

# 急诊科护士长：一袭白衣，争分夺秒护生命

□ 中国妇女报全媒体见习记者 高越  
□ 实习生 黎桃菲

“放松，没事啊，咱们清理一下伤口。”9月2日，在首都医科大学北京天坛医院急诊科留观室内，护士长杜岳像往常一样正俯身在一位危重症老人耳旁亲切安抚老人的情绪，转体位、换隔尿垫、输液……一刻未曾停歇。

初见杜岳时，一身白衣的她戴着N95防护口罩，温柔的眼神中充满力量，“能在病人最需要的时候帮助他们，对我来说就是最大的价值。”42岁的杜岳从优秀的护士成长为一名护士长，21年来始终争分夺秒，守护患者平安。

## 病人如家人，用贴心服务温暖患者心

天刚蒙蒙亮，杜岳和同事们就已经开始忙碌了。在酒精味浓烈、仪器声不断、危机感强烈的急诊抢救室内，杜岳戴上一一次性手套，神情淡定。她细致地检查每一项工作流程，不放过抢救室的每一个细枝末节，“这个是危重症病人，床头要弄高点”“先把被子往上提一提，再把病人推出去”……

她穿梭于病人、家属、护士和医生之间，行走在分诊区、留观室、抢救室等区域，整理病区数据、查房了解病人情况、指导护士们落实工作、把控整个急诊科的运作等。工作繁杂琐碎，一刻不能松懈。

中午一点左右，外面烈日当空。忙碌了一上午的杜岳一刻未曾歇息，也没来得及吃午饭。她来到嘈杂的分诊区内，像往常一样提高声调，仔细询问病人病情。这时救护车送来一名摔倒的老人，气氛突然变得紧张起来。“病人怎么了，把身份证给我，没摔着头吧？”杜岳冷静有条不紊。

几秒钟后，“血压96、体温36.3……”护士们迅速报出病人的各项生命体征，并准确识别出病人的状态。由轻到重，病人的病情分为四级。“一旦处理措施有瑕疵，就会直接影响到这个病人的预后。”杜岳告诉中国妇女报全媒体记者，在急诊科里，每个人都得“全能”。

在分诊区值完班后，杜岳迅速来到留观室，查看每一名病人的状况。“老爷子坐着小心点，担心您头一晕会往前摔，一定小心点，咱不能大意啊！”说完，她叮嘱护士在边上扶着老人。

急诊收治的病人都是急性起病或者慢性病急性发作，病情不稳定，且多数年龄大，基础病多，需要医护人员24小时监护。

“最多的一天急诊科接诊量达到690人，会比你现在看到的更加忙碌。”杜岳说。2001年，刚刚毕业的杜岳被分到急诊科，相比其他科室，急诊科随机性强、工作环境嘈杂、突发情况多，整个科室都处于高速运转的状态。杜岳却“觉得很幸运”，进入了“最向往的科室”，“虽然忙碌，但这是一种情怀，我很开心能用自己所学的知识服务病人，帮助到身边的人。”

“在天坛医院的满意度调查中，家属们会写上‘护士们太累了，很让人心疼，工作都很认真’这类话，让我们很感动。”杜岳说。在她心里，与病人之间的关系就像家人。

## 急诊科如“爱心驿站”，换位思考给予人文关怀

记者跟随杜岳来到急诊科留观室。这里仿佛是一个“爱心驿站”，处处隐藏着贴心的“小巧思”。为了方便与病人沟通，准确了解病人需求，留观室放着两块写着“下床”“找医生”“难入睡”等图案的“需求板”。这是杜岳带领团队独立设计的。“有的病人没办法发声，就可以指着它表达自己的需求。”杜岳向记者解释。

除此之外，急诊科留观室的护士们会



杜岳和同事设计的“需求板”。高越/摄



杜岳在分诊区接收患者。受访者供图

24小时动态关注病人的情况，“禁止外出”“防跌倒”“绝对卧床”等各种颜色的防风险纸条被贴在病人的床头，针对不同病人的风险，随时提醒护士注意事项。

与病人沟通，杜岳有自己的“锦囊妙计”。她习惯站在病人的角度考虑问题，“以往我们可能更多地关注救命，但是部分病人是有意识的。在病重时，他的周边和身上都有很多仪器，没有家人陪伴，焦虑、恐惧等情绪萦绕着病人，护理人员成了他们唯一的陪伴。我们需要考虑他们的心理需求。”

“你给予我的是我需要的，那是帮助。你给予我的是我不需要的，那是负担。”这是杜岳的沟通宗旨。杜岳也把这种理念传达给其他护士。她会定期运用情景还原模拟，将与病人沟通的小视频调出来，让大家感受交流过程中存在的问题和需要改进之处。

