

上海中医药大学小学期实践简报

第 7 期 2015 年 6 月 29 日 本期 8 版 上海中医药大学教务处临床实习科编辑

上海市光华中西医结合医院专栏

(一)

见习的第一天，带着期待来到光华中西医结合医院。光华医院是一所三级甲等专科医院，不像岳阳、龙华一类综合性医院，它的专科性更明显，以类风湿病为专科内容分了相关的科室门诊。

这一次见习分配到了痛风病科，其实对于这样的安排自己也是挺满意的，一个半月对一个专科的学习会比较细致，对该专科的理解也会更深，不像在学校里学习临床课程那样，对诸多病种走马观花一般。在科室老师的指导下，在一周内学习如何写病程录以及开出院。日后想做一名医生，如何写病例，收病人，开出院都是基本能力。在课堂上，没有充分的病例可供练习，但在临床上，有更多的实际病例，可以作为练习内容。在接触病程录的同时，也是对病人的基本病情及诊疗过程的学习，从中了解临床实际上的一些真实病例。

临床中一日所学到的内容，比在学校看一天书还要多，学的有效率。在临床上，看了病例，看到真实的患者，切实的临床表现与检查，对于不明白不理解的，带着疑问去看书查资料，比单纯拿着书在一边填塞式的学习效率高，记得住。特别是对于很多特征性表现或者一些书本上抽象的描述，在临床上见到一次就能印象深刻。

痛风科虽然不像心内科、呼吸内科那里病种多，临床检查更多，但是一样也是学习临床思维的地方，学习如何检查、如何诊断、如何鉴别、如何制定诊疗方案。不知道将来会在什么专科，虽然现也有较为喜欢的专科，但是对于每一个轮转的科室以及所接触的病例都是宝贵的经历，都是值得自己好好记录与学习的，因为我自认为即使是一个专科医生也需要有其他专科的相关知识，这样才能尽可能的避免耽误患者的病情，减少不必要的矛盾，也是作为一名医生所需要的基本素质。有老师问，你觉得在这里学得到东西吗。对于大多数时间在课堂中的我们而言，下临床，只是见到真实的病人与环境就会感觉很激动，尤其在见到自己所熟知的病种及情况。下班回家后翻书巩固已经成为一种习惯，当日内容当日消化才能安心睡去。

临床见习是对已学内容的巩固与对不足之处的补充学习，并且也是学习临床思维、医患沟通的地方。如何把书本上的一个个知识点运用于临床实际也是在见习过程中需要摸索的，小学期见习让我们更早的接触临床，接触患者，有利于我们了解自己的不足，掌握临床思维的方式。（毛逸鸣 2012481122）

(二)

今年小学期我来到光华医院，经过岗前培训，我知道了光华医院的历史前沿与近况发展，能有幸来到三甲医院见习非常开心。我与我的两位小伙伴被分到了关节内科，该科室是国家级别的重点科室。既然有幸来到最好的科室，就更要严格要求自己，做得更好！

我们每一天的工作都是从早晨交班开始。老师们总结前一天的工作，说明出院入院患者的情况和安排新的一天的工作这些都是必须的内容。遇到特殊事件，或是值得注意的病例，带教老师也会再三叮嘱我们认真注意细节，这也体现了医务人员对于患者病情变化细致入微认真负责的态度。

早上查房，听老师说患者的病史，大致了解了我们小组所管床位患者的病情变化。我印象最深的是一位患强直性脊柱炎的青年男性，他是初诊，之前不明确有无药物过敏史，故使用治疗强直性脊柱炎的一线药 SASP（磺胺类）进行治疗。但患者出现了药物过敏反应，全身起红疹，发痒。现用激素类药物抗过敏，经 5 天治疗，患者的皮肤红疹已完全治愈，激素可减半使用。临床看到真实病历是，让我对药物的使用适应症和禁忌症更加谨慎小心，尤其是不良反应一定要铭记并要熟知解救方案。这位强直性脊柱炎的患者以后对磺胺类药物都要禁用，换用其他方案治疗。虽然书本上的理论叙述也很详尽，但上了临床才真正学到了具体病患的诊治过程和方案。

医生所做的每一步都必须严谨，因为责任重大，并且时间观念要很强。老师教我如何开会诊单，请其他科室医生来会诊的流程，当我完成第一份会诊单的书写时，心里乐呵呵的。丁老师也教我如何写医嘱，医嘱分为临时和长期医嘱两大类。看到临床的老师们不辞辛劳的工作，让我对医生这份职业有了更进一步的敬佩之情，并非想象中或电视剧里那样简单。

在查房时，有很多我不太明白的细则过程老师都会清楚的和我说明。我向老师请教时，老师们都会认真详细的

为我解答。非常感谢老师以认真负责的态度带教，我会更努力认真的学习！（赵悦 2012521029）

（三）愿我们的治疗成为你们的阳光

看了几本书，走了几段路，还是最喜欢骚塞对于阳光的评价“阳光把黑暗变成一件貌似可心的东西。”

