



# 艾草的温度 乡音里的守护

## 厦门市第三医院以“三服务”“三满意”为笔,把护理写进患者心里

走进厦门市第三医院,你会发现,这里的护理有点不一样。

它可能是中医科护士手里那枚温暖的艾灸,一小时就止住了一场急痛;也可能是儿科护士为孩子做推拿时,掌心那份恰到好处的力道;更可能是糖尿

病专科护士那句带着闽南乡音的叮嘱,让老“糖友”终于听懂了该怎么吃。

近年来,这家医院默默做了一件事:把“以患者为中心”从口号变成一个具体的行动。从“入院一件事”的便捷,到“互联网+上门护理服务”解决居

家难题;从升级呼叫系统到推行免陪照护……所有的努力,最终都指向一个朴素的目标:让服务更贴心,让患者、职工和医院都满意。

而这一切的底色,是一群护士的坚守与温情。

### 01 中医科:艾香暖心,以中医护理践初心

中医是中华民族瑰宝,这份古老的智慧,在三院中医科护理团队的践行中,化作了温暖、安全、舒适的优质护理服务,融入每一位患者的诊疗日常。

不久前,同安50多岁的陈阿姨,因半夜突发上吐下泻被紧急送往医院,确诊胃肠炎后收治于中医科。主管护师卓秋月第一时间遵医嘱,为陈阿姨实施热奄包治疗与神阙穴+中脘穴隔姜灸。不到一个小时,陈阿姨的腹痛症状便明显缓解,呕吐、腹泻也随之停止。经过三天的精准中医护理与调理,陈阿姨顺利康复出院,临走时再三向护理团队表达谢意。

同样感受到中医护理温暖



中医科卓秋月(左)和护士长夏爱芳(右)正在为患者做隔物灸

的,还有肺炎患者林先生。他因剧烈干咳难以入眠,半夜11点半紧急入院,此时检查报告尚未出具,中医科护士为他进行中药穴位贴敷。第二天白天,林先生的咳嗽频次明显减少;到了夜晚,他彻底摆脱了咳嗽的困扰,终于睡上了安稳觉。

这样的暖心案例,在中医科早已屡见不鲜。中医科护士长夏爱芳介绍,科室以传统中医为依托,传承弘扬中医智慧,护理人员均熟练开展艾灸、耳穴压豆、中药贴敷等十余项中医适宜技术,近半年已服务患者近万人次。

### 02 儿科:外治护童,以温柔匠心守成长

如今,越来越多的家长主动为孩子选择“绿色”诊疗方式——中医外治法。作为厦门市中西医协同旗舰科室建设项目成员,三院儿科中医专科护理团队,用优质中医护理获得了无数家长与孩子的信赖。

6岁的乐乐(化名)身高明显落后于同龄人,三院儿科中医副主任医师施钰娟为其制定了“耳穴刮痧压豆+扶阳罐+穴位贴敷”的综合中医外治方案,中医专科护士张柳真、许惠萍为乐乐开展中医护

理。一个多月后,乐乐的变化让家长惊喜不已:不仅睡眠变得踏实、胃口明显改善,身高更足足增长了1.5厘米。

“传承好、利用好中医智慧,为孩子提供更优质、更温和的护理,是我们的初心。”儿科护士长康丽卿介绍,科室始终深耕中医护理技能提升,结合儿童生理特点,系统开展出一套特色儿童中医外治体系:儿童刮痧、中药熏洗、中药泡洗、穴位贴敷、耳穴压豆、小儿推拿、闪罐、火龙罐等。近一年

来,仅小儿推拿一项就服务约2500人次;近段时间的春季生长贴项目已服务超过500人次,收获家长广泛好评。



儿科护士正在用中医外治法为患儿治疗

### 03 糖尿病专科护理门诊:用乡音守住“血糖安全线”

糖尿病是一种慢性终身性疾病,长期规范的血糖管理、科学的自我护理,是控制病情、预防并发症、提升生活质量的关键。在厦门三院,糖尿病专科护理门诊,正是守护辖区“糖友”们血糖安全线的重要一环。每周二上午9点,内分泌科护士长、糖尿病专科护士陈德梅都准点在诊间等候她的新老朋友,为糖友们提供全方位、个性化、全程化的精准护糖服务。

