

新时代传承弘扬红岩精神

重庆这所高校 有支大学生红岩精神讲解队

□本报记者 赵迎昭

“我们这支队伍氛围特别好，大家争当红岩精神传人。”5月11日，重庆工商职业学院红岩精神讲解队特设团支部书记彭令接受记者采访时说，讲解队目前一共有13位讲解员，都是“00后”大学生，“我们就是一座桥梁，让观众通过我们的讲解，走近红岩英烈，传承红岩精神。”

红岩精神讲解队主要在红岩文化室进行宣讲。红岩文化室是由重庆工商职业学院与红岩联线管理中心合作共建的以弘扬红岩精神、传播红色故事为主题的爱国主义宣教平台，于2022年12月8日正式揭牌，免费对公众开放。

红岩文化室包含“千秋红岩”展厅、红岩图书(电子)阅览室、红岩音像放映室、革命文化互动体验室。其中，“千秋红岩”展厅展示了近40位红岩英烈事迹，成为师生及合川市民缅怀革命烈士、接受精神洗礼的重要党性教育平台。

“讲解是增强自信的一个很好的方式，我已经累计讲了10多场了，每次讲解结束后都在期待下一场讲解。”红岩精神讲解队队员、重庆工商职业学院学生谭鹏说，每一次讲解，她都能对红岩英烈的事迹多一些感悟。

彭令介绍，除了在红岩文化室宣讲外，讲解队队员还在寝室、社区等地宣讲红岩英烈事迹。“人多的时候，一场讲解会能吸引五六十人。”他说，为了满足大家对了解红色文化的需求，讲解队队员不仅要熟记3万多字的讲解词，还要利用课余时间收集整理相关资料。在一次讲解实践中，他对红岩英烈更加敬仰了。他期待毕业后成为红岩联线管理中心讲解员，在烈士们曾战斗过的革命旧址讲述革命故事，引导更多人赓续红色血脉，传承红色基因。

红岩精神讲解队还不断吸纳新鲜血液。去年9月，讲解队面向新生招新时，100多位同学填写了招新意向表，70多位同学参加了线下面试，经过层层考核，7位最终留在了讲解队。这些朝气蓬勃的“00后”，正以其青春活力和精彩讲解，带领更多观众走上传承红岩精神之路。

青春建功新重庆

北碚： 开展“青春倡廉”主题教育活动 筑牢党风廉政青春防线

本报讯(记者 杨锐紫 实习生 邓悦)5月10日，记者从北碚团区委获悉，为进一步加强对年轻干部教育管理监督，引领广大青年倡树清廉思廉践廉新风尚，扣好廉洁人生“第一粒扣子”，北碚团区委开展“青春路·廉同行”2023年北碚区“青春倡廉”主题教育系列活动。截至目前，该活动已持续举办20余场次，1500余人参加。

据了解，北碚团区委始终把廉洁文化建设作为一体推进不敢腐、不能腐、不想腐的基础性工程来抓，严密组织、狠抓落实，多措并举筑牢党风廉政青春防线。为保证活动的有效性、广泛性和可持续性，北碚团区委联合区纪委监委等部门制定了《“青春路·廉同行”北碚区“青春倡廉”行动2023年工作方案》，以“青廉”为核心，“树、学、守、护、晒”为抓手，开展“理论武装、初心教育、警钟长鸣、常态提醒生态浸润、示范引领”等六项专项主题教育活动，打造全方位覆盖廉洁主题教育模式。

北碚团区委相关负责人介绍，他们征集了40余份廉洁故事音频，经筛选后在“青春北碚”公众号进行展播；动员了54个基层团组织开展“青春倡廉”主题演讲活动；组织了120余名西部计划志愿者写下清廉承诺，让青年干部写下清廉寄语；开展了讲廉政党课、参观党风廉政教育基地、读廉政书籍心得分享会等主题党日活动；举办了“青春倡廉”书画展，共60件优秀作品参展，吸引2000余名市民观看，营造起“青春倡廉”的良好氛围。

下一步，北碚将立足青年成长规律，照顾青年特点，根据青年爱好习惯设计主题鲜明、富有特色、极具成效的各类主题教育活动，强化运用“青言青语”，线上线下一体推进，不断扩大覆盖面，着力提升“青春倡廉”工作的针对性和实效性。