急诊科室是最能体现人心冷暖之处。杜岳见证了太多生离死别、人间真情。作为护士长，她需要将感性的一面隐藏起来，用足够的冷静在抢救配合时理性分析。这是每一名急诊人的职业素养。

杜岳不是金刚之躯，接诊病人数量多时也会疲惫，遇到不顺心的事情也会情绪低落，但她必须快速调整情绪，“负面情绪

只能关起门来留给自己，只要推门出去就要展现出最好的精神状态，避免影响整个团队。”

在病房里，杜岳更多地给予病人笑脸，留给病人温暖的形象。在一次聊天中，杜岳发现一名年轻患者很沮丧，她开玩笑说：“你放松一点，其实就是因为平常工作太累了，老天想让你休息一下。”她耐心地疏导着病人内心的恐惧。这名病人逐渐开朗起来，身体也慢慢好转。

“当时我在输液室值班，他突然走过来，说要和我合影，拍下我的笑脸，留在救治的记忆中。当时我愣了一下，也挺感动。我觉得我的笑容给了他温暖。”杜岳说完，露出了自豪的笑容。

## 同事如孩子，体贴爱护陪伴成长路

查完病房，杜岳转身进入配药室，细致检查配药、备药、药品放置是否符合要求，以及药品管理是否妥当。她拿起胰岛素，细看有效期和标识，“我的职责是指导护士们落实工作，需要照顾到每一个细节。”作为一个管理者，杜岳每天识别并解决存在的隐患和风险，为大家营造一个安全又高效的工作环境。

急诊科承载着整个医院的急救工作，是医院最前沿的战线。相比其他科室，急诊科的护士们常年在突发事件高发的环境中工作，应对突发事件和沟通的能力就要相对强一些。“急诊会来各种专科的病人，也有我们没有接触过的专科病人，面临挑战时，要协调团队去应对风险。”杜岳说，每一个急诊人都要具备冷静的心理素质和清晰的思路。

杜岳带领的团队一共有160人，包括老中青三代，氛围和谐。“我们整个群名字就叫急诊一家人，团队里每一个成员都是我们的家人，这个团队非常可爱而坚韧，每一个人都会尽自己的全力，让团队走得更好更稳。”

抗击新冠肺炎疫情，团队中的年轻护士付出很多。“他们也只是孩子啊！”杜岳自豪又心疼。她坚信护理专业会越来越美好，希望年轻护士能够发挥所长，用专业知识帮助周围的人。这样也可以提升职业幸福感。

多年来，在杜岳的指导下，一批批护士成长起来，坚守急诊科室，为患者们争分夺秒，筑起生命长城。

## 记者手记

交班、查房、巡诊……穿梭于急诊科各个区域的护士长杜岳让人感觉精力十足。跟随杜岳来到留观室，处处能发现她对患者的关心与关爱。她与同事运用“需求板”“书写板”“风险评估小条”等，与无法发声的病人沟通交流，记者深切体会到护理理念由单一“救命”到更深一层“人文关怀”的变化。

作为一名管理者，杜岳仔细查看护士们的工作流程，统筹科室大小事务，关注每一处细节。急诊科工作环境虽然嘈杂，但是“乱中有序”，工作氛围和谐融洽。杜岳把急诊科的年轻护士当做自己的孩子，一一传授护理经验，把为患者服务的理念传承下去。

杜岳爱病人、爱同事、爱急诊科，对待工作一丝不苟，对待患者关怀备至，无论面对何种困难，都带领团队全力以赴，用自己过硬的职业素养践行护理誓言，用心、用情为患者提供优质、高效的护理服务。

## 天天观点

# “煎饼刻名画”，比手艺更“高”的是对生活的热望

□ 刘天虹

近日，一则“山东大姐用煎饼复刻世界名画”的视频登上微博热搜。在山东蒙阴徐海霞大姐灵巧的双手中，千硬豪迈、朴实耐厚的山东大煎饼摇身变成了梵高灿若骄阳的向日葵、莫奈绚丽缤纷的牡丹、达利鲜艳空灵的玫瑰……引得网友们纷纷惊呼“高手在民间”。

作为盛行于鲁南地区的主食，山东煎饼历史悠久，以其制作简单、易储藏，且“百搭”而颇受欢迎。对于粗犷质朴的山东人来说，“煎饼可卷一切”，娇憨硕大的煎饼简单地卷上辣椒、豆瓣酱，甚至大葱便可成为饱腹的一餐。而独独这样一种“土得掉渣”、烟火气十足的食物，却登堂入室、与艺术并肩，难怪引来巨大流量。徐大姐更凭此不能外出打工的家庭主妇们提供了一种赚钱的思路。

