

产房里的“生命守门人”

——记湘潭市中心医院产科护士长王小婵

本报记者 王璐 通讯员 彭秋香 陈沁沁

在生命的起点，有这样一位守护者：她沉着冷静，判断果断，护佑无数母婴平安；她柔心似水，以爱暖人，在病房中播撒关怀；她团结团队，敢于创新，让护理服务做得更好更优。

她就是湘潭市中心医院产科护士长——王小婵，20余年来，她始终坚守在产科一线，是产房里真正的“生命守门人”。

生死之间 她是最懂“胎心信号”的人

“时间不等人，在产科，一秒种的犹豫可能就是两个生命的代价。”王小婵语气坚定。

她所参与管理的湘潭市中心医院产科几乎常年处于加床状态，日平均60多位产妇同时住院。她们中，不乏高龄、双胞胎、疤痕子宫等高危患者，更有许多外地、外省的慕名而来者。“我们医院的生殖与遗传中心试管成功率很高，很多外地病人做完试管，就选择留下来保胎、生产。”

面对这些孕产妇，王小婵常常要在关键时刻做出生死判断。

李女士（化名）是一名妊高症产妇，待产期间突发阴道流血。王小婵立即为其进行胎心监测，发现胎心骤降，经验告诉她：极有可能是胎盘早剥。决定生死的一刹那，她立即为患者开通绿色通道，推上手术台，迅速完成术前准备，医护

团队高效协作，从发现病情到成功取出胎儿，仅用时7分钟。术中发现患者腹腔已有数千毫升积血，所幸手术及时，母子平安。

还有一位足月的双胎疤痕子宫产妇，在王小婵密切监测下及时安排剖宫产，也将潜在风险化解于无形。王小婵常说：“护士不只是医生的助手，尤其在产科，护士要有独立决策的能力，因为危险往往在瞬间降临。”

她的判断和果敢，在无数个生死关头筑起一道坚实的屏障。

用细节抚平情绪 她是孕产妇身边的“安定力量”

在高风险、高压力的产科病房，医护人员和患者之间并非总是一帆风顺。

50多岁的张女士（化名），因失独后赴湘潭做试管婴儿，多次住院保胎。她性格偏执、脾气暴躁，年轻护士一度视她为“难题”。王小婵却从未抱怨：“她经历了常人难以想象的苦难，才怀上这个孩子，她的谨慎我完全理解。”

她主动每天去张女士病房，告诉她：“不能在病房烧开水，是为了大家的安全；您要喝水，我们来送。”她关心张女士的饮食、情绪、家属情况，用耐心一点点打开心结。

生产那天，张女士顺利诞下一个男婴。一年后，她抱着孩子从湖北老家赶来送喜糖，满眼感激。“在她最难的时候，我们成了她的依靠。”王小婵微笑着说。

类似的感人故事在王小婵身上数不胜数。对她来说，每一位产妇，都是值得被尊重和用心照顾的生命承载者。她深知，孕产妇的不理性往往源于对未知的恐惧，她也曾痛惜有些孕妇因健康知识的缺乏而造成一些无法挽回的后果。她说：“这让我更明白，科普与沟通，是产科护理极其重要的一环。”因此她带领团队制作“胎动监测”视频，普及妊娠知识，提高孕妇安全意识。

她带出的队伍 有光、有暖，也有锋芒

从2020年担任护士长起，王小婵一直致力于打造一个温暖而专

业的护理团队。

她了解每位护士的长处与短板：有的沟通能力强、宣教有经验，但操作略欠扎实，她就安排其在病房沟通中发挥优势，并在绩效中给予肯定，引导其增强专业自信。

“我们的护士大多是二胎妈妈，既要顾家又要上夜班，真的不容易。”为此，她实行弹性管理，推行科室值班护士“睡眠日”，节假日组织亲子团建，还常常为大家准备节日小礼物。“护士也需要被呵护，感受到被看见的温暖。”

但在关键时刻，她毫不含糊：每一项操作都要标准，每一次演练都要扎实。正因如此，她所带领的团队连续斩获“莲城护理擂台赛”特等奖、“新生儿复苏技能竞赛”一等奖，护理质量广受认可。

她更注重学习与创新的融合。每月带队参加护理平台课程、学术会议，不断引入新理念；在镇痛分娩、适度会阴保护、孕妇体重管理等方面，探索出适合湘潭本地孕产妇的新路径，增强女性生产信心，让“生娃不痛、不难”成为现实。

