温情守护，点亮康复微光

——聊城市退役军人医院消化内科主管护师由亚楠的叙事护理故事

护理日志

□ 周长才 马舒畅

“胃肠慢病，是一场漫长又无声的拉锯战。腹胀腹痛反复纠缠，不适感久久难以消散，不仅侵蚀患者的身体，更悄悄击碎他们正常生活的信心。护理不只是要观察病情、指导饮食，更要以温情为舟，陪伴患者跨越身心的困顿。”10月29日，聊城市退役军人医院消化内科主管护师由亚楠在护理札记中写道。

不久前，科室收治了一位长期受胃肠疾病困扰的老年患者张明峰（化名）。常年反复发作的不适感让他身心俱疲，入院后情绪低落、惧怕进食，不愿配合治疗，整日沉默寡言。

由亚楠察觉后轻声询问，张明峰才一脸愁容地道出内心的纠结——病情总是反反复复，怎么治都不见好，一吃东西胃就胀疼，看不到好转的希望。由亚楠耐心安慰他：“大爷，我理解您的心情，疾病久治不愈，换谁都会灰心。慢病虽然没有速成的治愈办法，但只要调养得当，是会逐渐好转的。咱们不着急，先从粥这类流食开始尝试，少量慢慢吃。”说完，由亚楠将一碗热乎乎的米粥稳稳地递到张明峰的手中。老人接过粥，脸上露出一丝犹豫，她继续耐心开导：“相信我们，也相信您自己。每一次坚持，都是在向康复更近一步。今天咱们先试着小口喝一点温粥，如果感到不舒服，我们就立刻停下，好吗？”张明峰迟疑片刻，终于舀起一勺送进嘴里。由亚楠在旁轻声鼓励，见他喝下几口没有不适，才稍稍放下心来。这一小步，成了老人重新愿意进食的开始。

此后，由亚楠每日耐心陪伴老人循序渐进地尝试进食，及时肯定他的每一点进步，并在他情绪低落时耐心安抚、温柔开导。

几天后，由亚楠来到床前，轻声问起他的感受，张明峰的语气明显轻松了些，说好像比前几天舒服多了，没那么胀了，脸上也露出了笑意。由亚楠及时鼓励他：这就是最珍贵的进步，康复本就是循序渐进的过程，愿意坚持就是最大的胜利；心里烦闷了就聊聊天，不用一直紧绷着。看到老人病情和心情都在好转，由亚楠和同事们也更有干劲，更坚定了陪患者走下去的信心。

在由亚楠和同事的耐心守护下，许多像张明峰这样的患者慢慢放下进食恐惧，从不敢进食到愿意小口尝试，再到能正常进食软烂饮食，心态也从消极低沉变得坦然乐观。

一碗温热的米粥，缓解的是肠胃的不适；一句温柔的鼓励，点亮的是心底熄灭的微光。消化内科的护理，守护的不只是患者的胃肠健康，更是患者濒临破碎的信心与希望。微光虽小，点点汇聚，足以照亮患者漫长的康复之路。愿以温柔守护，伴每一位患者跨越病痛，奔赴安稳归途——这正是聊城市退役军人医院消化内科全体医护人员的心声。



10月28日，东昌府区梁水镇镇中心卫生院联合聊城市人民医院东昌府院区开展2026年“世界卒中日”主题党日暨专家义诊活动，为群众提供免费血压测量、慢病咨询、家庭医生签约、健康宣教手册发放等便民服务，把贴心、暖心的健康服务送到群众身边。图为医护人员在问诊。 周长才 王泽刚 摄

阳谷县人民医院入选京津冀鲁区域临床检验结果互认机构

本报讯（吕婷婷 杨晓芳）10月29日，笔者从阳谷县人民医院获悉，近日，北京市、天津市、河北省、山东省卫生健康委员会联合印发《关于公布第八批京津冀鲁区域临床检验结果互认项目和医疗机构名单的通知》，阳谷县人民医院通过评审，成功入选第八批京津冀鲁区域临床检验结果互认医疗机构。这标志着该院检验科检测质量、实验室标准化管理水平得到四地质控部门的权威认可。

