



湖南省妇幼保健院
莫佳琪

是白衣天使,也是妈妈

5月12日,湖南省妇幼保健院产房里,助产士莫佳琪抱着刚出生的小婴儿,熟练地给孩子穿衣服。粉嫩嫩的娃娃在她手里特别乖,小拳头握在胸前,时不时蠕动一下小身体。

“小心线勒住他的脚趾头。”莫佳琪把小袜子翻过来,轻柔地穿在宝宝脚上。

一个产房的工作完成,她又开始走入另外一个产房,帮助一名准妈妈借助导乐球做分娩前准备。

“我的工作,就是迎接新生命的诞生。”莫佳琪见证了4000多名宝贝的出生,业务能力突出,经常外出讲解经验模式,多次获得护士节表彰。

被新生命到来的幸福感染,莫佳琪特别喜欢这样的感觉。“今天是母亲节,我很开心拥有自己的“小天使”。陪伴女儿成长,让她体会到这份幸福的意义。”

当护士节遇上母亲节,面对繁冗的工作与期盼她回家的孩子,莫佳琪坦言,护士是一份需要付出的行业,对工作她全力以赴;所有休息时间都是陪着家人,不缺席孩子的点滴成长。

“很荣幸我是助产士,很幸福我是一名母亲。”工作和生活,不同的身份有不同的责任,莫佳琪笑称,不一定非得牺牲哪一方来成就哪一方,彼此成就与成长,是她的坚持。



湖南省儿童医院
刘小妹

当不内耗的快乐“宝宝”

25年前早产,出生时体重仅740克,经过84天生死救治存活,长沙“巴掌宝宝”刘小妹是当时记录的全国出生体重最低又救治成功的孩子。如今她成为了一名儿科护士,守护着保温箱中的早产儿。

5月11日下午,刘小妹在“巴掌宝宝”们之间穿梭忙碌,没有孩子哭闹,只有仪器滴答声,她说这是世界上最美妙的声音。“孩子们没有哭闹,就是睡得好,长得也快。”刘小妹在这里已经工作快4年了,看着这些宝宝,就仿佛看到当年那个被呵护的自己。

对生命的珍视,对医护行业的感恩向往,护士这份工作,对刘小妹来说意义极其特别。

看着病重的孩子被送进病房,救治时见证小生命的顽强,这些触动人心的瞬间,刘小妹会忍不住心疼。她总是努力调整自己,化心疼为指尖的温柔,陪着每个孩子对抗病魔。

“上班的时候全身心投入,下班后不将工作中的负面情绪带到生活中。”刘小妹笑着说,自己拒绝内耗,休息时间找到自己喜欢做的事情,让身心完全放松,当一个快乐的“宝宝”。

最近,在学习跳舞,下班后就会去训练,挥洒汗水的同时,让自己身体、心理感受运动的快乐。她坦言,要做健康的自己,有力量的自己,去陪伴更多小生命康复痊愈。



扫码看视频

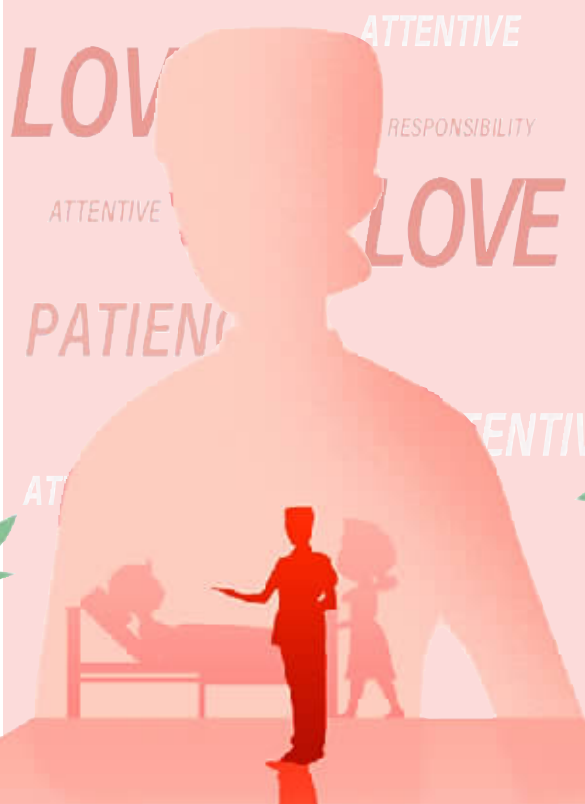
爱心、耐心、细心和责任心,是南丁格尔精神的内涵。在庞大的护理队伍中,涌现出一大批兢兢业业完成工作、多姿多彩经营生活的年轻“天使”。