“产科和别的科室不一样，她迎接的是新生命，我们做的是希望的工作。”王小婵希望，新一代护士能坚守初心，持续学习。“医学更新快，不能学一遍吃一辈子。你只有不断学习，遇事才不会慌，才能始终牢牢把握母婴安全的底线。”

健康科普直击大学生“痛点”

近日，由九三学社湖南省委员会指导，湖南工业职业技术学院联合湖南省中信湘雅公益基金会举办的“健康科普行”活动在该校图书馆举行。200余名师生参与。活动中，专家直击大学生入睡困难、焦虑障碍等健康痛点，通过讲座、实操等形式，将科学健康理念与实用技能送进校园。该活动助力青年学子关注健康，为技能人才发展注入动力。

通讯员 高洁 洪雷 董雷
摄影报道



科学减重 健康无忧

湘西自治州人民医院体重管理联合门诊正式开诊

本报讯（通讯员 廖露霞）肥胖不仅影响外观，更是多种慢性疾病的高危因素，面对肥胖人群的日益增加，如何有效管理体重成为当前的重要健康课题。为此，湘西自治州人民医院积极响应国家卫生健康委等部门联合推进的“体重管理年（2024—2026）”专项行动，于近日正式启动体重管理联合门诊。

体重管理联合门诊于每周四上午开放。4月30日上午10点，副院长贾浩、门诊办主任蒋勇及相关科室负责人共同为“体重管理联合门诊”揭牌。该门诊由内

分泌科、营养科、中医科等多个学科的专家组成，通过多学科系统协作，整合临床营养干预、内分泌代谢疾病诊疗经验以及中药调理等专业手段，全面评估患者的身体状况，分析体重异常的原因，并为患者制定个性化、精准化的体重管理方案。该方案包括营养干预、运动处方、中西医结合治疗等内容，致力于为患者实现安全、科学、可持续的体重管理目标。

开诊首日，体重管理门诊吸引了大量前来咨询的患者。一位前来就诊的市民表示：“以前减

肥总是自己尝试，要么节食失败，要么体重反弹严重。现在，医生为我量身定制了科学的饮食和运动计划，还教我如何控制情绪性进食，信心比以前更足了。”

体重管理不仅是减重，更是减少慢性病风险、提高生活质量的重要手段。体重管理联合门诊的设立是该院提升慢病管理水平、优化服务模式的重要举措。未来，医院将通过随访管理、线上指导、健康课堂等多元化形式，构建体重管理的长效机制，帮助更多患者实现健康生活目标。

莫名胸痛半小时 35岁男子心右冠堵“死”

本报讯（通讯员 雷雨）不久前，35岁的长沙市民周先生工作时突发剧烈胸痛，原以为休息后能缓解，不料疼痛持续加剧并伴随大汗淋漓。半小时后，周先生被紧急送往长沙市第三医院。

急诊心电图显示，周先生为急性下壁ST段抬高型心肌梗死。医院立即启动胸痛中心绿色通道，心血管内科三病室副主任沈俐带领团队将其送入介入治疗室。冠状动脉造影结果令人震惊：周先生右冠远端段闭塞达100%！手术过程中，周先生一度血压骤降，命悬一线。经介入团队全力抢救并成功置入支架，他才转危为安，胸痛症状随即缓解。

正值壮年、平素很少生病的周先生缘何突发心梗？经问诊发现，从事餐饮行业的他长期熬夜、饮食不规律，且有吸烟、饮酒习惯，这些不良生活方式正是致病“元凶”。

“急性心肌梗死是心脏供血血管急性闭塞导致心肌坏死的危重症。”心血管内科三病室副主任（主持工作）秦辉介绍，尽管该病多见于中老年人，但长期熬夜、吸烟饮酒等危险因素会显著提前发病年龄。急性下壁心梗易引发心律失常甚至心脏骤停，黄金救治时间窗仅30分钟，急诊冠脉介入治疗能快速开通血管、缩小梗死面积，极大改善患者预后。

秦辉提醒，市民务必警惕突发胸痛，若出现胸骨后或心前区剧烈疼痛、放射至肩背手臂等症状，持续超过数分钟且伴随烦躁、出汗等，需立即就医。