

指尖一键预约 家中暖心照护

厦大附一医院“互联网+护理”重塑鹭岛就医新生态

全链条守护:28项服务贯穿生命每一程

清晨7点,城市刚刚苏醒。患有糖尿病足、行动不便的张大爷刚睁开眼,门铃便已响起。门外,是厦门大学附属第一医院(以下简称:厦大附一)国际伤口治疗师张蔓菁准时出现的身影。消毒、清创、换药,一系列专业操作在老人家中熟练展开。几公里外,新手妈妈林女士同样没有经历出门的奔波,助产士陈珊玲正轻柔地为襁褓中的新生儿完成足底采血,眼神专注而温暖。

这些曾经需要全家总动员、去医院路上反复折腾的场景,如今在厦大附一“互联网+护理”平台的串联下,已成为厦门百姓日常就医的新常态。

作为福建省首批探索“互联网+护理”的三甲综合性医院,厦大附一瞄准民生痛点,基于全周期健康管理理念,将目光精准聚焦于孕产妇、新生儿、术后康复、慢病卧床及高龄失能等特殊群体。平台精心打造了涵盖28个服务项目的立体化照护网络——从孕产妇的产后护理、母乳喂养指导,到新生儿的黄疸监测、足底采血;从慢病患者的PICC维护、腹膜透析,到老年群体的呼吸机管理、气管切开护理……一条贯穿生命全链条

的服务体系已然成形。90余名专科护士组成的移动护理团队,正将三甲医院的专业照护,从病房延伸至千家万户,为健康厦门的建设写下生动注脚。

“上门护理是升级版的医疗照护,质量安全是我们的生命线。”该院护理部主任陈付红的话掷地有声。为确保居



妇产科陈珊玲护士正在为新生儿沐浴与抚触



内分泌糖尿病科王跃滨副主任护士正在为患者伤口进行护理

家服务与院内护理同质化,医院构建起严密的质量保障体系。人员资质把关严格——所有上线护士均须具备5年以上临床经验,持有专科护士证书或通过专项技能考核。流程管控闭环管理——依托互联网平台实现线上申请、线下服务的全流程追踪,定位留痕、操作可溯。风险防控精准施策——针对气管切开护理等高危项目,制定

标准化应急预案,确保护理过程万无一失。

近期上线的“静脉采血”专项升级,正是这一体系的生动实践。服务打通了“专科医生线上开单一护士打印条码一上门采集标本一规范送检一患者线上查报告一医生线上咨询”的完整闭环,患者及家属全程不用去医院,让便捷与安心真正兼得。

数据里的温度:让专业护理触手可及

数字见证实效。近期该院每月累计完成订单近100单,其中新生儿足底采血、留置导尿护理、急慢性伤口护理、母乳喂养指导、胃管护理位列服务量前五。这些订单背后,是无数个家庭免于奔波之累的笑脸,是失能老人获得专业照护后的安宁,更是家属从非专业护理风险中解脱出来的

释然。护士多跑路,患者少跑腿——这句朴素承诺正变为触手可及的现实。

“我们的目标是让专业护理像基础民生保障一样触手可及,让每位百姓在家中都能

享受高质量的医疗服务。”陈付红表示,医院将持续优化“互联网+护理”内涵,为健康厦门贡献护理力量。从指尖的一键预约到家中温情的专业照护,这项创新实践不仅重塑了医患连接的新模式,更让温暖的健康底色,悄然铺展在鹭岛乃至八闽大地上。

(廖小勇 陈雯 徐鑫)



四时药膳

大暑清热 炎夏消暑护心阳

“斗指丙为大暑,斯时天气甚烈于小暑,故名曰大暑。”大暑是中国二十四节气中的第十二个节气,标志着夏季的鼎盛时期,2026年大暑为公历7月23日。此时太阳运行至黄经120°,正值中伏前后,我国大部分地区进入一年中最炎热的时段,民间素有“小暑大暑,上蒸下煮”之说,形象道出此节气温高、湿度大、闷热难耐的气候特点。

【养生要点】

热浪滚滚,炎阳如火,大暑之后,天气酷热至极,人体易受邪气侵袭,导致心烦意乱、口渴多汗。中医认为,“心主夏”,夏季养心尤为关键。大暑养生应着重于清热解暑、养心安神,以顺应季节变化。在饮食方面,大暑可多食用清淡、易消化的食品,如绿豆、薏苡仁等,有助于清热解暑。同时,可适量食用一些苦味食品,如苦瓜、莲子心等,以清心泻火,避免心火上炎。

【药膳养生】

大暑消暑,药膳当以清解与补益相兼为要,推荐一饮一粥。二者均以寻常谷豆、药食两用之品制成,取材方便,制作简单,既消暑热,又顾护脾胃,于日常饮食中融汇养生智慧,使

祛病强身寓于一日三餐。

一饮:薏苡二豆饮

【准备材料】薏苡仁、绿豆、赤小豆。

【制作方法】将薏苡仁、绿豆和赤小豆清洗干净,提前浸泡数小时。将浸泡好的薏苡仁、绿豆和赤小豆放入锅中,加入适量的水。大火烧开后转小火,慢慢煮至豆类软烂。在煮的过程中,可以根据个人口味加入适量的冰糖调味。

【药用功效】薏苡二豆饮不仅味道甜美,还具有清热解暑、健脾利湿的养生功效。薏苡仁味甘、淡,性凉,归脾、胃、肺经,具有利水渗湿、健脾止泻的功效。赤小豆味甘、酸,性平,归心、小肠经,具有利水消肿、解毒排脓的功效。绿豆味甘、性凉,归心、胃经,具有清热解毒、消肿除烦的功效,三

者相互配伍,有助于清热解暑、利湿消肿。

一粥:荷叶莲子粥

【准备材料】荷叶、莲子、粳米、冰糖。

【制作方法】将荷叶洗净切碎,莲子洗净去心,粳米洗净。将荷叶、莲子、粳米放入锅中,加入适量清水,大火煮沸后转小火煮至粥稠米烂,加入冰糖调味即可。

【药用功效】此粥香甜可口,具有清热解暑、养心安神的功效。荷叶味苦,性平,归肝、脾、胃经,具有清暑化湿、生发清阳、凉血止血的功效。莲子味甘、涩,性平,归脾、肾、心经,具有固精止带、补脾止泻、益肾养心等功效。粳米味甘,性平,归脾、胃经,具有补中益气、健脾养胃的功效,三者搭配能够清热解暑养心安神,相得益彰。

【药膳价值】两款药膳紧密结合大暑暑热伤津、暑湿困脾、暑邪扰心的特点,一饮以薏苡仁、绿豆、赤小豆甘淡渗利,清热解暑、健脾利湿;一粥以荷叶清暑化湿、莲子养心安神,粳米和中,共同实现清暑与养心并重,适宜大暑时节的日常调养。

【生活调节】

在日常生活饮食中还需注意以下事项,对于容易上火的人来说,可适当饮用菊花茶、金银花茶等具有清热解毒功效的茶饮。同时,要尽量避免食用过于油腻、辛辣的食物,以免加重内热。大暑时节,切忌情绪激动,保持心情平和、宁静,有助于调节阴阳平衡。同时,要合理安排作息,保证充足的睡眠时间,避免过度劳累。

(福建卫生职业技术学院 林玲)