第一次看到这句话的时候，老师正在课上讲医患关系，那个时候就觉得医生能成为病人的阳光多美呀。

自从走进大学，走进医学生这个别人口中的神坑，就听过了无数的医患关系解读，有传统的分析有别出心裁的讲解，还有各种实例，有医患纠纷方面的，还有医学伦理方面的，老师给我们讲了很多，然而我想，我对于医生的理解，就是愿我们的治疗成为你们的阳光。

迄今为止，我在上海长宁区光华医院见习也有一周多了，此次的针推见习我被分到了康复科，现在对于这个科室基本了解也比较全面了，科室承担了理疗、针灸、推拿等内容，虽然是见习，每天也学到不少。对于医患关系也有了新的认识与理解，虽然这个是老生长谈，但我还是想从好的一面来讲讲我所见到的阳光关系。

我们科室里有一位病人，因为颈椎粉碎性骨折导致大面积瘫痪，他坚持在这里针灸，现在右腿恢复的不错，他的妻子每天都会陪他来做康复，我第一次见到这对夫妻是在见习第一天的下午，妻子满面温暖笑容推着丈夫的轮椅，有礼貌的问我拿了康复哑铃，然后一边握着丈夫的手鼓励他积极锻炼，一边和我们聊天，谈及她丈夫的病情，她并没有我想象中的那种神情，相反，我只看到了温暖，只看到了一对患难与共的夫妻，后来每天都会见到他们，来的时候走的时候都会和每一位医生打招呼，然后微笑着，满满的感恩。

如果说冷漠是寒冬，那么微笑绝对是暖春。

科室里老病人很多，有一次和一位奶奶聊天，得知奶奶此次来看病的原因是腰痛，奶奶说，以前腿痛，就是老师帮忙扎好的，然后这次腰痛就又来了，奶奶口中对老师只有满满的赞扬，满满的信任。当病人把信任交给我们时，我们有什么理由放弃？

这几天我所见的就是每一位老师尽责尽职的付出，每天的问诊治疗安慰，忙的时候喝水都来不及，午饭后匆匆睡几分钟就开始下午的忙碌，感谢老师治疗的同时教我们知识，感谢学校给这个见习的机会，任何时候，怀着感恩的心来做人做事都是好的，对于我这个医学生来讲，我相信大部分医生都希望我们的治疗成为病人的阳光。

也许我们这份阳光不够耀眼，不够精彩，但是我们都在尽着自己微薄的力量，对得起自己选择这份职业的心。也许我还没用踏入医疗体制内，也许我对于医患关系还是认识太少，但仅仅希望能帮助。（王文芳 2012541002）

（四）

有新患者入院时，老师都会带我一起去诊断。通过看老师对患者的诊疗过程，让我更深切的体会到望闻问切四诊合参的重要性与必要性。老师的问诊非常详细，注重整体，触诊做体格检查时动作轻柔缓和，以防阳性患者疼痛加剧。我在空余时间会看看关节内科常见病、多发病的病因病理、临床症状和体征、体格检查、实验室检查、中西医结合诊断治疗等内容。首先要打好理论基础，才能应用于临床实践。

在临床工作中，面对患者首先要有良好的沟通技巧，只有患者和家属遵医嘱，我们的诊疗才能顺利进行。老师教我测量血糖的方法，当我第一次给患者测量时，心里多多少少都有点紧张，虽然很简单，但还是怕出错。还记得当时我测得是一位年纪较大的奶奶，她还鼓励我说：“小姑娘，不要紧，我又不痛的，来实习就要动手实践，不然怎么能进步呢。”听完后像吃了颗定心丸，顺利完成了人生中第一次测血糖。其实医患关系的和谐是医生与患者直接共同的责任，老师对患者都很体贴关注，有任何问题都耐心的向患者及其家属解释，所以关节内科的患者医从性都很强，这对于疾病的治疗是绝对有利的。

老师的问诊都是循序渐进的，话语温柔，注重人文关怀，同时也会做一位耐心的倾听者。因为不少患者久病后会有些抑郁、自卑心理，这都需要医生的安慰和关怀。

有空的时候我会拿患者病历本来看，再到病房与他（她）们交流，进行访谈，深入学习。毕竟“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行”。真正走进临床时，学到了很多书本上从未学过的东西，积累了一些经验，这些都是弥足珍贵的，对我以后的学习、工作都有很大的帮助。（赵悦 2012521029）

（五）

端午后的第一天，才进治疗室就收到了来自患者们亲切的招呼，一句“我们都挺想你的”让人着实感动了一把。由于科室的特殊性，遇见的大多都是需要长时间治疗的疾病，自然而然的，患者和医生之间就变成了“老熟人”。

进入在光华医院见习的第二周，早上七点四十分左右走进病房区，第一个遇上的患者或家属的第一句话便是“早上好，来啦~”，而下午离开前则是一句“明天见~”；换上白大褂，走进治疗室，一边帮助患者做康复仪器治疗，

