要每隔段时间去医院复查一次,大夫根据情况进行调药。王燕大夫也从中给我们提示一些挂号的技巧。后来我们就从APP上抢号,抢到号再赶赴北京,这样节省了我们很多时间。实在有困难的特殊情况,可以找大夫加号,但我们尽量不这么做。

在爱人的坚持下,我们往返北京6次,去广安门医院看医生,调药。最终达到了满意的疗效。

从此,我对中医有了更新的认识。中医是从人的整体上把握,并进行系统地治疗。不过,中医中药调理身体,见效是比较慢的,需要一个过程。另外,看中医一定得去正规医院,找准医生,看准病,用对药。

作者:王胡

将人文关怀融入诊治全流程

一杯冬日养生茶饮,一张放了垫子的座椅,一个免费的充电插头……当人们走进医院,看到这样的服务细节,总会倍感温暖。

近日,国家卫生健康委等四部门发布《医学人文关怀提升行动方案(2024-2027年)》,旨在加强医学人文关怀,改善医患沟通,增进医患互信,构建和谐医患关系。

看病不是修理机器,不能“见病不见人”。医生既要有一个科学脑,又要有一颗慈悲心。眼里看的是病,心里装的是人。面对患者,医务人员要主动沟通病情和治疗方案,回应疑问和关切,不断改善治疗效果,让患者

感受到人文关怀。例如,被誉为“万婴之母”的妇产科专家林巧稚在查房时,总要拉拉产妇的手,或者擦擦汗水、掖掖被角,一启齿、一举手、一投足,无不体现着深切的爱,传递着一种人文的力量。

提升医学人文关怀,需要创新服务理念、优化服务方式,营造人文关怀就医环境。患者始终渴望得到悉心的照护和关怀。因此,医疗卫生机构要将人文关怀融入患者诊治全流程,急患者所急、想患者所想,努力为患者营造安全、便利、温馨、舒适的就医环境,配备方便患者的各种设施和设备,为老人、孕产妇、儿童及残疾人等特殊人群提供就医便利。

充分运用互联网、人工智能等技术,为患者提供快捷便利的就医体验,特别注重为老幼残孕等重点人群做好服务。要通过科学管理分诊、优化安排出诊时间等,保证医患有较充分的沟通交流时间。医务人员在诊疗过程中要耐心倾听患者陈述,建立良好的沟通渠道,拉近与患者的心理距离。同时,要丰富医务社工服务内容,协助开展医患沟通,提供诊疗、生活、法务、援助等支持服务。鼓励医务人员、医学生及社会爱心人士等,通过系统专业的培训后为患者提供志愿服务,充分发挥医务社工和志愿者在医患关系中的桥梁和纽带作用。

作者:白剑峰
来源:人民日报·健康