一边是果蔬米面，一边是丹青溢彩；一边是烟火漫卷的日子，一边是诗意飘飞的想象。可以说，网友们“民间有高人”的感慨，除了对山东大姐手艺之高的赞叹外，还有其面对人生的高致态度：做生活的乐天派，用朴实、真挚与蓬勃的生命力，点燃人生画卷。

近年来，受益于网络技术和社交媒体的迅速发展，不断有像徐大姐这样的“民间高人”走红：在贝壳上画鱼的温州女子陈雁、在厕所作画的清洁工画家王柳云、所著文章刷爆朋友圈的家政工范雨素、为东莞图书馆留言写下“余生永不忘你”的农民工吴桂春……一个个或许微小但极为闪耀的名字温暖着我们，让我们看到现实生活方寸之地外的广阔天地，激励我们不断鼓起对生活的热望，身处具体而繁杂的当下仍不忘“诗和远方”。同时也让我们看到了一个时代浇灌出的多元、丰厚的文化土壤，正为越来越多的他们提供寻找诗意的空间。

相比之下，在都市丛林中不断攀爬的年轻人每每以“躺平”“摆烂”自嘲，虽也是一种自我减压、自我调整的策略，却也显示出一种疲乏心态。这时，不妨看看这些用“煎饼花”制作的世界名画，飞扬在厕所里的图画世界，工地上腾飞的舞步，重新找回我们内心的力量，奔赴“向往的生活”。

## 新闻壹段评

### 为药物过度包装“瘦身”值得推广

近日，上海市计量协会联合上海市医药质量协会组织编制的《药品包装物减量指南片剂和胶囊剂》团体标准正式发布。该标准覆盖了药品生产、经营全产业链过度包装治理，填补了“限制药品过度包装”的技术空白，成为全国首个药品领域包装物减量相关的团体标准。

药罐或药盒“堆积如山”，相信是许多人家中常见的场景。药物的过度包装，不仅会给老百姓的使用带来不便，给企业增加采购难度和生产负担，还会造成资源浪费和环境污染。该标准的发布，让苦于药品包装久矣的患者喜闻乐见，让相关药品公司得以进一步聚焦药物研发本身，也是社会绿色发展，低碳生活的表现，值得倡议和推广。

### 招聘岂能“唯外貌论”

近日，湖南长沙一家传媒公司在招聘App上任职要求一栏写了11遍“肤白貌美大长腿”，引发热议。对此，该公司工作人员回应称，这个要求是公司行政觉得好玩乱打的，工作人员直接复制到了招聘要求上，正常招聘没有这个要求。

在招聘启事中，如此直白粗暴地反复要求面试者的形象，还以一句“玩笑”带过，实在让人倍感不适。这样的招聘启事不仅损害了企业形象，影响了求职者对企业的好感，还存在“相貌歧视”的嫌疑。把对面试者外形条件的要求放大，并强加在专业能力和技术水平之上，不利于塑造公平公正的职场环境，影响其良性发展。

### 治理弹窗广告，营造清朗网络空间

近日，国家互联网信息办公室、工业和信息化部、国家市场监督管理总局联合发布《互联网弹窗信息推送服务管理规定》，划出了清晰的监管红线：不得以任何形式干扰或者影响用户关闭弹窗；弹窗推送广告信息的，应当具有可识别性，显著标明“广告”和关闭标志，确保弹窗广告一键关闭。该规定自2022年9月30日起施行。

手机反复弹出广告让人不胜其烦，更让人担心的是，这种弹窗还有窃取用户个人信息的风险。事实上，弹窗广告的背后，有着一套非法利益的产业链，不少人对此颇有怨言却无力可施。该规定的出台，加大了斩断这条产业链的力度，体现了对个人权益的保障，让广大网友有更好的上网体验，也能让网络空间的管理越来越趋于完善。

### 校长们回归课堂应成为常态

开学前夕，安徽省合肥市包河区出台《区属中小学书记校长参与一线教学的规定》，强调自开学之日起，合肥市包河区52所区属中小学共计55名书记、校长全部排课，陆续走上讲台。为确保中小学书记、校长安心教学，包河区教体局将每周一作为全区教育系统“无会日”。

在大家的印象中，校长的职责主要是管理学校，无需进行教学活动，这样的安排有其合理性，但长期以来，却也容易让校长们脱离实际教学环境和学生群体，无法给教师们起到带头作用，不利于学校的整体管理和发展，也难以进一步为学生们创造更好的教育环境。合肥包河让中小学书记校长回归课堂的规定，无疑是个很好的示范，值得其他学校效仿和推广。