一边跟患者聊着“今天天气好热哦~”之类的闲话，比起患者，我更愿意称呼他们为老奶奶老爷爷们，而且是一群非常可爱的老人们。

也许我并不能记住每一个人的名字，可我记得他们的样子，记得他们的性格特点，记得他们需要做的每一个治疗和治疗部位。

这些可爱的老人们，有的有些小洁癖，总是要求我们一遍又一遍地用酒精消毒仪器；有的有些“唠叨”，每一场对话都想插一嘴，无论是否与她相关；有的笑起来眼睛眯成一条缝，上翘的嘴角掩饰不住好心情；有的看起来凶却是爱说笑的。

他们会和你唠嗑，和你说家长里短，会告诉你他们经历的故事，会因为你一句“看起来很年轻”而高兴，他们偶尔也开个玩笑说个笑话让大家笑红了脸，当然你回馈一个笑话也能叫他们笑上半天。

然而，这些几十年光阴在脸上发上留下痕迹的人们，带给你的从来都不只是简单的闲话家常。与他们的相处过程中，除了能够收获许多与人交往的经验，当你发现他们身上岁月的沉积，你的心浮气躁也能够沉静下来。

在这样的环境下，没有当代令人痛心的医患关系危机，有时空闲休息，还能看见患者、家属、医务工作者坐在一堆聊天，在学到临床知识的同时，结交一群可爱的朋友们，这样的见习，真好。（薛依芸 2012541008）

公共健康学院专栏

（一）

第一次跟普陀的见面真不怎么样，三个字：落汤鸡，那天早上出门太阳公公还是个大笑脸，下午不知道是谁惹他不高兴了，直接让雷公电母来代班，那个大雨滂沱啊，那天的那双帆布鞋几乎废了。

再说我对普陀的第一印象：工地、老年医院。可就是在这短短的两周的时间内，我却喜欢上了这个不大却很温馨，努力翻修为患者提供更好的治疗环境的平民医院，下面且听我慢慢道来。

关于工地。刚进门，穿过一条临时搭建的安全通道，入眼的便是钢管脚手架，一问方知几幢楼正在施工，我皱皱眉，这里哪像个医院啊。后来，在医保办见习的时候，老师让我们去做“住院患者满意度”的调查问卷，所谓满意度调查，就是一张问卷，询问即将要出院的患者是否清楚自己的床位医生、主治医生、责任护士分别是谁，对他们又是否满意等。我们选择了三楼的中医内科和十四楼的心内科的即将出院的患者，先去的三楼，到了十四楼是明显的眼前一亮，温馨的装修风格、宽敞的病房、充分的独立空间，同行的小伙伴感叹道：翻新后就是不一样啊，大一的时候这里还是跟三楼一样呢！我恍然醒悟，如今外面的看似乱糟糟的建筑工地的景象就好像是破茧成蝶之前的丑陋的蛹，当然，我们需要注意的是，严格控制施工时间及噪音，无论是翻新还是装修，最终都是为了患者更好地恢复健康，可不能本末倒置。

关于老年医院。在质控科见习的时候，又一次去门诊大楼6楼的会议室一起参加医院医疗服务能力标准的院内自评会，电梯从1楼坐到6楼，几乎每层都停，常常是电梯载满，门外的人需要等待下一班，我发现整个医院的老年患者居多。后来我细细分析了下：一般年轻人不常生病，小感冒之类的喝喝热水扛一扛也就过去了，若真是有什么较严重的疾病也是赶紧去大医院；小孩子更是去大医院或者儿童专科医院，再省也不敢耽误孩子；剩下的老人基本是一些慢性病或者普通的疾病，普陀中心医院对他们来说是普陀区最好的医院，离家也不是很远，怎么说也是三级医院，还是值得信赖的，也没必要跑到瑞金那种医院去排队。然而，不论目前我们医院的主要前来就诊的患者的年龄层次如何，我认为同样处于二甲或三乙的这样一些医院都有两条道路：要么上升为三甲，要么放弃一些主攻社区方面。目前竭力向三甲靠拢的普陀医院很显然选择了前者，与大医院对比之下，我们则需要在疑难杂症、先进技术、先进设备等方面下手，随之而来的也就是对人才、资金的需求。

当然，短短两周，我们还去了信息科，了解到了医院的四大信息系统：HIS、LIS、RIS、PACS的功能，懂得了OA系统在后勤发文中所起的重要作用及如何运行，在医保办接受了当下医保政策的培训及目前普陀医院的相对应的措施，在质管科接受了上海市质控检查的流程培训并参与了耳鼻咽喉科的质量检查等等。这一切的一切都比我想象中要丰富得多！

我很期待接下来两周的安排，也希望在这有限的一个月的时间里能将我在学校中曾学过的相关知识应用到实践中，并提出我力所能及的建议，为普陀医院添砖加瓦！（卫管 马诗诗）

（二）

正如郑慧明书记在关于医院文化建设和精神文明建设的培训中所说，了解医院的概况，是每一位医院管理者所

必需的。所以先简单介绍一下我们的见习医院。上海中医药大学附属上海市中西医结合医院是一所有明显特色的三级甲等中西医结合医院，创建于 1932 年，位于虹口区北外滩，具有全国重点专科 3 个，上海市重点专科 7 个，坚持“业贯中西，博采众长，特色创新，精诚奉献”的办院宗旨和“精、荣、创、和”的院训。