七旬“糖友”林老伯,退休后饮食不节制、缺乏运动,血糖忽高忽低。近几年来,他每月定期找陈德梅护士长就诊。测血糖、量血压,必要时查血酮体,再细致复盘每周饮食。

门诊中,陈德梅坚持为患者提供用药、饮食、运动、血糖监测、健康教育“五驾马车”一对一指导,发现异常便及时引导就医、更新健康档案。对文化层次低、依从性差的患者,她不

厌其烦地重复讲、换着讲、比画着讲。为了更好地沟通,她还特意学习了闽南语,用患者听得懂的语言传递控糖知识。

门诊之外,陈德梅还常年走进社区,开展“三减三健”讲座、义诊和健康宣教,把慢病管理服务送到百姓身边。“血糖达标,就是给患者减负。”在她的守护下,越来越多像林老伯这样的糖友,逐渐养成了习惯,血糖稳定了,生活质量得到显著提高。

### 04 盆底康复门诊:护好女性的“底气”

厦门三院,有这样一支默默守护女性盆底健康的护理队伍——盆底康复专科护理团队。这支深耕女性健康的团队,每月接诊超600人次,一年服务约6000人次,每一组数字背后,都是她们用坚守与付出书写的暖心护理故事。

“困扰我6年的疼痛,终于在这儿得到了缓解,太感谢沈瑞琼护士了!”一位产后6年的女士,曾因同房疼痛辗转多家医院均被告知“无异常”,不适感日渐明显。抱着希望来到三院盆底康复门诊后,主管护师沈瑞琼通过细致指诊,精准找到盆底肌筋膜紧张的问题根源,为其定制专属康复方案,全程耐心指导、实时调整,从手法放松到康复训练,每一个细节都考虑周全,最终帮助这位女士摆脱了困扰,重新找回了生活的底气。

深知上班族宝妈兼顾工作与康复的不易,团队特意推出延时服务,将门诊开放至每日18:30。考虑到全职妈妈带宝宝就诊不便,门诊常备婴儿车,护士们主动帮忙照看宝宝、安抚情绪,让宝妈们能卸下顾虑、安心治疗。

“我们的目标不只是解决漏尿或肌力下降,而是帮助女性在生育后重新找回身体的掌控感。”妇产科护士长张晓玲的话道出团队初心。

### 05 助产士门诊:让分娩“有备而来”

分娩,是每一位准妈妈生命中最特殊的旅程,而一份专业的指导与陪伴,能让这份旅程少一份恐惧、多一份从容。在厦门三院,助产士门诊便是准妈妈们的“分娩加油站”,由拥有母婴专科护士资质的妇产科护士长张晓玲与主管护师陈爱楠坐诊,用专业与温情,帮助准妈妈们从容备战分娩。

每周二、周五上午,周六全天,张晓玲与陈爱楠都会准时在诊间等候,用耐心与专业接待每一位准妈妈。门诊里,她们围绕分娩全流程,为准妈妈们提供全方位、个性化的指导,从科学制定分娩计划、规范开展会阴按摩,到细致解答产前各类疑问、系统开展母乳喂养宣教,每一项服务都贴合准妈妈的实际需求。

“很多妈妈对分娩是恐惧的,我们要做的,是让她们知道‘原来我可以’。”这是张晓玲与陈爱楠常说的。面对准妈妈们的焦虑与不安,她们不仅手把手传授分娩技巧、缓解疼痛的方法,更注重心理疏导,用温柔的话语安抚情绪、建立信心,帮准妈妈们卸下心理包袱。

(廖小勇 叶聪艺 陈雅玲)