黄婷 整理点评

# 中国载人航天工程三十周年：逐梦苍穹 未来可期

□ 新华社记者 胡喆 李国利

30年前的9月21日，中国载人航天工程立项实施。

从无人飞行到载人飞行，从一人一天到多人多天，从舱内实验到出舱活动，从单船飞行到组合体稳定运行……载人航天工程三十年成为国家名片，是建设创新型国家和科技强国的内容，是实现中国梦、航天梦的具体实践，在展现综合国力、服务国家战略、推动科技创新、促进经济社会发展等方面发挥了重要作用。

## 从零起步 稳扎稳打

载人航天工程规模庞大、系统复杂、技术难度高。在工程立项之初，可谓一张白纸、白手起家。

工程论证、立项时，科研人员大胆提出由推进舱、返回舱和轨道舱组成的三舱飞船的技术路线，将安全性设计作为飞船设计的核心，同时考虑功能的可扩展性，在增加对接机构后，使之成为空间站与地面之间的天地往返运输工具，为载人航天的下一步发展打下坚实基础。

另外，从经济性角度出发，考虑一船多用，当飞船完成在轨运行任务后，轨道舱留轨飞行，可开展大量空间科学实验。

从1999年神舟一号的一飞冲天，到2003年神舟五号实现首次载人飞行、中华民族千年飞天梦圆，再到2005年神舟六号实现多人多天太空飞行，2008年神舟七号完成中国人首次太空行走、中国国旗首次在空中飘扬，2011年神舟八号与天宫一号圆满完成首次交会对接任务……

在载人航天工程“三步走”的第一阶段，通过突破分段技术、制导导航与控制技术、液体回路保障技术等一大批具有自主知识产权的核心技术，使神舟系列飞船深深打上了“中国制造”“中国创造”的烙印，使我国在一跃成为世界上第三个能够独立把人送上太空的国家，也成为第三个能够独立开展有人参与的空间科学实验的国家。

## 新征程上 勇攀高峰

党的十八大以来，党中央高度重视航天事业发展，明确提出航天梦，强调航天梦是强国梦的重要组成部分。在党的坚强领导下，中国载人航天踏上了新征程。

2013年6月11日，神舟十号载人飞船成功发射，航天员聂海胜、张晓光、王亚平三名航天员在太空先后完成了1次自动、1次手控交会对接，开展了太空授课，以及大量科学实验和技术试验。15天后的6月26日，飞船返

回舱安全返回地面。这是我国载人天地往返运输系统首次应用性飞行，标志着工程第二步取得阶段性重大胜利。

通过神舟十号的研制攻关和在轨任务的圆满完成，我国突破了空间组合体人性化设计基本技术、空间站建造基本技术，建立了天地往返运输系统，使我国全面掌握了航天器自动和手动控制交会对接、航天器绕飞等技术，特别是标志着神舟飞船作为我国载人天地往返运输系统日趋成熟，为实施我国载人航天第三步发展计划奠定了技术基础。

2016年，长征七号首飞任务所搭载的多用途飞船缩比返回舱成功返回，验证了新一代多用途飞船的返回舱新气动外形，突破了一批关键技术；实施了天宫二号与神舟十一号载人飞行任务，首次实现了航天员中期在轨驻留，并开展了一批体现国际科学前沿和高薪技术发展方向的科学实验与应用任务。

2017年，我国发射了天舟一号货运飞船，突破和验证了空间站货物运输、推进剂在轨补给等关键技术，飞行任务取得圆满成功。至此，载人航天工程第二步胜利收官。

## 接续奋斗 未来可期

建造空间站，建成国家太空实验室，是实现载人航天工程“三步走”战略的重要目标，是

建设科技强国、航天强国的重要引领性工程。载人航天工程第三步的主要任务便是“建造空间站，解决有较大规模的、长期有人照料的空间应用问题”。

2021年4月29日，长征五号B运载火箭将中国空间站天和核心舱送入太空，推动我国空间站建造进入全面实施阶段，中国人迎来了首个温馨舒适的太空家园。同年5月至10月，又相继将天舟二号货运飞船、神舟十二号载人飞船、天舟三号货运飞船、神舟十三号载人飞船送入太空。其中，神舟十二号航天员在轨驻留3个月，神舟十三号航天员在轨驻留6个月，创下中国航天的多个“首次”。

2022年4月16日，神舟十三号载人飞船返回舱成功着陆。中国空间站关键技术验证阶段圆满完成，进入全面建造阶段。随后的6月5日，神舟十四号载人飞船将陈冬、刘洋、蔡旭哲成功送入太空，正式开启6个月的天空之旅，标志着中国空间站任务转入建造阶段以来的首次载人任务正式开启。7月24日，我国空间站首个实验舱，也是迄今我国最大单密封舱体的问天实验舱在长征五号B运载火箭的托举下，横空飞九天，有力推进了中国空间站在轨建造任务按期圆满完成。

2022年，中国空间站将最终完成“T”字型建造任务，中国人的飞天梦将更加高远。