在此次见习中，我们三个分别被安排在院感科和医务科，两周一轮转。

院感科：

在院感科见习的主要任务是学习和了解医院感染管理的相关制度和医院感染管理科的部分工作。老师每天都会安排我们阅读指定科室的感染管理制度，并在第二天带我们深入 ICU、手术室和消毒供应室等进一步了解该科室医院感染检测的制度以及 SOP。正因为医院感染管理不仅仅是医院感染管理科的职责，也与每一位医务人员息息相关。因此，我们了解到医务人员在医院感染预防和控制中应掌握无菌技术操作规程、医院感染诊断标准、抗感染药物合理应用、指征、消毒药械正确使用、手卫生、标准预防和医疗废弃物管理等相关知识。

在监护室，我们可以发现护士和护工们基本都有符合其操作规程，在手卫生和物品摆放中都很注意，但护工在记录本记录时仍存在比较随意的现象以及监护室内没有按要求安装非手触式水龙头，这些老师都有及时给他们指正。在供应室，我们能看到在医院有限的空间和条件下，各区域，如去污区、检查、包装及灭菌区、储物区等等，都有专人负责质量管理，有明确的质量管理和可追溯管理的措施和制度，做好了医院感染管理的第一步，也是极其重要的一步。

而且每次在跟老师去病房以及相关科室查看回来后，我们又会继续翻阅资料，思考遇到的问题，可以说每天的收获都是不同的。理论和实践的结合使我们对院感科的工作有了更深入的认识。

医务科：

在以季老师为首的医务科老师们的带领下，我初步了解了医务科的大部分工作环节。医务科作为医院的一个重要的行政职能部门，其主要是负责医院内部的医疗质量管理的反馈工作，制定日常的医疗工作，组织处理医疗纠纷和突发性医疗事故，安排政府部门等社会团体指定的医疗保障任务，审批重大手术和紧急用血用药，以及对医疗医技科室的考核并提出奖惩意见等。在这里，我主要跟着老师们了解相关工作，协助处理一些相关的文件，学习管理医院内部分日常工作安排。在医务科见习的这两周里，我颇有感悟。首先，要随时整理近期接受或者下发的文件，及时处理并分类归档；其次，及时处理下发文件的同时，还要通知相关科室做好准备，保证相关保障工作正常进行；再次，计划好每月每周甚至每天的工作，万事提前办，做到事事条理清晰；最后，在接待患者或其家属前来寻求帮助或者投诉时，要保持良好的态度，耐心倾听并做好记录等。通过这短暂的见习，我不断丰富自身的专业知识，在取得了进步的同时也认识到了自己的不足，在以后的学习中一定再接再厉！（卫管 纪加美等）

基础医学院专栏

（一）

为期两周的普陀医院护理见习很快结束了，在这两周的时间里，我学到了很多东西，也有了很多新的认识和感悟。作为一名医学生，这是我第一次以医护人员的身分来到了医院，和科室的老师、医生、护士、病人及其家属呆在一起，开始了上班的旅程。

由于学校与医院距离远，每天早上，我们五点半就起床赶去地铁乘车，偶尔会想平时在校八点钟才上课，心中不免有好多感慨，虽然说高中那会每天也是早上五点四十起床，但是来到中医大适应了大学的生活后想起得早一点，就会觉得很难做得到。从医者的辛苦从早上第一次赶地铁去上班就让人难受了。真的有点难以想象从医者在工作生活中遇到的各种困难。

来到医院的头两天是理论学习，感觉跟在学校学理论时没有多大区别，理论授课时老师反复强调的医学人文，医德医风，技能知识等被我甩在脑后。事实是在我进入科室后，我就知道我的这种做法错了，错得离谱。

从第三天开始，我们就在科室跟着带教老师学习，忙这忙那，发现自己什么都不会做，只会傻站着。早上听着护士长在交接班会上说了一大堆东西，强调这里又强调那里，烦死人啦。进入病房查房时我又发现我错了，护士长和护士姐姐们对病人的无微不至的关照让我无地自容，护士姐姐们都谨遵护士长每天强调的内容落实到工作中，让护理这份又脏又累的活变得很有人文价值起来。各种康复指导、健康宣教、出入院宣教等暖暖的进入患者的心。她们认真负责的工作态度一改了我以前对护士们机器的工作形象。她们勤劳，认真，任劳任怨，有爱心，白衣天使，即是穿白大褂的护士。意思是说：他们纯洁、善良、富有爱心；他们救死扶伤，童叟无欺。他们被比喻为是奉上帝的差遣到人间来治病救人的天使。

接下来我们学无菌操作，肌肉注射。无菌操作和肌肉注射练习操作时，感觉自己笨手笨脚的，都快被自己的笨给气哭了。经过反复练习，就渐渐摆脱了笨手笨脚的困境。根据自己所学的医学知识，掌握了测量体温、血压、心率和氧饱和度的要领；通过自身学习，基本懂得病人出院后重新铺床消毒的操作过程，也对导尿管操作、输氧操作有了初步的感性认识。很多事情，只有亲身去做了，才有切身的体会，以前我们或许知道，护理工作比较辛苦，但是并不完全知道啥样的苦。经过各项操作，我就发现，我们的护理工作工作量大，任务重，还要认认真真的做，同时要耐心与医生、病人保持实时沟通交流，来不得任何的偷工减料。

