

一根细长的胃管,对很多危重患者或吞咽困难的老人来说,是维系生命的通道,却也可能是痛苦的来源。当医护人员每日熟练地进行置管操作时,他们是否真正懂得那根管子给患者带来的感受?近日,青岛颐德康复医院安宁缓和医疗病区,举办了一场特别的体验活动,院长孙渊主动要求“当一回病人”,亲身完整体验了一次插胃管的全过程。



插胃管的滋味怎么样?护理如何做得更贴心?

康复医院院长当“患者”体验全过程

记者 尚美玉

1 以身试“管”: “看到底有多难受”

在安宁疗护病房工作,孙渊和她的团队经常面临一个充满伦理挑战与情感纠结的抉择:对于生命末期的老人,当自主进食变得极其困难或不可能时,要不要为他置入胃管,进行鼻饲?

在一次内部讨论中,孙渊向提出一个想法:“给患者插胃管,光靠想象和倾听还不够,有机会,我来亲自体验一下这个胃管,看看到底是什么感觉。”孙渊告诉记者,她想通过最直接的方式,为自己内心的疑问寻解,为躺在“病床上的人”发声,为推进安宁疗护情境下的共同决策而努力。

到了体验前一晚,孙渊坦言自己失眠了。“脑子里翻来覆去:明天早上要不要吃饭?到底会有多疼?万一忍不住怎么办?……”这些患者和家属最常问的问题,此刻成了她自己真实的焦虑。

体验活动在医院一间安静的病房里进行。当胃管进入鼻腔的瞬间,孙渊的身体本能地一紧。“一种强烈的烧灼感和异物感同时袭来,根本控制不住。”她回忆道。几乎是不由自主地,她的手推开了正在操作护士的手腕,那是身体最真实的抗拒。

“当时心里有个声音很强烈,‘停下!快停下!’”孙渊说。但与此同时,另一个声音更加清

2 换位思考:“停下!”与“记住!”

晰:“记住这种感觉,记住患者每天的煎熬。”

胃管在专业操作下继续缓缓向咽喉深处推进,每前进一厘米都伴随着强烈的异物感和引发恶心呕吐的刺激。孙渊以为,管子插到胃里固定好,最难受的时刻就过去了。然而她错了。

“管子在那儿,你喉咙里就像一直卡着个东西,会不由自主地不停做吞咽动作。每咽一

次,喉咙的黏膜就和管道摩擦一次,那种清晰的摩擦痛感,是持续不断的。”她的泪水越发止不住,“不仅因为难受,更因为想到了那么多患者每天都在经历这种痛苦,有的甚至无法表达。”

病房内一片寂静,围观的医护人员,有人悄悄捂住脸,有人红了眼眶。这个他们平日重复过无数遍的常规操作,换了个视角,竟显得如此“艰难”。

3 大爱共鸣:“行动,比口号更有力量”

几分钟后,胃管被轻柔拔出。孙渊坐起身,但一种从喉咙到胸口深处的隐隐作痛,却持续了相当长一段时间。

“我们自己尝过了疼,才更要把这份疼记在心里,把温柔融进每一次护理里。”孙渊说,这次特殊的体验,也推动病区对管道护理流程做了全面优化。针对胃管及其他各类管道管理,病区明确了三项重点:决策时,主动跟患者和家属讲清置管的目的,

推动共同决策。遵照医学伦理原则,尽最大可能为患者减轻痛苦。在置管前和置管过程中,主动与患者沟通,缓解患者紧张焦虑的情绪,在操作上把鼻腔、咽喉润滑到位,尽量减少不适;日常护理时,把管道固定牢固,避免牵拉摩擦,定期检查黏膜情况,及时调整护理方法。

孙渊以身试“管”的举动被分享到网上后,很快引发了网友的共鸣。有网友说:“第一次

看到有人亲身讲述插管的真实感受,既这份用心,又心疼孙院长,更心疼那些不得不插管的患者。”

“这不只是简单的操作体验,更是一堂关于生命、尊严与共情的课。”孙渊表示,希望提醒大家,关注患者的感受,倾听患者的想法,尊重患者作为生命个体的自主权,关注患者与家属双方的需求,守护每个生命的尊严谢幕。

明年家庭养老床位将超10万张

山东出台措施推动居家社区养老服务高质量发展

年底前,全省家庭养老床位发展到10万张以上。

《措施》分为四部分,包括19条工作措施。在健全设施网络方面,《措施》提出,健全乡镇(街道)服务设施,2029年年底前,力争建有600平方米以上,具备专业照护、居家上

门、配餐送餐等功能的区域养老服务设施;健全村(社区)服务设施,2029年年底前,力争建有1处建筑面积不低于300平方米的社区养老服务设施;探索建立农村养老服务资源统筹制度,2029年年底前,有条件的乡村振兴片区实现农

村养老服务设施全覆盖。

在优化服务供给方面,《措施》提出,优化照护服务,2029年年底前,全省培育600家社区嵌入式、分布式、小型化养老服务机构,认知障碍老年人友好社区达到150个。

(董方舟)

老年人生物钟紊乱或增加痴呆症风险

美国一项新研究显示,老年人的人体昼夜节律(又称生物钟)较弱或不规律,可能会增加罹患痴呆症的风险。

昼夜节律是生物体内在的24小时活动规律,调控体温、睡眠、心率、代谢、激素分泌等生理过程,使身体活动与自然环境(主要是光线明暗变化)同步。昼夜节律紊乱会导致多种健康问题,并可能是痴呆症等神经退行性疾病的风险因素。

研究显示,综合考虑年龄、血压、心脏病等因素后,低振幅组患痴呆症的风险达到高振幅组的2.5倍。研究人员认为,昼夜节律紊乱可能扰乱睡眠、增加炎症、加剧脑部淀粉样蛋白堆积,进而增加痴呆症风险。

王艳红

本报讯 为进一步推动居家社区养老服务高质量发展,更好满足老年人多层次、多样化、高品质居家社区养老服务需求,山东近日发布《关于推动居家社区养老服务高质量发展的若干措施》(以下简称《措施》)。《措施》提出,2027年