

编者按：他们，没有惊天动地的语言，却有润物无声的力量；他们，不总站在聚光灯下，却始终守护在生命的前线。每一份细致的护理，每一次坚定的陪伴，都是他们对职业最庄严的答卷。在这个属于护士的节日里，让我们走近他们、读懂他们、致敬他们。因为他们的存在，医疗更有温度，生命更有底气。

# 守护健康，镌刻初心

——外科病房的十二时辰

每年的5月12日，是属于护士的节日，也是我们回望初心、坚定使命的时刻。

一天似短，只有十二时辰；但也很长，是每一分每一秒的坚守。在外科病房，我们穿梭在病痛与希望之间，用微笑与专业守护患者健康，诠释“白衣天使”的职责与使命。

## 卯时：清晨的希望

天刚破晓，病房尚静，我们已整装待发。晨光中的问候、细致的护理，是给予患者新希望的开始。“护士姐姐，我今天可以出院吗？”“当然可以！”患者的笑容，是我们最真切的成就感。

## 辰时：交接的严谨

早交班如同接力棒的传递，我们认真聆听、细致记录，确保每一项护理细节不被遗漏。患者的病情、护理需求和心理状态，都是我们需要关注的重点。

## 巳时：忙碌的黄金时段

病房迎来一天中最繁忙的时刻，测体温、输液、换药……每一项操作都紧凑有序。患者牙痛，我们第一时间处理；患者不安，我们耐心安抚。即使辛苦，心中却是踏实的。

## 午时：坚守的午餐

午间，我们或许只匆匆吃上几口饭，却无怨无悔地坚守在岗位上。患者一句“护士姐姐，我今天可以吃点什么”，我们认真答复，关心他们的饮食、情绪与康复情况。

## 未时：静谧的守候

病房渐趋安静，我们趁隙整理记录，补充护理文书。偶尔有患者轻声说：“我今天好多了。”这一句，足以让我们充满欣慰。

## 申时：整理与准备

午后整理器械、打扫病房、补充物资，我们默默做好每一个细节，只为患者有个干净、安全、安心的治疗环境。

## 酉时：昼夜的交替

随着交班开始，我们将白日的点滴工作交接给夜班同事。“这位患者的口腔手术后需要注意伤口护理，防止感染。”每一条叮嘱，都是责任的传递。

## 戌时至亥时：夜晚的守护

病房宁静，我们却毫不松懈。查看病情、处理突发、

给予心理支持，“护士姐姐，我有点害怕。”“别怕，我们在。”夜越深，心越沉稳。

## 子时至寅时：新旧的交接

夜与清晨交汇，星辰与阳光轮替。我们交班、总结，一天虽尽，但守护不止。患者轻声道谢，我们微笑回应：“这是我们的职责。”

外科病房的一天，是我们用专业与温度守护生命的缩影。从清晨到夜深，从第一缕晨曦到最后一盏灯火，我们始终在岗，不负所托。

5·12 护士节，属于我们每一位护士的节日。愿每一位同行都能在这个特殊的日子里，感受到被理解、被尊重的温暖，也愿我们继续在平凡中书写不凡，在护理的道路上，坚定前行。

长沙市口腔医院  
外科病房 文仪

## 用爱与担当 托举生命的希望

我是姚妮，一名在产科扎根多年的护士。产科，承载着新生命与母爱的奇迹，也是压力与挑战并存的地方。作为科室的技术骨干，我早已把守护母婴安全视为自己最神圣的使命。

记得多年前的一个早晨，我正在为产妇进行胎心监护，突然仪器上的胎心频率出现异常，且胎心减速明显，同时，我还注意到产妇宫颈口有血管搏动。凭借多年经验，我立即意识到这可能是脐带脱垂，这种情况危及胎儿生命，必须迅速结束分娩。没有时间思考，我毫不犹豫地跪在床边，用双手稳稳托住脱垂的脐带，尽力防止其受到压迫。随着时间的推移，手臂的酸痛感不断增加，但我没有松懈，心中只有一个念头：“一定要坚持，不能让宝宝出事！”经过紧急处理，产妇被迅速送入手术室，最终通过剖宫产顺利分娩，母婴平安。