接下来，根据带教老师的安排，我和同学宋琳分到一组，进行“假如我是一名患者”调研。我们两次都找了单独来看病的患者，进行调研，因为我们认为，一个人来看病的心情会更加真实点。

第一个是姓王的大爷，他是尿毒症治愈后过来复诊的，陪他看病的过程很顺利，王大爷特别喜欢我们，还跟我们不停地夸赞，他身体硬朗得很，他还说医院很好，一下子就把他尿毒症治好了。临走时，王大爷多次嘱咐我们，趁年轻要认真真学好医学，为老百姓造福。瞬间就感觉学医的好伟大，老百姓的重托都放在我们身上，这既是学医的压力，也是我们学医的动力。

第二个调研对象是女生，通过交流，我们了解到小姑娘是华师大的大一学生。由于一个人来到医院，心里有好多话都跟宋琳说。她说，好不容易从学校请个假出来看病，挂号排队、缴费排队都让她无语了。她还说，医院的自助设施也存在好多不完善，要打印个单子都要等那么久，加上一个人第一次来普陀医院跑来跑去的，跟无头苍蝇一样乱飞，感觉很心酸，多么希望有个人能来陪她一起看病。我们的到来，刚开始小姑娘是感觉陌生的，但是渐渐的，我们跟她聊天多了，她开心了起来，说感谢我们能陪她一起走完看病过程，她表示很开心。末了，她跟宋琳说以后找男朋友就要找医护人员或者警察，这样有安全感。她这个想法好赞！

这些天，想了好多。首先，病人来到医院看病，就希望自己能吧病治好；其次是希望得到周到的服务，得到医护人员的关注、关心和尊重；再次是希望看病难的问题得到解决，如医药费用优惠、医疗设施和保障体系齐全、看病流程清楚了且方便快捷。而作为医护工作人员，我们需要辛勤的工作，牢记医德法规，树立高尚的人文素养精神，更需要患者及社会各界给予理解和支持。

不理解的人可能说医护人员、医疗体系存在这样或者那样的问题，这是医护人员的责任。但是我认为医疗体系存在的这些需要解决的问题和矛盾，是我社会各界共同的在责任，无论你是从事什么行业，我们都应该勇敢的担当起为医疗事业发展的重任上来。作为医学生，首先就应该学会吃苦耐劳，认真学好医学，更应该有普济救世的大胸怀，有儒家仁爱之心，培养高尚的道德情操。当然，也有人说，医护工作太累了，从这两周的见习中，已经让他（她）想打退堂鼓了，不想在医学事业上走下去。我想对这样的同学说，没有哪个行业不辛苦的，医护药行业是跟生命打交道的生命科学，当初你高考填了这个志愿的选择是对的，你的生命很精彩，生活很有意义，无论你将来选择从事什么行业，你都会觉得医护药行业让你永不后悔。（覃祚海 2012521047）

（二）

为期两周的市中西医护理见习在不知不觉中结束，作为一名医学生能够有机会切身体验作为一名护士的日常是非常难能可贵的经历。刚刚大一的我们第一次进入病房和患者零距离交流，生发了许多的感触，以下就是被分到各个科室的小伙伴在此期间的感悟，与大家一起分享。

ICU 心得

6月16日，见习的第二天，我们高兴的得知分配到外科ICU科室，浮想联翩的全是幻想中的高大上场景，然而这里也与我们所想象的不尽相同。少了些惊险刺激，多了些亲人、医护对患者的关爱。

由于医院场地有限，ICU一共有六张病床，及一张患者多时的加床。这里的仪器自然比普通病房要繁复，每个病人都拥有一套设备，输液泵、检测仪器，这些仪器可以随时监控患者的心率、血压、氧饱和度、中央静脉压等数据，而这些及时准确的数据又能直观的反映患者实时状况，为医护人员的观察治疗做下铺垫。

同时由于ICU的患者多为手术后需要严密关注的，病人很多需要禁食的、或是无法自主吞咽而采取鼻饲流质，下图就是鼻饲营养液。

由于我们ICU的病人都是重症患者，即时记录病人的生命体征是极其必要的。以6月16日刚转进来的1床患者为例，ICU的护士在一床术后每隔15分钟就要测定一次血压、心跳、中心静脉压以及氧饱和度，在确认患者的体征数据比较稳定后，转为30分钟测定一次，接着是60分钟一次。为了这些数据的精确测量，同时也是为了密切观察病人的情况，ICU病房的每位患者都是采用上图仪器。

为了更好地做好监测工作，ICU的护士们除了基本的继续教育之外，还要学习上述仪器的最新、最准确的实用方法，并且要以最快的速度消化吸收，运用到临床实践中去。而且令我们惊讶的是，她们不仅仅是认真听药代的讲解，几乎每个人都有提问，都是在之前的临床工作中总结出来的宝贵经验。我们总以为有了高科技就可以取代人工，