关注国际护士节

重庆注册护士 总数达11.73万人

全市二级以上医疗机构责任制整体护理服务模式达100%

本报讯(记者 云钰)5月11日，在第112个国际护士节前夕，市卫生健康委举行了“关爱护士 守护未来”2023年重庆市5·12护士节庆祝大会。记者了解到，目前，全市注册护士总数达11.73万人，每千常住人口注册护士数3.65人。

从学历上看，我市护士队伍逐步转向大专、本科、研究生学历多层次发展，大专及以上学历护士达76.2%，优于全国平均水平。

“近年来，全市护理事业得到进一步发展。”市卫生健康委党委书记、主任张维斌介绍，重庆逐步建立了覆盖急性期诊疗、慢性病康复、稳定期照护、终末期关怀

的全生命周期护理服务体系。护理服务专科数量达37个，重症医学、肿瘤、糖尿病等领域的专科护士培训辐射全国多个省市。

值得一提的是，我市持续优化护理服务模式，从“疾病护理”转变为“以病人为中心”的整合化护理模式，护理服务从院

内延伸到院外，从机构护理走向社区，全市二级以上医疗机构责任制整体护理服务模式达100%。

此外，在日前举行的中华护理学会2023年国际护士节庆祝大会上，重庆有3名护士荣获中华护理学会2023年“杰出护理工作”称号。

护士“炼”成记

□本报记者 李珩 云钰

“从一个护理小白到一名合格的护士，这个过程需要多少个萝卜?”这曾是一名实习护士的一句玩笑话，调侃她们用萝卜练习扎针技术的不易。

事实上，想要成为一名合格的护士不仅需要扎实的护理操作技术，还需要爱心、耐心、细心和责任心。

新护士究竟是如何成长起来的?背后有着怎样的故事?5月12日是112个国际护士节，连日来，记者走近新手护士们，听她们讲述自己的护士“炼”成记。

“一针见血”基本功是如何“炼”成的?

萝卜扎了一个月 同学间还要互扎练习

核对医嘱、垫上治疗巾、消毒、进针……5月10日下午5点多，江津区中心医院儿科学习室，24岁的规培护士李鑫雨正在练习静脉注射。为了做到“一针见血”，她每天下班后都会来到学习室用模型练习。

注射就是人们通常说的“打针”，分为皮下注射、皮内注射、肌肉注射、静脉注射等好几种类别，每种注射都有技巧，需要一针一针地练。

毕业于重庆三峡医药高等专科学校的李鑫雨，目前正在接受为期2年的规培，今年6月规培结束后，才能正式上岗。

“第一次接触注射是大学，老师告诉我们，这个技术别无他法，只有多练习，熟能生巧。”李鑫雨说，当时，为了尽快上手，她就买了萝卜练手，“萝卜的手感与人相似，我就在萝卜上找感觉。”

“一个萝卜能练习两三天，每个萝卜都被扎得千疮百孔才换一个。”就这样，李鑫雨连续扎了一个月，萝卜用了好几斤，终于找到了进针的手感。

在实操课上，老师让他们互扎进行练习。由于同学手臂血管较粗，她一针就见到了回血。换同学扎她了，由于她的血管不好找，那位同学第一针扎偏了，第二针也有点歪。最后她颤颤巍巍地扎了第三针才勉强合格。针尖带来的刺痛感，让李

鑫雨第一次体会到护理功底过硬的重要性。

来到江津区中心医院后，李鑫雨接触了各种各样的患者。在面对小患者时，李鑫雨尤其犯怵。“孩子的血管太细了，有的甚至不足1毫米，肉眼很难看清楚。加上小孩子会乱动，会哭喊，大大地增加了注射难度。”她说。

于是，李鑫雨细心观察指导老师的每个动作，还把老师们宝贵的经验记在了本子上：“肌肉注射时，12岁以下的儿童要打臀中肌和臀小肌，因为他们的臀大肌没发育，吸收不好”“血管不好找的孩子进针角度要平一些”……记下来后，李鑫宇又在模型上反复练习。

在经过不断实践和练习后，哪怕给1岁以下的宝宝扎针，她也能做到“一针见血”了!