本批互认项目共计132项，涵盖临床血液学14项、临床体液学11项、临床生物化学38项、临床免疫学49项、分子生物学17项、临床微生物学3项。

检验结果互认落地后，阳谷县人民医院出具的互认范围内检验报告可在京津冀鲁四地互认医疗机构采信，有效减少异地就医重复抽血、重复化验，节约就医时间，降低就医成本。

红眼病看一眼就会传染吗？

本报讯（金萌萌）不少人都听过这样的说法：别盯着红眼病患者的眼睛看，看一眼就会被传染。近日，聊城市人民医院眼科门诊接诊的急性结膜炎患者明显增多，很多患者和家属都带着这个疑问前来就诊。该院眼科医生杨艳艳提醒大家，这个流传已久的说法，其实是谣言。

杨艳艳介绍，红眼病在医学上通常指急性结膜炎，是覆盖在眼白表面和眼睑内侧的结膜发生的急性炎症，可由多种原因引起，常见类型包括细菌性、病毒性和过敏性结膜炎。其中，细菌性和病毒性结膜炎具有传染性，过敏性结膜炎不传染。

细菌性和病毒性结膜炎通常发病急，典型症状较易识别：球结膜充血、眼睛发红，分泌物增多，可为水样、黏液性或脓性；眼内有异物感、烧灼感、刺痛，像进了沙子，还可伴随畏光、流泪、眼睑红肿。医生介绍，多数普通急性结膜炎不会损伤视力，但病情较重或未及时治疗，尤其合并角膜炎时，可能引发角膜溃疡并损害视力，千万不能大意。

关于传播途径，杨艳艳解释，细菌性和病毒性结膜炎具有传染性，主要经接触传播，不会通过眼神对视传染。简单来说，不是看一眼就中招，而是手接触被患者眼分泌物污染的手、毛巾、脸盆、眼药水等物品后再揉眼睛，才可能造成感染。

日常做好这几点，就能有效防护：勤洗手，外出回家、饭前便后用洗手液或肥皂规范清洗，改掉脏手揉眼睛的习惯；毛巾、脸盆、眼药水、眼部化妆品专人专用，不交叉共用；门把手、桌面等高频接触物品定期擦拭消毒，多开窗通风；高发期尽量少去泳池、公共浴室等人员密集、易共用物品的场所。如果不幸患病，建议居家休息，暂时不要前往学校、单位等人群密集场所；具体隔离和返校、返岗时间应遵医嘱，一般在症状消失后1至2周再恢复集体活动。

杨艳艳特别提醒，一旦患上红眼病，优先到眼科就诊，不要自行购买眼药水滴用。细菌、病毒、过敏引发的结膜炎用药完全不同，盲目用药可能加重病情。居家护理时，可以用凉白开或者生理盐水轻柔清理眼部分泌物；是否冷敷、热敷及频率应遵医嘱；患病期间暂停佩戴隐形眼镜，更换框架眼镜；患者的毛巾、脸盆可以煮沸消毒，衣物单独清洗。

门诊中，杨艳艳也梳理了几个大家常踩的误区。误区一：红眼病是小事，扛一扛就能好。病毒性结膜炎部分可自愈，但传染性强，易传染家人和周围人群；细菌性结膜炎拖延治疗，可能诱发角膜炎、损伤视力。误区二：眼睛发红就是上火，喝点凉茶就行。感染性结膜炎由病原体引起，凉茶不能杀灭病原体，也不能替代正规治疗，眼红原因多，应就医鉴别。误区三：戴上墨镜就不怕传染。墨镜只能遮挡强光，不能阻挡附着在双手、物品上的病原体，起不到预防作用。