在产科，类似的紧急情况时有发生，而我始终将患者的生命安全放在首位。有一次，产房的玻璃门突然掉落，几乎瞬间玻璃砸向我的头部，剧烈的疼痛袭来，但我毫不犹豫地转身，用自己的背挡住了砸下来的玻璃。尽管玻璃的冲击力让我感到剧痛，但我心中明确，不能让危险伤害到孕妇和胎儿。幸运的是，在我的保护下，产妇和胎儿都安然无恙。

这些年来，我获得了“星级护士”“优秀护士”等荣誉。每一项荣誉，背后都是无数日夜的坚守。作为护士，我深知肩上的责任。无论生死瞬间的紧急抢救，还是日复一日的细致守护，我始终用爱与担当，托举每一个新生命的希望。

长沙市第一医院产科 姚妮

## 无声的守护： 一位护士长的暖护手记

晨光初绽，走廊上传来电子叫号声，诊室里，护士们穿梭忙碌。我站在一旁望着这一切，思绪回到那些曾让我动容的片刻。

那是去年冬天，7岁的乐乐因牙周脓肿就诊。面对治疗椅的升降声，他惊恐大哭，死死抓住母亲。我蹲下，用温热的听诊器贴住他的掌心：“这个小喇叭能听见你的心跳哦。”一边播放动画片，一边轻声安抚。治疗顺利完成后，孩子在我防护服上画下一个歪歪扭扭的爱心。我明白，护理的温度，藏在这些柔软又坚定的守护里。

还有82岁的张奶奶，拄着拐棍前来修复义齿。我们用温热的印模材料，小乐轻哼《茉莉花》，她笑着回应：“这歌我年轻时唱得最拿手。”五次调改后，义齿终于吻合如初。冬至那天，她送来亲手织的毛线护腕：“现在连炒黄豆都能咬得咯吱响啦！”那份喜悦，是岁月里最动人的回响。

我们也曾照护白血病患者小林，化疗后反复口腔溃疡让她几近绝望。护士们以“无声陪伴”为她清理口腔、播放轻音乐、倾听心声。康复后，她成为我们的“爱心志愿者”，说：“你们让我觉得，疼痛里也能开出花来。”

护理从不只是操作与流程，更是将温柔注入技术，在无声中安慰、陪伴、鼓舞。这份工作，是春风细雨，也是漫长黑夜中的一束暖光。

长沙市口腔医院  
牙周黏膜科 章作号

## 27 分钟的生日礼

在重症病房，时间总是缓慢而沉重，患者大多沉默，仿佛被命运按下了静音键。直到那顶用金箔纸折成的皇冠出现——周阿姨的眼睛重新亮了起来。

5个月前，周阿姨因病情危重住进感染与免疫科重症病房。她总是蜷缩在病床一角，腕部密密麻麻的针孔和皮疹无声讲述着她的过往。她独居，无人探视，仿佛与这个世界只剩一线联系。

一天晨间护理时，我无意间注意到她床头那张泛黄的照片——年轻的她穿着旗袍，头戴金色小皇冠，在舞厅灯光下翩然起舞。“这是您吗？真

美。”她抓了下我的手，又迅速松开：“生日舞会……最后一次。”那一刻，周阿姨眼里的光，让我无法忽视。

护理查房时，我们悄悄拼凑起她的故事：病历里标注着临近的生日，交班本上写着“藏草莓味香片纸”，心理记录里提到“反复抚摸旧照片”。于是，一场小小的计划开始了。

一位责护老师亲手做了草莓蛋糕，我用金箔纸折出周阿姨记忆中的皇冠。

周阿姨生日这天的清晨，阳光透过窗帘洒在病床上，我为周阿姨戴上皇冠，用无菌棉签蘸奶油轻点唇边。她流下泪

水，颤抖着摸向那顶皇冠。“好看吗？”她轻声问，像个第一次照镜子的小姑娘。

我们唱起生日歌，她跟着节奏拍手，床头心电监护的曲线，第一次有了温柔的波动。

这场特别的护理持续了27分钟。后来，那顶皇冠一直放在她枕边，直到一个月后她安然离世。

护士交班栏中仍记录着周阿姨的“幸福清单”：周三草莓日、每天15分钟梳头时间、床头的小镜子……这份温柔，我们会一直记得。

长沙市第一医院  
感染与免疫科 曹丽 廖碧琴