婴儿们的年轻“妈妈”是如何“炼”成的?

只有7滴水那么多的奶 要喂5分钟

5月11日早上8点，市妇幼保健院儿一科(新生儿救治中心)护士张宇已经在病房忙碌起来，今年26岁的她刚入职1年。

“我看看你拉臭臭了吗?”她面前的保温箱里，躺着一个出生仅5天的婴儿。张宇仔细观察了婴儿排泄物的形态，确认正常后，她轻抬起孩子的屁股，给小家伙换纸尿裤。

别看张宇现在动作娴熟，但在刚进入新生儿救治中心时，她也曾不知所措。“为避免交叉感染，患儿家属是不允许进新生儿救治中心的，所以患儿的吃喝拉撒就全部落在了我们护士身上。”张宇还记得第一次走进新生儿救治中心的情形：眼前的小婴儿们是那么小，有的胳膊还不及她大拇指粗，有的皮肤还是透明的，像果冻一般……她的心瞬间被融化了，一种强烈的被需要感油然而生。

“为了让孩子们有足够的安全感，我们要用护理单给他们铺筑‘鸟巢’。”在主管护师王敏的演示下，刚从学校毕业，从未带过孩子的张宇从最基本的换纸尿裤、铺“鸟巢”开始学起。



5月10日，甘瑞莹(右二)正在辅助病人进行早期目标导向型活动准备。

记者 崔力 摄/视觉重庆

“最考验护士爱心和耐心的是给早产儿喂奶。”张宇称，“虽说孩子生下来就会吮吸，但早产儿可能会吸不动奶嘴，我们就要用空针将0.5毫升的牛奶慢慢地喂给他们。”

0.5毫升其实也就7滴水那么多，但喂奶时间却长达5分钟左右。为啥会这么久?张宇说，她们会先将乳汁推到针头，形成约一滴的量，然后放到孩子的嘴皮上，让孩子吮吸，待孩子吞咽后，观察是否有继续吮吸的动作，再一滴一滴地喂。

科研型护士是怎么“炼”成的?

“挤”时间“充电” 吃饭时还在翻阅文献

5月10日8点，重医附一院重症医学科病房里，29岁的护士甘瑞莹正在为一名老人做康复训练。甘瑞莹与同事娴熟地帮老人由卧躺逐渐过渡到站立，又引导老人活动手指、四肢。同时，她在《早期活动实施记录单》上记录下老人的生命体征、肌力、活动情况、血管活性药物剂量等指标。

“这是我护理工作的日常，也是我参与的‘早期目标导向型活动在ICU有创机械通气患者中的应用研究’护理科研项目

目。”甘瑞莹说，在这个项目中，她主要承担了患者项目实施和患者数据的收集统计。

甘瑞莹毕业于重庆医科大学护理学专业，本科毕业进入临床后，她发现护理科研可以将科研课题和临床相结合，探寻更好的护理理念、方法，为患者提供更优质的服务。

可做科研并不容易。刚加入科研团队时，甘瑞莹接手的第一个工作是参与调查问卷的设计。调查问卷该写哪些条目?对应哪些指标?但这些都是她平时很少接触的事物。“有时候晚上12点，我还在查阅文献，请教相关领域的老师，调查问卷修改了一遍又一遍。”甘瑞莹说。

起初，她也有畏难情绪，觉得科研很深奥，本职工作又忙，这让她有些泄气。她的导师重医附一院重症医学科护士长米洁就用亲身经历鼓励她：短时间的付出不一定能结出“果实”，但过程中积累的知识，将为后面的护理研究“蓄力”。认准方向，持之以恒是关键。

为赶上团队的步伐，甘瑞莹经常“挤”时间“充电”，有时吃饭时还在翻阅文献，下班了还在收集整理数据。目前，甘瑞莹参与的科研项目已经在市内三家区级医院进行了推广应用，反响很好。现在正在申报市级项目。

潼南区中医院 打造“岐黄之美·医心为您”中医护理品牌



细致入微的护理服务、凝心聚力专业团队、科学标准的管理模式……近年来，潼南区中医院作为集医疗、教学、科研、预防保健、康养为一体的综合性三级中医医院，致力于打造“岐黄之美·医心为您”护理服务品牌，重视提升专业护理人才、学科建设力度，在保护人民生命健康、增进辖区群众健康福祉方面发挥了重要作用。