实际并不然。这些 ICU 的护士姐姐们就是在仪器一次次更新换代的时候，不忘充实自己，通过不断进修，继续教育，成为优秀的专科护士的。

很高兴在护士的日日监护与医生的查房配合下，一位胃穿孔术后观察期的陈叔叔转移至普通病房，我们看到了护士姐姐在转病房这一件小事上即要考虑到家属急迫的心情、又要谨遵医嘱，还有一系列的手续流程，而这些往往都是我们所忽略的，这些习以为常的事情，细看之下，亦是让人感动不已。而转病房后，原有的 2 号床在护工阿姨的动手下，经过更换床具、臭氧消毒，又是恢复了平静。

然而，百密必有一疏，我们在 ICU 也看到了低级错误，如下图。但是我们记录下这些，只是为了不断的警醒自己；相信看到这些，不论是临床的医务工作者还是我们这些预备役都会时刻的提醒自己，关注于细微之处。

最后我想强调的是，患者之所以康复，必定与家人的关怀不分离！向家属致敬！

心内科

在上海市中西医结合医院进行了为期两周的短暂的护理实践，我们受益匪浅，不同于学校里单纯的老师授课方式，这样亲身经历和投入的过程从视觉、听觉及嗅觉等感官或多或少地影响了我们，在这短暂的时光里，我们聆听了护师们的护理专业基础课，知道预防和控制医院感染技术对社会的必须性，无菌操作十分的重要。给药技术和输液输血技术也占据了至关重要的地位。一些常见的急救护理教学也让我们了解了很多急救知识，如促进有效呼吸的技术，卧位和安全的知识接受。、人文关怀的讲座，进行了“假如我是一名患者”的门诊调研，参与了科室内热烈积极的讨论，而大部分的时间是在各个科室内见习。我们被分到心内科，进入病房后才逐渐懂得医生、护士、病人及其家属究竟每天的生活究竟是怎样的，我们学会了测量血压并录入系统、做耳穴埋豆甚至是拔输液针。在这期间我们看到了很多事情，对于一个在临床上很久的医护人员来说可能并不算什么，但却深深触动了我们。

首先，我们想说说关于护患之间的关系。一直以来，医患、医护、护患之间的关系都比较微妙，三者的关系一直都是被关注的热点。其实这几天，我们在心内科看到的并不仅仅是这样。诚然，护患之间的冲突无法避免，比如某天，一号床的家属冲到护士站大声质问护士为什么在没有经过她和患者的允许就给患者抽血，她情绪很激烈，护士也只能好声好气地说明原因，家属在那里闹了很久才罢休，愤愤回到房间。在这件事情上，我们觉得护士确实做得不够到位，没有告知患者就抽血，但是有句话叫得饶人处且饶人，如果只是大声嚷嚷也无法挽回对患者权益的侵犯，反映状况，点到即止，我们觉得就足够了。

然而，同一个病房的另一个病人家属却让我们产生几分敬意。在见习的第一天，什么都不会的我们跟着护士看她为病人做耳穴埋豆，就是在耳朵的心穴、神门穴和交感穴埋一颗王不留行籽，可以防止失眠。躺在床上的是一个年纪很大的老奶奶，她侧躺着，只露出一个小小的、头发稀疏的头，感觉人都缩水了一样。护士为她埋完一边的耳朵，想让她换一边，就跟她的家属说了一声。老奶奶不肯扭头，她闭着眼睛，像孩子一样，枯瘦的手臂无力地挥舞着，用含糊不清的声音说，疼，全身都疼。她的女儿强忍内心的痛苦，强颜安慰道：你听话，听护士的话，能睡得好。说真的，我们当时眼泪出来了，这一辈子，老奶奶大概在这个时候最任性了吧。她的女儿配合护士把她母亲的头换了一边，母亲那样痛苦，她却不孝忤逆了母亲，只为了让母亲夜晚安睡。

可见，其实缓解护患关系是一件很简单的事情，目的一致，相互理解，相互信任。目的都是为了让患者康复，这是基础；相互理解和信任建立在一致的目标上，护患关系才能融洽和谐。

其次，由于刚刚学完医学伦理学，这次对于患者的尊严问题我们又有了新的体会。那是二十床的一个奶奶，一天都没有排尿，医生看过之后说需要插导尿管，于是就四五个护士去了，两个是插导尿管的，其他都是去观摩的，我们也比较好奇，因为理论课上讲过，却没见过真实的过程。裤子褪到脚边，双腿分开，一个护士拿着导尿管，一个护士带着手套分开她的阴部寻找尿道口。找了很久，有好几次，她们试图把导尿管插进去，但位置并不对，奶奶会全身抽动一下。尿道和阴道的位置本来近，一不小心就会插错。而当导尿成功，我们抬头看奶奶时，她在默默地流眼泪。

以这样的姿势，被那么多人盯着自己赤裸的身体，还要承受插管的痛苦，尊严仿佛被打碎在地上，再也拾不起来。虽然说这是无可奈何最后的方法，可是随着科技的发展，真的没有别的方法可以既减少病人的痛苦，又维护他们的尊严吗？

