



小耳朵里的“护理温度”

湖里区妇幼保健院中医耳穴护理门诊从“一人会”到“全院能”的突围之路

在厦门市湖里区妇幼保健院(以下简称“湖里妇幼”),有一项“神奇”的中医护理适宜技术——耳穴疗法。它不需要高精尖的仪器,只需通过耳朵的颜色、隆起、凹陷、血管变化,就能预判身体内的疾病,并实现闭环治疗。这枚小小的耳豆,正是医院践行厦门市卫健委提升“三服务”、打造“三满意”理念的生动缩影。“绿色、简便、有效、便宜。”湖里妇幼副院长、中医护理耳穴专家李春莺用八个字概括这项技术的核心优势。正因如此,耳穴疗法成了医院义诊时的“引流王牌”——每次出去义诊,耳穴摊位前排的队伍总是最长,常常要告知大家“我们要走了,下次再来”,人群才肯散去。

01

从自学到全国直播

李春莺是医院中医耳穴护理适宜技术的学科带头人。为了精进这门技术,她从疫情前就开始自学,疫情结束后,不辞辛劳地拜访了国内几乎所有知名的耳穴领域前辈。

为什么耳穴护理适宜技术特别适合妇幼保健院?李春莺列举了一长串应用场景:小儿腺样体肥大有效率可达70%以上,可避免幼童全麻手术的风险;春季助长、改善食欲、抽动症、防近视均有奇效;孕期可止吐、助眠、加速产程、纠正胎位不正;产后可催奶、退奶、缓解体虚;妇科手术前后可镇痛、安神;更年期可缓解潮热盗汗、情绪抑郁。“甚至减肥也有效。”她笑着补充。

印象最深的病例,是一位心脏早搏患者。这位企业高管每天早搏800到1000次,每年要放两次心脏药球。一次偶然的机,他向李春莺求助。之后,他每周接受耳穴调理,两年多来病情平稳,再也没有去医院“放球”。更令人惊讶的是,李春莺第一次看他的耳朵时,就察觉到了心脏问题——“耳朵上隐隐有一根血管,那就是信号。”还有一个失眠患者,半夜3点发信息求助,贴到最后一个穴位时说“不行,你给我找个床,我要睡觉”,当场就在诊室睡着了。

“耳穴疗法对疼痛的止痛效果,在国内外文献中发表的文章最多,第二位是失眠。”李春莺说。目前,她已获得厦门市中医药专项研究立项,带领全院十几个种子选手,将这项技术下沉到社区、带进老年大学,嵌入妇科病普查,真正做到了“服务基层、服务群众”。



▲学科带头人李春莺带领团队下沉到社区为百姓义诊

技术落地,最难的是“标准化”和“同质化”。如何从“一个人会”到“全院都懂”,再到“人人都是能手”?湖里妇幼护理部主任林惠玲给出了答案。

林惠玲师承全国耳穴泰斗王正教授,是其第十代师承弟子。她坦言,技术不能全盘照抄,必须结合妇幼特色。她制定了“三步走”战略:第一步建标准,把零散经验系统化,制定适用于妇女儿童耳穴诊疗规范;

02 从“一个人会”到“全院能”



▲护理部主任林惠玲(左三)手把手教医院同事耳穴疗法的技巧

第二步建梯队,形成“种子师资—一科室骨干—全院全员”三级带教体系,利用中午或晚上碎片时间进行临床带教、培训和实践,2025年全院开展近20场中医耳穴护理适宜技术专题培训;第三步闭环质控,从理论到模拟操作再到临床考核,合格者

持证上岗,定期复训。

规范落地后,耳穴疗法交出了一份亮眼答卷:患者服务满意度从全市第三提升到第二;腺样体肥大、过敏性鼻炎、产后镇痛等改善达标率超95%;实现“0差评、0投诉”。这些数据,正是“患者满意、社会满意”的最好注脚。

