

# 工作岗位上忙碌人 病患心理守护者

## 记者走进市精神卫生中心心身医学科 体验护士的一天



“一扇门、一串钥匙、一颗真心、一个优秀团队……”回想起跟随刘美红护士长在青岛市精神卫生中心心身医学科的体验过程,这些“一”给记者留下了非常深刻的印象,在一定程度上也代表着心身医学科有别于其他科室的显著“标签”。一个成立仅两年多的年轻科室,每天都是以满床状态高速运转,且为医院平均住院时间最短的精神科病房,这意味着众多备受心身疾病煎熬的患者由此走出,和过去挥别,重新与当下相拥。作为科室医疗服务链条中的重要一环,刘美红带领护理团队通过24小时全天候认真严谨的“力行”,用心用情呵护患者重新出发。

### 进入封闭大门看见最忙碌的病区

在影视剧和小说中,精神科病房是自带神秘感的病房。早上8时,护士长刘美红打开心身医学科病房的第一道门,带领记者开启了一天的体验。在记者转身的工夫,她习惯性地掏出兜里一串钥匙,迅速锁定一把钥匙,麻利地一手拉着门把手,一手快速转动锁孔锁上第一扇门。“开门关门,是我们工作的一部分。”说着,她又顺势找到第二把钥匙,谈话间已打开第二扇门。记者正式进入病房,扑面而来的是忙碌的氛围。在普通病房,走廊上往往只有医护人员或家属的身影,患者一般躺在床上等待治疗。在心身医学科病房,清晨的走廊上有忙碌的医护人员,也有步履匆匆、前往病区活动中心接受康复治疗的患者。

晨间护理、调整病床、联系后勤修灯、领取物品、协助重病号做治疗……刘美红的时间被安排得满满当当,她还要见缝插针接手新任务。

看到病房等待打针的患者多,刘美红赶紧上前支援。“我想让另外一位护士给我打针。”“为什么,我的水平也很高超的,她还在忙。”“因为她在打针前总是抱抱我。”“哎呀,来来,快让我抱抱你宝贝。”这是发生在病房的暖心一幕,一位年轻的女患者求抱抱,刘美红护士长立即给予正向回应。这些举动顿时让周围的患者被温暖包围着。

“护士长,有个患者血管不好找。”“好,我去看看。”走路飞快的刘美红立即前往患者床旁,一边聊着家常,一边顺利找到血管,只一针成功完成穿刺。听家属抱怨患者一辈子都没迟到过,过于追求完美才落下了精神疾病。“大叔的优点是认真,缺点是太认真。”刘美红一句话让患者和家属都笑了起来,顿时气氛活跃起来……

### “我们是医生的眼睛”

在心身医学科,护理工作看似常规,实则有许多容不得半点含糊的案头工作。患者在入院时,责任护士需要认真检查其是否携带危险物品,入院后还需每周进行一次大检查。茶叶、可乐等刺激饮料,粽子、鸡蛋等易噎食的食物,以及剃须刀、长保鲜袋、罐头等存在潜在危险因素的生活用品,均被列入禁止携带物品清单。有的患者觉得要求太苛刻,不能理解,但责任护士会一遍遍宣教,无论如何也要杜绝他们入院期间可能会发生的安全隐患。

发放药物也是一天中重要的护理工作,刘美红已带领团队养成了“三查十对”的习惯,通过反复核对确保药物发放零差错。在发药环节,护士会结合姓名、床号、年龄等确认患者,对于依从性差的患者,会采取多站一会、聊聊天、提醒患者喝水等方式,确保其服药到位,从而保障治疗方案落到实处。

“刚刚建科的时候,我们只有11名护士,白班常态只有5名护士,后来随着患者的增多,护理队伍不断壮大。”刘美红数了数护士一天的工作,从入院、晨间夜间护理、擦拭消毒、校对药品等就有大大小小十



刘美红护士长为患者进行治疗。



刘美红护士长和患者一起做手工增进感情。

余项工作。到了中午11时许,科室采取错峰吃饭的方式,两名护士先行吃饭,其余护士仍坚持在岗。

刘美红介绍,由于心身医学科病房为开放式病区,患者有家属陪护,我们夜间的值班护士会每隔半小时巡视一次,听到任何动静都要第一时间冲上去,发现任何问题及时与医生沟通。刘美红笑着说:“我们是医生的眼睛。”