我们还学会了如何给输液管排气，为了再给病人输液时防止空气进入血管，排气十分的重要。我和护理老师们一起去查房，帮助病人整理床铺，和可爱的爷爷奶奶们聊天，他们对于生的渴望，还有一位老奶奶在病床上读书写字，活到老学到老的精神值得我们去学习！

还有一个问题一直让我们很困扰，护士要为患者检查或护理，比如测量血压、耳穴埋豆的时候，患者正在睡觉，究竟是该把他们叫醒还是让他们继续休息呢？因为就我们而言，在睡的正香时候被人叫醒是一件很令我们恼火的事情，假如我们还有病在身，那就更加痛苦了。然而，如果因为患者睡着了就等他们醒来再护理，那将会耽误很长时间，并且有些在一定时间点必须做的检查就会不准确。我们观察了一下，基本上所有护士都会小声把患者叫醒，而

患者也并没有生出不满的情绪。可能有的时候为了患者的健康，就需要心硬一些吧。

此外，还有让我们体会最深的一点，就是无论是患者还是护士都喜欢讲上海话。心内科的患者大部分是老人，作为老上海可能只会讲上海话不会普通话；护士基本上是本地的，为了和患者交流也要使用上海话。可是，在早上交班的时候，有的护士讲着讲着就变成上海话，语速还很快，我们只能勉强听懂一些。有一次，我去给患者写针卡，她以为我要去打针，问我是不是要打针，我用普通话说不是的，她耳朵不太好，以为要打屁股针，甚至侧了身子要把被子掀开，我急忙用混合了杭州话、嵊州话和上海话的奇怪口音说：不用的，没事情，您继续睡觉。辅导员来医院看望我们时提到了这一点，一定要学会上海话，否则听不懂患者的需求。

虽然护理实践只有两周的时间，但是在这段时间我们学到了很多，不仅仅是护理技术，还有很多人文关怀方面的经历。很感谢学校给我们安排了这样一次机会，让我们体会到了护士的辛苦，病人和家属痛楚，我们觉得通过这次实践，在今后的中医专业课学习中我们会更加用心，为护士们负责，为病人和家属负责。

泌尿外科

这几天在医院的见习让我体会到了很多，老师们还有病人们都教会了我很多，让我受益很多。

我被分在泌尿外科，首先给我留下深刻印象的是我们的带教老师。她是一位很漂亮很有亲和力的护士姐姐，她每天除了教我们跟护理有关的知识外，还很关心我们的生活方面，提醒我们每天上班的时候记得带个杯子，不要忘记喝水。还有亲切的护士长老师，她做护士很多年了很有经验，做事也很干脆利索，看起来好像有点严肃但其实很温柔善良，教会了我很多，真的很喜欢她。还有其他的老师们，她们都很年轻很漂亮，年纪比我大不了几岁，对待病人们很温柔有耐心，真的是白衣天使。科室里的医生们也很好，我们经常去找他们答疑解惑、讨教经验或是谈谈对医生这门职业的看法，他们会都很耐心的跟我们答疑解惑。我们科室的病人大多都是些老人，有的是有家人陪着照顾，有的只有护工帮着照顾，他们的儿女都忙于工作，大多时候都是老人独自在病房。老人们都很喜欢我们去陪他们聊聊天，每当询问起他们的子孙，他们就会两眼充满光芒，嘴角展露出笑容，让我看到一个老人对儿女平凡的爱，不禁想起自己远方的父母，别人向他们谈起我时，他们应该和这些老人一样满脸都是笑容。见习第一天的时候就看到一个老爷爷躺在床上，鼻子里插着氧气管，爷爷说不了话，只能发出微弱的声音，他的女儿一直陪在身边。就在我们见习的第三天早上，我习惯性的路过那间病房发现病床是空的，床单被套也被取下来了，心里一紧张去问老师，原来爷爷真的去世了。那天一直有点难过，前一天还躺在那里的爷爷一夜之间就离开了，生命原来这么脆弱，生死变幻无常。更让我意识到了医生的职责所在与伟大，疾病面前，病人把一切希望都寄托在医生身上，在病人眼里，医生就是他的上帝，就是他最后的救命稻草。作为医生，治病救人是他的职责，更要深入病人的灵魂，感同身受，体会病人的内心。就像特鲁多铭言所说的那样——*To Cure Sometimes, To Relieve Often, To Comfort Always*。有时去治愈；常常去帮助；总是去安慰。既神圣，又质朴。治愈、帮助、安慰，对于医学和医生来说，是沉甸甸的6个字，也是一个不断努力的方向和目标。

见习对我来说充满了感动，获益无穷，收获了很多书本上学不到的知识、经历，让我零距离的接触了护士和医生这门职业，有苦有乐，有欢有笑，让我更加热爱这个职业了，愿意为之永远奋斗，做个好医生。很感谢帮助我的医生、护士老师们，给我人生中的第一次见习留下了美好的回忆。

