

# 守护银龄心灵港湾 点亮康复希望之光

## ——走进无锡市精神卫生中心老年精神科、无锡市中心康复医院康复医学科护理团队

凌晨四点的病房，老年精神科的护士们还穿梭在病区的每个病房巡查、处理突发情况；面对难以进食的脑梗康复患者，康复医学科的护士们不厌其烦，一遍又一遍地锻炼患者吞咽技巧，直到可以一点一点吃下去……在“5.12”国际护士节来临之际，记者走进无锡市精神卫生中心老年精神科护理团队和无锡市中心康复医院康复医学科护理团队，记录她们用专业和温情，诠释着护理工作的深度与温度，为老年患者守住尊严，为患者点亮希望。



“促进阿尔茨海默病患者的康复离不开家庭的关怀，编织、折纸、穿珠子等手工制作，能锻炼手部的灵活性和协调性，是一种很好的康复训练方法……”近日，在市精神卫生中心党员活动室，精神临床第四党支部委员、护士长刘晶正向患者及家属作“阿尔茨海默病患者康复护理指导”讲座。当前，老年友好型社会的完善成为全社会关注的焦点，市精神卫生中心党委发挥基层党组织在民生服务中的堡垒作用，积极开展基层党建工作项目“阿尔茨海默症患者家庭红

色守护行动”，将关怀阿尔茨海默病患者家庭纳入“为民办实事”清单。

活动中，老年精神科护理团队详细演示了认知训练技巧、情绪管理方法及安全防护要点，并与家属共同进行手工制作，帮助家属掌握寓教于乐的居家干预方式。针对老年患者常见的吞咽功能障碍问题，还邀请康复医学科护理团队的副主任护师尤莉带来专题科普讲座。“许多并发症可以通过早期识别和科学干预避

### 无锡市精神卫生中心老年精神科护理团队 用专业守护尊严，以温情润泽夕阳

免。”尤莉表示，提升家属的护理能力是改善患者生活质量的关键。类似这样的医路先锋赋能活动每月都有开展，医院党委通过红色守护行动推出“自然疗愈+人文护理”模式，打造“水果—花语病房”，推动“医院—家庭—社会—党组织”四方协同，切实解决阿尔茨海默症家庭照

护痛点，构建“红色服务生态圈”。

看，在该院老年精神科病区，映入眼帘的不是冰冷的仪器，而是一幅幅色彩明快的画作、一盆盆生机勃勃的绿植，以及护理人员搀扶老人开展

认知训练的温馨场景。这支由130名护士组成的团队，平均年龄仅35岁，却承载着无锡及周边地区老年精神疾病患者的健康重托。面对阿尔茨海默病、老年抑郁症、器质性精神障碍等复杂病症，她们练就了火眼金睛，用专业与耐心搭建起一座“心灵港湾”。

3月初的凌晨4点，夜班护士小齐穿梭在病房的各个房间，如同往常一样俯身查看每位患者。当她停在6床李奶奶的床边时，敏锐地捕捉到了异常：这位患有阿尔茨海默病10余年的老人，此刻正反复躁动不安，嘴里还喃喃自语。“这绝对不是普通的精神症状波动。”小齐知道李奶奶合并糖尿病多年，警觉地用手摸了一下李奶奶额头和手部，发现李奶奶出汗较多，测了一下脉搏达110次/分，立即取来血糖仪，为李奶奶测得血糖为1.9mmol/L，小齐随即将低血糖可溶糖块给李奶奶喂服，汇报医生，并为李奶奶静脉注射葡萄糖。半小时后，李奶奶转危为安，安静入睡。“老年精神科患者往往无法准确表达躯体痛苦，一个躁动不安的背后，可能是低血糖、心绞痛甚至是脑梗。”老年精神科护士长张瑞芬常常对新护士强调，“我们要做‘透视’的守护者。”

在老年精神科，这样的夜班“惊险时刻”时常会发生。每位护士都化身“双料专家”，他们面对的不仅是精神疾病老年患者，更是集高血压、糖尿病、帕金森等一身病情复杂的患者。他们既要巡查记录患者的情绪行为变化，也需要监测心率、呼吸、血压等，每份护理计划都包含防跌倒、营养支持等躯体照护方案。