### 成就感:“阿姨,我要跟你回家”

一位患者出现了较大的情绪波动,见到前来探视的父亲号啕大哭。对于治疗,她的眼神里有胆怯、有期待、也有不安。科主任孙波耐心安抚患者的情绪,刘美红也通过拍拍肩膀等肢体语言给她力量。

“因为我们明白,患者表现出的行为其实是受疾病所支配,所以我们能够发自内心地理解患者。”刘美红回忆起初到精神科病房工作的一次经历,“当时科室住进了一位有严重被害妄想的精神分裂症患者,我看他饭吃得少,好心提醒他再多吃点,结果遭到了他的突然攻击,但我非常理解他,这是在疾病支配下产生的应激反应。”经过治疗后,这位患者意识到了自己的过失,还主动找到刘美红道歉。

从事护理工作24年,刘美红从中收获最多的是成就感。心身医学科病房里,常常会有小患者的身影。刘美红十分乐于和小患者沟通,心身医学科病房也因此成为了孩子们的“排忧解难铺”。“我是从关

爱孩子的角度出发,了解他们病情波动的诱因,其中大部分的问题来自于家庭,往往是家庭教育出现了问题。”站在家长的角度疏导孩子的心结,又从孩子的角度规劝家长作出改变,自带“社牛”光环的刘美红常常润物细无声般化解着亲子矛盾,让小患者不禁感叹:“阿姨,我要跟你回家。”

在科室同事们眼中,刘美红不仅工作出类拔萃,在孩子的家庭教育方面也十分出色,是大家学习和向往成为的榜样。

### 成为护士们冲锋的“靠山”

读书分享、玩棋牌游戏、唱歌跳绳健身操……下午,特色康复治疗如期而至。承着“以病人为中心”的服务理念,心身医学科已打造出了个性化的特色康复服务,促进患者的各项社会功能得到恢复。同时,刘美红还会组织患者座谈交流,欢迎患者及家属提意见,从而丰富护理服务形式、提高科室护理团队的服务质量。

由于工作的特殊性,为尽可能避免、减少医患间的矛盾,刘美红“带兵”向来以严格著称。“在日常工作中,我发现护理中存在的细节问题会及时点出来,从某种程度上讲,这也是在保护我们的护士,避免他们在护理过程中出现类似的问题,引发不必要的矛盾,同时,反复强调认真、严谨的工作态度要贯穿于工作的始终。”

每当遇到不好沟通的患者或家属,护士们都会第一时间想到找护士长帮忙。“身为护士长,我认为要有担当,出现棘手的问题必须第一时间站出来解决,平等、公正地解决问题、化解矛盾。”刘美红感慨地说,科室的运行离不开团队的力量,护士长就是护士们冲锋的“靠山”。在医护团队的齐心协力下,如今的心身医学科为众多患者解除心灵“枷锁”,陪伴广大心身障碍患者迎来“新生”。

观海新闻/青岛晚报 记者 于波

### 科室档案

青岛市精神卫生中心心身医学科成立于2021年4月。科室成立以来,秉承“生物—心理—社会”的医学理念,牢牢树立“以病人为中心”的服务理念,对于心理、生理共病患者提供诊疗服务。住院患者主要是躯体化障碍、强迫症、进食障碍、抑郁焦虑症等方面的疾病。

科室十分注重心理干预和人文关怀。医生和护士会根据患者不同的疾病特性,制定以心理+物理+药物的个性化治疗方案,既可以帮助患者分析躯体症状背后的精神心理问题,又可以帮助患者解决因精神心理因素导致的各种躯体不适症状,物理治疗如:重复经颅磁治疗、生物反馈治疗、无抽搐电休克治疗等,致力于全面改善患者心身疾病。

为了促进住院患者各项社会功能的恢复,早日回归社会,科室全体医护人员成立了康复活动小组,组织开展形式新颖、内容丰富的康复活动,如唱歌、读书分享、棋牌游戏、书画、彩绘等娱乐活动。这些活动缓解了患者焦虑体验,很好地锻炼了注意力和意志力,提高了患者满意度,促进了患者社会功能康复。

科室成立两年多来,共收治住院患者2000余人次,诊疗门诊患者2万余人次,为心身障碍患者提供了良好的诊疗服务,获得了患者及家属的认可。



心身科团队