在岗位上,是闪闪发光的白衣天使。在生活中,是自信快乐的自己。

5月12日,国际护士节,让我们了解这群“不一样的天使”,有着怎样的“双面”生活。

■文/三湘都市报全媒体记者 李琪
通讯员 余杨 李雅雯 石荣 杨正强 视频/ 顾荣 何佳洁

“双面天使” 国际护士节走近“白衣天使” 听她们讲述工作和生活



5月12日,湖南中医药大学护理学院举办“5·12国际护士节”传火仪式,通过传递“火种”,传承和寄托护理“星火”。

湖南日报全媒体记者 徐行 摄



湖南省胸科医院
彭珍

工作之余她是“瑜伽教练”

厚厚一叠学习证书、教练证书,热身之后就地完成高难度瑜伽动作,彭珍换下淡蓝色的护士服,妥妥地是一名“瑜伽高手”。

配药、输液、测体温……31岁的彭珍是湖南省胸科医院骨科的一名护士。作为医院的优秀护士,她用爱心关怀每位患者,耐心解答疑问,细致做好每一项护理工作。

“学习瑜伽已经8年了。在瑜伽垫上,我可以尽情舒展身体,感受着每一次呼吸与动作的契合。”彭珍表示,工作之余,瑜伽是她的精神寄托,教会她保持平衡和专注,无论是面对工作的压力还是生活的挑战,都能以更加从容的态度应对,让她能够在高强度的护理工作后,找回自己的力量与活力。

彭珍也是同事们的“瑜伽教练”,每周两次在医院职工活动中心教课。“在护理岗位上兢兢业业,在瑜伽垫上展现着自己的另一面。”彭珍坦言,她是“不一样的天使”,有专业素养,也有精彩丰富的生活。



湖南省第二人民医院
何宜霖

“女汉子”爱健身也爱自驾游

身高172厘米,体重仅47公斤,这样的身材,或许是很多人羡慕的“模特身材”。但对于湖南省第二人民医院ICU护士何宜霖来说,瘦弱的身板让她非常苦恼,搬动患者、擦身这些日常护理工作,都需要强健有力的体魄。

“以前在急诊上班,工作量也是很大的,太瘦的我很吃力。”为了有更好的身体工作,何宜霖决定健身,增强体质。吃增肌的食物,少吃甜食,请私教教课,坚持了3年多。

如今,何宜霖体重已经达到59公斤,手脚依旧纤细,但力气大了不少。“现在抵抗力很好,也爱上了健身,状态超棒。”在何宜霖的健身视频中,一头短发的她英姿飒爽,练习搏击时挥拳干净利落。

“在急诊干了5年多,很多朋友都因为联系少了,关系淡了。”何宜霖坦言,护理行业需要奉献精神,对待病人也要有很强责任心。健身3年,她感觉这项爱好已经成了自己释放压力的最佳选择,为工作增加了不少能量,为生活也带来改变。

“有时候,我也会自驾去长沙周边,到山林里看日出日落,感受大自然的美丽。”自信、勤奋、赤诚,不被定义,在最好的年纪,越来越多白衣天使成为岗位上闪闪发光的自己。