骨科

6月16日，我们开始了为期两周的见习，下午14:15，护士们进行晚间护理，其中包括铺床、对病人身体进行调整、导尿、慰问关心这几个方面。在这一天，了解到了骨痿、腰痹、腰椎滑脱这几个病种。

第二天，我们7:15准时到了科室，这时，有护士会对病房进行初步的检查。当我们换好服装后，7:30准时开始护士交班，内容包括病人数量、每位患者的情况，其中有空腹血糖和夜晚的睡眠质量。交班完毕后，护士开始查房，查房完毕进行一系列简单的铺床和换床单的任务。9:00开始进行治疗。

第三天，在同护士查房的时候，看见了病人身上的压疮，压疮是病人因长时间以同一个姿势睡觉，不改变体位，久而久之导致的疮口。

第四天，学习到了更多知识。比如量体温，手术后和新病人需连续测量三天体温，分别于早上6点，10点，下午2点，6点测四次。连续三天后，若病人体温正常，则不再测量。体温计的放置也有讲究。若病人神志清醒，则将体温计放入口腔内，3分钟后取出，采取直接记温的原则；若病人神智不清醒则放于腋下，5分钟后取出，记温时+0.5℃；还有检测肛温的，10分钟后取出，记温时-0.5℃。发温度计前，确保温度计低于35℃。收体温计时，需要同时根据脉搏测量病人的心跳。10:30时，开始测血糖。正常的血糖范围在3.9—6.2，若想要做手术的话，得把血糖维持在一个安全的范围内。

这几天的学习，让我学习到了很多知识，也体会了护士的辛苦，同时深切的感受到只要用心关心病人，就会得到病人的尊重。

肿瘤&肺病科

在上海市中西医结合医院的护理见习已然过去了一个星期，一个礼拜跟着护士姐姐跑前跑后，看到了中医在现代治疗中的重要作用。每天上午给病人们做好静脉注射，推完针，护士们就开始了中医疗法，艾灸、耳穴压豆、穴位按摩、穴位敷贴、分发中药，这些因病人不同而不同的中医治法配合着西医的检查和治疗，使得对疾病的疗效倍增。中西医有着各自的长处和不足，在当今时代，中、西两种医学的互补是各自发展的需要，也是历史发展的必然。将两者结合起来，共同面对疾病，正是两种医学相互取长补短的自身需要，也是更好应对、治疗疾病的良方。

在上海市中西医结合医院南 6 楼见习的这段时间中，令我印象最为深刻的便是护士姐姐们从早到晚的忙碌以及一丝不苟的规范操作。早在病房见习的第一天，孙丽霞老师就为我们介绍了护士们日常工作的内容，从 7:30 交班，然后查房，换被单被套，为病人注射补液、推针，做中医操作按摩，量血糖和血压，期间随时记得去换已经空了的补液瓶……当有新病人到来，她们还要对家属进行宣教指导，告诉他们相关注意事项。在这样的忙碌之中，她们更需记得“三查七对”等规范，包括将空了的补液瓶和补液袋分开放置等等。

曾经我一度觉得护士的工作是容易的，可这次的见习却让我感受到了，她们忙碌而身负重责，对工作是全身心地投入；她们在繁杂和琐碎中牢记着规范，将大爱投向工作和病患。

一大早来到病房里，几乎只有护士们陆陆续续来上班的声响，病床上的病人们大多是安静的躺着，休息着，在肿瘤科和呼吸科的病房里，有很大一部分都是年过半百甚至古稀的老人。早上起来之后他们要做的第一件事就是等待护士前来帮助输液打针，吃药。这些老人中有的精神还很好，醒来早饭过后就开始聊天，大病房里的病人们精神都不错，说话的声音中气十足，还有一位正在拿着 iPad 在看电视剧，然而更多的是躺在床上甚至已经意识迷离，处在弥留之际的老人们了，有一位老太太一直在呼唤自己的儿女意识模糊的她甚至把护士当作了自己的女儿。病人们的生活并非都是弥留时的灰暗，他们好像都看开了生死，依旧开心淡然的过着每天的生活。

有句话说的好“时间会把一切都带走，只有爱会留下”，这些同学的所见所感我想能够代表绝大多数护理见习同学内心的真实感悟。短短的 9 天尚不足以让我们完全明晰作为一名护士真正的日常生活，但是作为一名医学生第一次接触护理工作真的让我们感触不少。从一开始的新鲜感到后来渐渐生出的疲惫与乃至厌倦都让我们对这些勤勤恳恳、一丝不苟，永远站在第一线的白衣天使们敬佩不已。

孙思邈的“大医精诚”精神，可以说在护士姐姐们的身上表现得淋漓尽致！（基础 陆淑婷等）

各单位来稿统计

单位	龙华	曙光	岳阳	市中医	普陀	市中西	基础	针推	护理	康复	公健	光华	嘉定	闵中心
累计	39	72	43	7	44	33	91	6	14	18	30	9	1	4

本期专版

- 1、曙光临床医学院
- 2、曙光临床医学院（护理专版）
- 3、护理学院
- 4、龙华临床医学院
- 5、普陀临床医学院
- 6、岳阳临床医学院
- 7、护理理论与实践专刊