

天使成“明星”

5月10日，为庆祝5.12国际护士节，我院举行了别开生面的欢庆活动。上午县卫生局翁桂珍局长和医院领导慰问了坚守岗位护士们。晚上在三楼多功能厅，来自临床一线的护士们在众人的瞩目和掌声中走上红地毯。这一晚，天使们是绝对的“明星”。

护士是奋战在临床一线的白衣天使。她们日夜穿梭在病房，用自己的爱心和精湛的技术守护着病人。这一晚，年轻的白

衣天使们在医生的护送下，在优雅的旋律中，盛装走上红地毯，并把带有对护士节美好祝愿的心愿卡贴上展示墙。红地毯两边依次站着医院的领导、职能科长和科主任、护士长团队，尽情地为他们喝彩和鼓掌。在护士节之际，绍兴县中心医院这种突出临床一线护士的庆祝活动，充分体现了管理服务于临床，临床服务于病人的治院理念。

(陈金芳)



VIP 护士谢欣和李佳宝走在红地毯上，这份自信不输明星。



泌尿科护士郑宇在医生何建松的护送下，开心入场，医护团队融洽深厚的情义溢满现场。



骨科护士胡颖颖穿上公主服款款而来……



神经内科小护士叶婷在科主任周君的带领“女王范”十足。



全体护士长旗袍亮相，呈现的不仅仅是浓浓的女人味，更有新时代护士的自信和优雅。

微笑感动生命

佚名

人人都说：“护士是天使，永远微笑着为每一个病人做着所有可以做的事。不会因为病情严重或会传染而厌恶你。”“世界是残酷的，在自然界，动物会因为无力抚养自己的全部孩子而放弃弱小的。而燕子却很少偏心，它总是很努力的找食物喂养自己所有的孩子，让它们长大。这也许就是燕尾帽的由来吧。”

记得幼年时，从电影镜头中获得的护士印象总是那么美丽，端庄、面带微笑、头戴白帽、身穿白衣、迈着轻盈的步伐，如蝴蝶般在病房里飘来飞去。耳边不时传来感激不尽的话语，周围全是充满期待的眼神，真感觉浪漫而幸福。刚进医院实习时，正值花季年华。整洁是我们的天性，喜欢将自己的小屋收拾得干干净净、舒适温馨，可一来到病房、听到的却是痛苦的呻吟，看到的是血水、脓液、排泄物。尤其是给重病人导尿、灌肠、插引流管，其脏其臭可想而知，真是难为了我们刚来的姑娘们。

相信和我一起进来医院的姐妹们都有同样的感想，就是刚刚开始一个人上班的我们，一切都是那么莽撞，脾气冲天的我们老是觉得怎么会有这么不可理喻的病人，直到我定科以后的一次夜班中，又一次和病人起了冲突的我回到护士站就大发雷霆，这时候吴老师安慰我说：不要生气，他们都是病人，不仅要承受疾病的折磨还要承受巨大的心理压力，你这样生气

到头来还是自己不开心，会影响你工作的质量，这样就会形成恶性循环，想开了就好了。我豁然开朗，突然明白为什么吴老师总是可以微笑面对每个病人，就算工作再忙她还是可以耐心的解答每个病人的疑问，想到这里，我感受颇深。想到每次为病人输液时，我会问，我扎的疼吗，很多病人对我说，不疼，一点都不疼，谢谢你。我就会高兴地离开病房。直到有一次，当我生病输液时，我才明白，输液哪能不疼呢，病人虽然躺在床上，虽然忍受着疾病带来的痛苦，但还是善意的鼓励我，帮助我，用不疼给我增加信心，我的一点点进步，也包含着病人的心血啊！随着我们病区优质护理示范病房的开展，我看到科室里的老师们不管是家里有事有事情牵绊的，还是刚刚被病人拿来当“出气筒”的，总能微笑着面对每一个病人，尽心尽力的为他们排忧解难。

是的，看到病人的微笑，我们便会有了成就感，听到病人的赞赏，我们便觉得付出有了回报，即使付出再多也是值得的，我们用纯真的微笑和高尚的情操唤起病人战胜疾病的坚强信心，去感化病人，让他们感到人间温暖、真诚的可贵，这不就是我们的责任吗？南丁格尔曾说：“护理工作是用真诚的爱去抚平病人心灵的创伤，火一样的热情去点燃患者战胜疾病的勇气，这才是护理工作的核心。”

大型孕期健康讲座

5月12日上午，我院孕妇学校在三楼学术报告厅顺利举行“爱力自然分娩体验营”的健康讲座。

此次讲座特别邀请了浙江大学医学院附属妇产科医院健康教育中心主任——周杏仙老师。周老师从如何认识分娩、自然分娩的重要性、怎样控制孕期体重以及如何临产后进行正确的呼吸从而达到减痛目的等四个方面进行了全面的讲授和示

