

走到患者床旁 近点再近一点

城阳区人民医院心血管内科护士长郭红艳：从“心”出发 二十九载用爱温情守护

1995年，她成为一名医务护理工作者，内科、外科……多个科室的历练，成长为优秀的护士长。尽管岗位和职责不断变化，但她那颗贴近患者、致力于为患者竭诚服务的初心从未动摇。二十九载的坚守与付出，无怨无悔，没有追求轰轰烈烈，却以平凡中的温情、爱心、无私奉献，铸就了不凡的职业生涯。她就是城阳区人民医院心血管内科护士长郭红艳。



郭红艳看望病房“老熟人”。

双向奔赴 七旬大爷成医院“编外人员”

心血管内科，一个离“心”最近的地方，这里急危重症患者众多，时常上演着生死时速，堪称医院的第二个急诊室。这里的工作节奏紧张而繁忙，对护理人员的专业技能和心理素质都是极大的考验。郭红艳不仅在专业技能上精益求精，更是许多老患者心中信赖的“家人”。“有时候，多说几句暖心的话，多跟患者和家属聊聊天，就能缓解他们焦虑紧张的心情，对患者的康复有好处。”正是这份对患者的温情守护，让郭红艳赢得了众多患者的信赖和尊敬。

70多岁的患者赵大爷，是心血管内科的“老熟人”，8年前因心血管疾病来到城阳区人民医院住院。由于赵大爷膝下没有儿女，每次住院都是老人的弟弟把他送来，因此郭红艳和同事们格外关注老人的情况。在治疗上，他们全力以赴；在生活上，更是对赵大爷关怀备至。他们时常与赵大爷聊天解闷，轮流为他送饭。郭红艳说：“赵大爷几乎每年都会来住上五六次，与我们非常熟悉。我们还特意为他建立了一个疾病咨询群，时常去他家探望。每当医院举办活动需要患者配合时，赵大爷总是积极参与，我们都笑称他是医院的‘编外人员’。”

有一次，赵大爷因阑尾炎需要转科

治疗，但他坚决不同意，表示心内科就是他的家，他完全信任这里的医护人员。每当赵大爷出院时，他总是依依不舍，像老小孩一样。“我想，老人应该是在这里找到了家的感觉吧，这也是对我们工作的最大肯定。”郭红艳感慨地说。

“患”位思考 凭真诚细腻扮演“贴心挚友”

在繁忙的医疗环境中，医护人员与患者之间的关系往往被视作简单的治疗与被治疗关系。然而，在心血管内科，医护人员却以“患”位思考的方式，用真诚与细腻，扮演着患者的“贴心挚友”角色。“我们经常会遇到各种性格迥异的患者，有些患者可能因为疾病带来的痛苦而变得情绪不稳定，对医护人员产生误解或抵触情绪。”郭红艳表示，面对这样的患者，医护人员并没有退缩，而是更加耐心地倾听他们的诉求，“我经常跟年轻护士说，要学会换位思考，站在患者的角度去看问题，只有真正理解了患者的需求和感受，才能更好地为他们提供服务和帮助。”

为了离患者近一点，再近一点，郭红艳有一套自己的“金点子”。每日查完房，她会特意预留约40分钟，专门用于与特殊群体患者进行深度对话。在与需要卧床休息的患者沟通时，郭红艳特别注重方式方法。她告诫同事们，避免采用生硬的命令口吻，比如“你不下床，否则康复期会延长”。相反，她倡导以温柔耐心的态度，向患者解释下床活动可能给病情恢复带来的不利影响，并鼓励他们积极配合治疗，以期早日康复。此外，郭红艳还十分强调情绪管理

的重要性，她鼓励同事们在工作时保持冷静和理智，切勿将个人情绪带入到与患者的交流中，以免影响沟通效果。通过这种“以心交心”的沟通方式，心血管内科的医护人员与患者之间建立起了牢固的情感联系。

“医”路有爱 “大家庭”中做好“知心姐姐”

在许多人眼中，护士的工作似乎只是打针、输液和发药。然而，实际上，护理工作所涉及的专业知识和技能正在日益凸显，因为“救死扶伤”的基石正是专业力量。在郭红艳的带领下，科室不断创新护理模式，将“一对一”的患者护理转变为“一对多”的家庭护理，不仅关注患者在院内的康复情况，还延伸至患者出院后的健康管理。

作为科室的“大管家”，郭红艳实行精细化管理，严格把控护理质量考核。她以身作则，带领团队不断学习新知识、新技能。在她的带领下，护理团队在各项技能比赛中屡获佳绩，赢得了广泛的赞誉和认可。她是工作中的良师，亦是生活中的益友，郭红艳被大家亲切地称为“知心姐姐”。她深知，医护工作的压力巨大，每个人背后都承载着不为人知的艰辛与不易。因此，当这些“妹妹”们在生活中遇到不开心的事，或是需要倾诉时，郭红艳便成了她们最信赖的“知心姐姐”。无论是深夜的一个电话，还是偶尔的一次长谈，郭红艳总是耐心倾听，用她的智慧和温暖为她们排忧解难，让科室的每一个人都能感受到家的温暖和力量。

