

用心倾听 点亮微光

——记莘县燕塔街道社区卫生服务中心主管护师李燕民



□ 周长才 吕婷婷

8月11日午后,莘县燕塔街道社区卫生服务中心眼科住院部一片静谧。主管护师李燕民正准备为患者测量血压,突然,一个声音打破了病区的安静——“不吃,我不吃降压药了,吃了也没用!”她循声望去,只见10床的王丽英(化名)眉头紧锁,一次次推开儿子递来的药片,抵触情绪溢于言表。

王丽英是一名退休教师,平生酷爱

读书。然而,日益加重的白内障让她的视力每况愈下,生活处处受限,加之对眼部手术的恐惧,她逐渐陷入自卑与无助,开始抗拒服药,甚至抵触所有治疗。

李燕民没有急于劝说,而是缓步走到病床旁,轻轻坐下,耐心邀请老人倾诉心事。在她的温和引导下,王丽英终于吐露了深藏心底的煎熬:退休后视力逐年衰退,无法再读书写字,眼前的生活仿佛失去了盼头。她觉得自己成了子女的累赘,服药也毫无意义——曾经桃李满天下、在讲台上意气风发的自己,如今却事事依赖儿女,巨大的落差让她心有不甘,更忍不住一再否定自己。

李燕民敏锐地察觉到,老人惧怕的

并非手术本身,而是害怕丧失自理能力、失去自我价值。她紧紧握住老人的手,细细宽慰,并用通俗的比喻耐心讲解病情——白内障如同相机镜头蒙上薄雾,手术便能去除遮挡物、重获清晰视野;而血压居高不下会直接阻碍手术,只有规律服药平稳血压,才能为重拾光明铺平道路。她同时告知老人,科室白内障手术技术成熟、成功率很高,治好眼睛后,就能再度捧起书本、提笔书写,重拾惬意的晚年生活。

这番细致入微的疏导,如春风化雨,渐渐消解了老人心底的焦虑。王丽英紧皱的眉头终于舒展,她郑重地点了点头,缓缓拿起药片,温水送服。

次日一早,王丽英主动告知医护人员,自己已按时服药,并迫切希望尽早安排手术。随后,手术顺利开展,术后老人双眼视物清晰,再次捧起了心爱的书,也重拾了往日的自信。康复后,她特意致谢李燕民,感激她读懂了自己内心的苦闷——没有简单说教,而是用心接纳了她的脆弱。

李燕民深刻感悟到,叙事护理不是刻板说教,而是走进患者心里,接纳他们的无助与焦虑,帮他们找回信心和勇气。只有用心倾听,才能让每一个身处低谷的患者,重新看见希望,走向明朗的明天。



8月10日,东昌府区湖西街道便民服务中心,聊城市眼科医院(聊城市第五人民医院)医护人员在为市民进行耳穴压豆。当日,聊城市眼科医院开展中医药文化义诊活动,把中医药特色诊疗服务送到居民家门口,让辖区群众就近享受专业便捷的健康服务。

吕婷婷 唐洪启 摄

本报讯(周长才 兰菲)

8月9日,聊城市人民医院临床技能培训中心联合医院工会、社工部,举办了两场职工子女暑期急救实践活动。活动按年龄分层,分别设置低龄沉浸式科普与青少年专业化实训两类课程,旨在通过寓教于乐的方式,提升孩子们的安全防范意识和自救互救能力。

针对小学生活泼好动、以形象思维为主的特点,院方策划了“小小急救员·安全伴成长”科普体验专场。活动采用“实地参观+趣味科普+实操体验”的互动形式,孩子们在轻松氛围中观摩医学模拟设备,并通过动画短视频学习防溺水、防踩踏、雷雨避险、中暑处理及气道异物梗阻等常见风险的应对方法。

针对参与暑期志愿服务的青少年,开展了急救专项培训,重点教授心肺复苏(CPR)与自动体外除颤器(AED)的操作技能。讲师结合真实案例,深入浅出地讲解急救生存链、心肺复苏完整流程及AED的正确使用规范。实操环节中,学员分组利用模拟人演练环境评估、呼救、胸外按压、人工呼吸、AED除颤等全流程操作。培训老师全程指导、及时纠正,现场学习氛围紧张而热烈。

市人民医院开展职工子女暑期急救培训

药片别乱掰,当心变“毒药”

□ 金萌萌

市民王振海(化名)患高血压多年,一直规律服用硝苯地平控释片,血压控制得还算平稳。可每次吞药,他都觉得药片偏大,咽下去有点费劲。于是,他自作主张,把药片掰成两半吃,症状明显时甚至碾成粉末用水冲服。本以为这样能“吸收更快、效果更好”,可一段时间后,王振海却频繁出现头晕、心慌等症状,血压忽高忽低,比吃药前还不稳定。自行调整药量也无济于事,他只好前往聊城市第二人民医院神经内科就诊。

经神经内科医生初步诊断后,护师张东云配合医生,对王振海的日常作息和服药细节进行了逐一梳理。结合各

项检查数据,她很快意识到问题所在,于是拿出同款药片,向他讲解控释片的释放原理:控释片之所以能平稳控压一整天,靠的是特殊的药物骨架结构,让药物在体内缓慢、匀速地释放。一旦掰开或碾碎,这个“缓释系统”就被彻底破坏,原本该慢慢释放的药量会一股脑儿涌入血液,短时间内血压急剧下降,等药效迅速耗尽,血压又猛然反弹。这种“过山车式”的剧烈波动,比高血压本身更危险,极易损伤血管,显著增加心梗、脑卒中的风险。

结合该案例,张东云提醒,缓释、控释制剂,以及肠溶片、肠溶胶囊都不能拆分服用。肠溶片表层的耐酸包膜可以保护药物有效成分不被胃酸分解,直至药

物抵达肠道才会溶解吸收,包膜破损之后,药物在胃部提前释放,不仅药效大打折扣,还会持续刺激胃壁,长久下来容易引发胃部疼痛、黏膜糜烂,严重时甚至会诱发胃出血。各类普通胶囊、软胶囊同样不能拆开服用,胶囊壳的作用不只是“包装”,它能隔绝苦涩药味,同时保护口腔和食道黏膜不被药粉刺激。私自剥壳服药,很容易造成消化道局部损伤。

然而,并不是所有药片都不能掰开服用。张东云补充说,一些没有特殊包衣工艺的普通药片,药剂成分溶解方式不会因掰开发生改变,因此正常拆分服用不会影响药效发挥。药片表面的分割刻痕是制药厂家专门设计的分割位置,沿刻线掰开可精准控制剂量,在医生允

许的情况下,可以正常拆分服用。

确保居家用药安全,最稳妥的方式是仔细阅读药品包装盒及内部说明书。凡标注“整片吞服”“禁止咀嚼或掰开”的药剂,务必整粒用温水送服。除去专门为孩童研制的药用剂型,成年人的片剂、胶囊不要擅自研磨冲服,不要咀嚼、含服缓释、肠溶类药物,保障药剂完整进入体内发挥作用。

张东云提醒,看似不起眼的掰药习惯,很可能埋下不小的健康隐患。身患慢性病需要长期服药的人群,切勿凭“感觉”随意更改服药形式与用药剂量,一切用药调整都应遵从专业医师指导。科学规范服药,才是对自己和家人健康负责的态度。