范，吸引了192个家庭近400人参与。周老师的授课风趣幽默，并且不时和台下的准爸爸、准妈妈们进行互动，课堂气氛活跃。讲座结束后还邀请了六个家庭进行了爱力呼吸减痛的现场演练。

此次讲座让准爸爸、准妈妈们更加坚定了选择自然分娩的决心，医院定期开展这样的无偿授课也让他们感到非常满意。

(陶国风)

那一天，我们穿上了迷彩

施莹莹

那一天，科室组织了拓展训练，我们穿上了迷彩服，开始了另一种体验，正所谓人生处处是课堂，只要去用心去体会，何处不修行……

首先，教练给我们做了一个小小的测试：你认为自己双手击掌在10秒内最多能击多少下？认为10—20下的差不多达到45%，20—30下的有28%，30—40下的16%，40—50下的为11%，随着教练的一声开始，我们奋力的拍打的自己的双手，在“停”的一声结束后，结果最多的击了60下，大部分也都有三四十下，但出乎我们意料之外的是这样的结果仅仅用了5秒的时间，道理显而易见了，我们的潜能是巨大的，只是我们不愿去发现和发掘它。

团结就是力量，团结就是希望，在穿越电网游戏中，看着那一格格狭小的网格，起初我真的不敢相信我们十八个人能半小时之内，在不触碰四周电网的情况下，顺利穿越，可当电网另一边人数越来越多的时候我仿佛看到了希望，也积极地投入其中。此项游戏一方面需要的是我们的团结，另一方面更需要计划，谁先过，谁后过，哪个队友最后过、如何过的问题都必须在事先有一个整体的构

思，如此才会起到事半功倍的效果，工作也是如此，行动之前必须先制定计划，以避免工作的随意性，影响工作的效率。作为团队的一员，我们首先必须有责任心，明确每个人的责任，明确领导者的责任，明确整个团队的责任。每个人都拥有了强烈的责任心才会将团队工作作为自己成长的一部分去用心对待，只有每个人都拿出百分之百的努力，才不会出现1*1小于1的结果。

“高空断桥”，一个挑战勇气和胆量的时刻，看起来会让很多人望而却步，但看到前面同事一个个成功的那一刻，就会有更多的人愿意去尝试，挑战自己，在你穿上了保护带准备攀爬的那一刻，就没了退路。有两个同事在即将到达最高点的时候选择退缩，教练告诉我们只有你要与不要的问题，而没有敢不敢的问题，最后在教练员的耐心指导外加激励法，我们都战胜了自己内心的恐惧，顺利的完成了任务。

“准备好了么，准备好了”，“一二三”随着口号，我的身体做了一个自由落体的动作。在同事们的高呼声中，我飘然而下，强有力的胳膊，雄壮高昂的口号，让我气从心底起，胆从气边生，挺胸、闭眼、向后勇敢

地平躺而下。这个小插曲叫信任背摔，名副其实，这是同事之间的一种信任，这种信任是相互的，只有相互信任，才能做出这种大胆的动作，把最坏的结果留给自己，把最安全的信任推给对方。这种信任来不得半点虚假，甚至一点点的心存疑虑，都会下意识的由动作表现出来，结果就是给保护你的人、信任你的人造成更重的负担甚至是伤害。由心里开始，才是真正的信任。随着最后一个项目，信任背摔的结束，活动也画上了逗号。画上逗号是因为活动的影响还会继续，会继续把活动中的感受和收获带到工作中去。

感动仍在回味，震撼还在继续！我真真切切感受到“团结就是力量”——只有大家心往一处想，劲往一处使，才能同舟共济、创造奇迹！这次的拓展训练让我们在欢声笑语中体验、学习、分享、升华……共同进步，挖掘出了一直潜伏在身上从未真正了解的力量，这就是拓展训练的真正意义！它带给我们的不仅是生理上的挑战，也给我们带来了一笔精神上的财富。越出窘迫后的海阔天空是令人向往的，但是否有勇气和决心迈出至关重要的一步也是很重要的。



糖尿病护理知识风采大赛

5月7日上午，在我院三楼多功能厅，首届“绍兴县中心医院糖尿病护理知识风采大赛”圆满落幕。来自临床一线的27名护士参加了比赛。

比赛采用“一站到底”新颖的竞赛形式，充分发挥每位参赛选手的潜质，同时又体现团队的力量。通过激励的攻擂、守擂，最后樱花队（血液、内分泌、神经外一科）夺得最后擂主。

此次糖尿病护理知识风采大赛是我院2013年护士节系列庆祝活动的首要活动。参赛护士丰富的临床知识和快速的反应能力给人留下深刻的影响，也体现了新时代护士“自信、知性”的职业形象。

(陈金芳)