观海新闻/青岛晚报/掌上青岛 记者 璩骊儒

最强医声

深耕生殖医学 从实验室到摇篮 市立专家刘海宁破解生育难题 帮很多家庭圆梦

最好的医生、最好的医术、最应该听的医者之声。《最强医声》是围绕青岛市市立医院各个学科的最强之处打造的全新栏目。本期《最强医声》邀请到的专家是市立医院生殖医学科主任刘海宁，从医30年，他深耕生殖医学、破解生育难题，见证了很多幸福时刻，用专业和关怀帮助了很多家庭。

在中国，不孕症的发病率接近20%，这意味着平均每5—6对夫妻就会有一对面临怀孕困难的问题，而试管婴儿技术给他们送来了一道希望的曙光。试管婴儿，在医学上叫做“体外受精胚胎移植技术”，它是采用人工方法让卵子和精子在体外进行结合，并在实验室里完成胚胎早期发育。实验室里的这些设备就像一个个小房子，恒温恒湿，为胚胎宝宝们提供最佳的成长环境，这也是他们最初的家。

今年37岁的董轩轩被诊断为输卵管通而不畅，一直没有怀孕的她选择了试管婴儿。经过药物促排卵等一系列环节，她接受了取卵手术。在麻醉状态下，她陷入了沉睡，刘海宁在超声的引导下，用一根细长的取卵针快速精准地将包含了卵子的卵泡液从卵巢中吸取出来，交给实验室的胚胎学家。不到10分钟，董轩轩的手术在无痛状态下

结束了。在手术室隔壁的实验室里，胚胎学家通过显微镜，从卵泡液中将一颗颗卵子挑拣出来，进行细心处理。董轩轩夫妻的卵子和精子将在这里完成一场自由的“爱情相遇”，生命开始萌芽。为了能让更多不孕不育的家庭成功拥有自己的宝宝，刘海宁团队做了很多新尝试新探索，他根据不同患者的情况个体化制定试管婴儿的方案，改进促排卵方案、对胚胎移植的时机进行优化，还成功完成了青岛市首例超声引导经腹部取卵手术。

从2000年开始，刘海宁就开启了开展试管婴儿技术之路，在他的带领下，如今，青岛市市立医院生殖医学科具备了夫精人工授精、“一代试管婴儿”及“二代试管婴儿”等核心技术，并开展了疑难高龄不孕症诊疗、卵泡监测、卵巢功能评估、门诊促排卵、复发性流产保胎、输卵管超声造影、宫腔灌注、卵巢注射、高难度取卵术等多项临床工作，用专业与关怀，搭建起了“助孕绿洲”，为不孕不育患者带来新生的希望。



刘海宁

健康青岛

难治性高血压患者有救了 微创介入治疗为患者降压提供新决策

高血压作为一种需要长期管理的慢性疾病，主流的治疗方法是坚持良好的生活习惯和药物控制，但对于部分患者，药物治疗始终没有效果，血压居高不下，这就是难治性高血压。本期《健康青岛》邀请到青岛市市立医院东院微创介入治疗中心主任贾楠，同市民交流有关高血压新疗法的话题。市民还可以关注青岛市市立医院官微了解相关内容。

高血压是指血液在流动时对血管壁产生的压力持续高于正常水平，它的发病原因主要源于遗传、生活方式等多种因素，威胁着患者的心血管健康。头晕、心悸、胸闷，这些看似平常的症状，可能都是高血压发出的预警信号。这种潜伏在无数人生活中的疾病，就像体内的一颗定时炸弹，随时可能引发心脏病、中风、肾脏疾病等致命并发症，威胁着人们的生命健康。今年34岁的曲清丽近年来一直被高血压所困扰，这几年，她因为高血压住院多次，高血压一犯，她就心慌得厉害，连饭都吃不下，感觉心简直要跳到嗓子眼了。跑了多家医院都求治未果，在查阅了解到高血压还有新疗法后，曲清丽决定寻求青岛市市立医院东院微创介入治疗中心

主任贾楠的帮助。

经过一系列相关检查后，贾楠认为，对于曲清丽这种难治性高血压患者，经导管肾上腺消融治疗是最好的治疗方案。正常情况下，需要用激素来稳定血压，但曲清丽的问题就在于激素已经不受调控了，不受控制地分泌，多了就等于毒素，从而导致心肌纤维化、肾脏纤维化。而且患者越年轻，长此以往，这种风险就会越大，所以一定要根治。贾楠于是为她进行微创介入治疗，手术在局麻下进行。

RDN的字面意思为“去肾神经”，它便是贾楠所说的经皮去肾神经术、肾交感神经消融术。这是一种通过微创介入技术实现高血压治疗的新方法，通过穿刺下肢或上肢动脉，在血管造影机的引导下，将专用导管送至双侧肾动脉，导管末端释放射频能量或超声能量，消融肾动脉周围的部分神经，从而达到降低血压的效果。

据贾楠介绍，长期高血压会加速动脉硬化，增加心脏病、中风风险。因此在日常生活中，患者应加强血压的科学防控，低盐低脂饮食，规律运动、戒烟限酒、定期检测血压，必要时遵医嘱服药。

吴涵 张小青

《最强医声》播出时间

QTV-2首播：周六10:00 重播：周一9:50

《健康青岛》播出时间

QTV-2首播：周六10:20 重播：周二9:30