林惠玲的耳穴护理门诊经常拖班到中午1点多和下午6点多,因为要等放学后贴耳豆的孩子。有患者从香港打“飞的”来厦门,住在宾馆21天专程治疗过敏性鼻炎,5次治疗后基本痊愈。

“我们做的不仅仅是一项中医护理适宜技术,更是把人文关怀揉进每一次取穴、每一次按压里。”林惠玲说。小小耳豆,让患者感受到了实实在在的“湖里温度”。

03

产科病房里的“秘密武器”

有了李春莺的“开疆拓土”和林惠玲的“建章立制”,传承的接力棒交到了更年轻的护理骨干手中。在产科病房,护士长陈巧玲和她的团队把耳穴压豆当成了一项“秘密武器”。

陈巧玲印象最深的,是一位25岁的剖宫产产妇。术后因绒毛膜羊膜炎引发高烧,体温飙到40℃以上。退烧药用了,物理降温也做了,体温纹丝不动。产妇开始烦躁不安、大声喊叫,意识一度模糊。陈巧玲迅速为产妇实施耳尖挤痧,再贴上耳豆。整套操作不过两到三分钟,产妇的情绪明显平复下来,体温也逐渐回落。“谢谢你,帮了我大忙。”产妇安静下来后,拉着她的手说。

你,帮了我大忙。”产妇安静下来后,拉着她的手说。

耳穴压豆用的王不留行籽,本身就有利水通淋、下乳消肿的功效。“纯外治、不用吃药,哺乳期绝对安全。”陈巧玲介绍。针对产后常见的尿潴留、宫缩痛、切口疼痛、失眠、缺乳、焦虑等问题,耳豆几乎“个个能打”。

有一次,一位产妇两三天没合眼,头痛难忍,当班护士报告医生后准备遵医嘱给予安定片口服。陈巧玲主动提出:“我先给你刮刮耳朵、贴个耳豆,实在不行咱再吃药。”她一边轻柔操作,一边像邻家姐姐一样和产妇聊天。第二天一问,对方



▲产科护士长陈巧玲运用耳穴护理技术为产妇解决产后问题

笑着说:“昨晚睡得可好了。”

陈巧玲的技术是跟李春莺和林惠玲学的,她还常年泡在线上平台反复听课。如今,产科已成立中医护理适宜技术小组,骨干带全员,经验发到群里共享。“不能只有我一个人会,大家都会贴,产妇才能人人受益。”“学了中医耳穴护理适宜技术,等于多了一双手。”她说。

04

孩子的“慈爱疗法”

来。“小孩子怕痛,第一次贴的时候要特别温柔。”她的办法是先让孩子在父母身上试一下,“爸爸妈妈也贴,大家一起感受。”这种“慈爱疗法”让孩子觉得不是自己一个人在被治疗,抵触情绪很快就消退了。

一周来一次,一个疗程不到,豆豆晚上不打呼噜了,也不张嘴呼吸了。“孩子不说假话,好就是好,不好就是不好。”吴超英笑着说。

从理论学习到手把手实操,再反复在自己身上试贴体验——“我们自己要先知道痛不痛,才能

跟孩子沟通。”如今,这项技术已成为她的“第二双手”。“以前我们是执行医嘱,医生开什么我们就做什么。现在不一样了,有了中医耳穴护理门诊,我们可以辨证施护,成就感完全不一样。”

一颗小小的耳豆,不打针、不吃药,正让越来越多的患者受益,也让护理人员找到了职业的新价值。这就是“小耳朵里的大乾坤”,更是湖里妇幼人用心守护、代代相传的“湖里温度”,是医院践行“三服务”“三满意”最生动、最温暖的注脚。(廖小勇 朱春雷)



▲中医科护士吴超英用耳穴压豆技术为患儿解决顽固过敏性鼻炎

在中医科,护士吴超英的耳穴压豆技术,成了不少家长的“救星”。

5岁的豆豆因过敏性鼻炎反复发作,晚上睡觉打呼噜、张嘴呼吸,持续了一两个月。药吃了不少,症状却反反复复。来到吴超英的诊室,她没有急着操作,而是先跟孩子聊了起