提升综合服务能力 彰显中医药优势

2021年6月，85岁大爷因左腕关节置换术后由骨折科转入重症监护室，因年老失聪和重症医学科的特殊性，家属探视病人只有半小时的时间，为缓解患者出现明显的焦躁不安和孤独的情绪，ICU护理团队随即针对患者的特殊情况制定了一系列护理计划，除了纸笔、手势的沟通来安抚患者的情绪以外，细致耐心的护士们还让患者与其儿子、老伴儿视频电话，帮助原本拒绝治疗的代大爷慢慢建立良好心态，开始积极配合医护人员进行治疗。



优质护理服务

“这样的护患故事每天都在医院上演，护理人员为病患提供人性化服务的同时，让患者能够享受起居护理、饮食护理、用药护理、情志护理、运动调养等中医特色护理优势。”潼南区中医院护理部主任蒋丽佳表示。

近年来，潼南区中医院始终把优质护理服务作为天职和本分，在提升护理服务、完善专业内涵的同时，朝着中医药特色优势方向发展，注重中医药护理技术在实际工作中的应用，着力打造中医专科护理队伍。目前已建成13个护理病区 and 门急诊科、重症医

学科、手术室、消毒供应中心、血透室6个特殊护理单元，医院护理团队共有270人，其中副主任护师20名、主管护师61名，现有本科以上学历200名，培养全国中医护理骨干人才3人，中医护理治疗专科护士5人、中医专科护士21人、静脉治疗专科护士10人、伤口造口专科护士3人……俨然已成为潼南区中医院连接医患的纽带和重要桥梁。

据了解，潼南区中医院优质护理覆盖率高，常规开展艾灸、拔罐、穴位按摩、刮痧、穴位贴敷、中药熏洗、中药



急救技能竞赛现场

熨烫等28项中医护理技术操作，依据各临床科室的学科特点，制定专科中医护理常规及中医护理方案，充分发挥中医在临床治疗和养生康复中的作用，同时为患者提供居家护理等特色延伸护理服务，塑造了一支具有综合服务能力强、高度凝聚力和良好职业素养的护理服务队伍。

以学习为促交流，以培训为基促提升。潼南区中医院陆续举办了“三基三严”考核培训、中医特色护理技术、护士礼仪、手卫生操作、院感防控知识、静脉输液安全管理、急救技能

等培训与竞赛；开展糖友会、肾友会、孕妇学校等系列健康教育活动、中医护理文化传播活动；多次与周边三甲医院交流合作，进一步提高护理人员业务素质、操作水平和急救能力，提升护理团队整体素质。

创建智慧医院 提升群众就医体验

为打通医疗快捷服务通道，把护士的时间真正留给病人，潼南区中医院打造了智慧医疗系统，其中智慧护

理系统的搭建更是医院智能化建设的亮点。随着医院智慧护理系统的使用，从挂号、就诊开方、缴费、检查DR、心电图、血常规等检验报告查看、取药(药房发药)……通过全流程的可视化就诊指引服务，医院护士可通过智慧护理系统及时发现患者病情并及时高效进行病患处理，做到数据信息自动化生成，不仅有利于提高护理服务的质量和效率，还切实让患者感受到从就诊到离院的智能化、人性化的就诊服务体验。

“智慧医疗系统建设标志着医院信息化水平进入了一个新的、更高的起点，为优化医院服务流程、改善医疗服务效率、提高管理决策水平等方面提供强有力的信息化支撑。”潼南区中医院党委副书记、院长何键表示，潼南区中医院智慧医疗系统以智慧便民、智慧医疗、智慧管理作为建设内容，利用互联网等信息化手段，全面升级智慧医院系统和便民服务平台，为患者提供高质量、高效率的就医服务，着力提升群众就医体验感。

未来，潼南中医院将锚定“走在前，创发展”，坚持“传承精华，守正创新”，推动医院护理工作在规范化、科学化、制度化、智能化方面再上台阶，将护理工作做好、做细、做实，为群众提供更加高效、便捷的医疗服务，提升就医获得感。

汪丽蓉

图片由潼南区中医院提供