### 无锡市中心康复医院康复医学科护理团队 用耐心治愈伤痛，用爱心重燃生命之光

在市中心康复医院康复医学科，护理工作是一场关于“重生”的奇迹创造。这里，有因为脑梗死、脑部器质性病变等疾病造成的吞咽困难、语言障碍康复患者；有因脊柱、脊髓损伤、其他严重疾病导致功能丧失的康复患者；有因为意外伤害前来康复的患者……面对不同需求的康复患者们，康复护理团队以“功能重建”为核心，用专业护理、人性化的耐心和爱心，帮助患者重获生活能力。

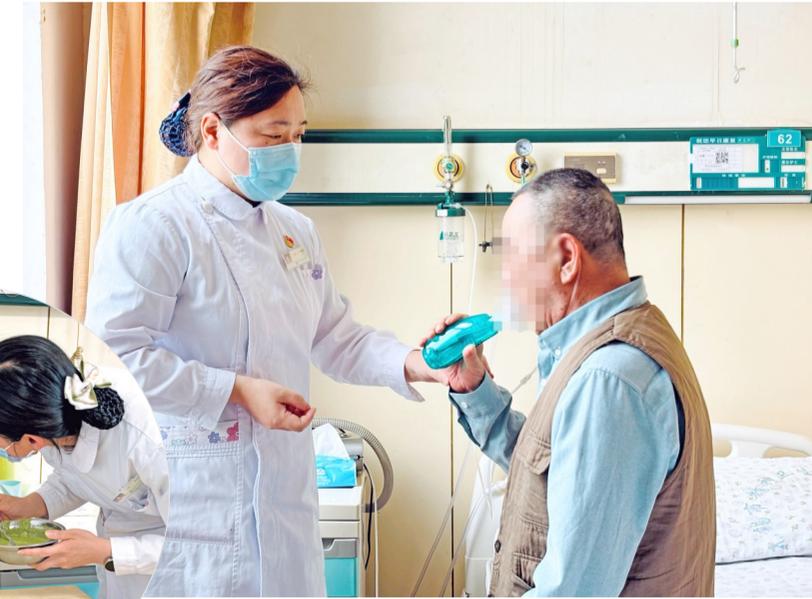
当五十七岁的脑梗死患者张先生（化名）带着胃管转入康复医学科时，副主任护师陆高莲带领护理团队为其量身定制“阶梯式吞咽康复方案”：从口腔刺激训练到舌肌阻力练习，从水凝胶吞咽评估到球囊扩张技术训练，如今张先生已能自主吞咽糊状食物，且食量也逐渐变大。护士们像训练员般，每日记录着他吞咽功能的点滴进步。“患者的每一点进步和变化，都会让我们燃起跟病魔抗争的更高‘斗志’！”陆高莲说。

生命常常就在一呼一吸之间。康复医学科还有一部分肺部疾病导

致无法自主呼吸的患者。79岁的尤老伯刚进入康复医学科时，带着无创呼吸机，慢阻肺合并肺源性心脏病的他，连咳嗽都带着窒息的恐惧。副主任护师马晶晶带领护理团队为其设计了“呼吸重建工程”，从吸气和呼气开始练起，呼吸的时间精确到秒级，帮助他纠正异常呼吸模式，改善通气。

“刚开始患者总觉得自己做不到，太难了，我们总是在鼓励，慢慢医患的配合度越来越好。”马晶晶告诉记者，好多患者是要哄着的，在鼓励中建立患者的信心，在信心中寻找康复的最优解。经过四十几天的康复训练，如今尤老伯已经脱离了日间无创呼吸机，能下床独立活动了。

在这里，护士们掌握着比普通科



室更复杂的技能：要读懂吞咽造影的动态影像，会协助操作心肺运动的试验设备，甚至要研究营养学与运动医学的交叉知识，但比技术更重要的是对“人”的理解与关怀。“每位患者都有属于自己的‘生命密码’。”副主任护师谢丹告诉记者，每一位前来康复的患者，我们都

会记录下他的职业、爱好甚至饮食偏好。李奶奶喜好戏曲，那么就在训练时为她播放一段；张大爷退休前是老师，那就在进病房的那一刻喊上一声“张老师好”……在照护过程中，护士们这种看似无心其实有意的超越疾病标签的做法，不仅为患者找回了尊严，也让康复变得更简单。（葛惠）