

HK 医线聚焦

病患者的需求越来越多元化，贴心又走心的特色护理尤为令人期待。近段时间，我省数家大型综合性三级甲等医院陆续开设淋巴水肿康复护理、认知功能训练护理、老年“一站式”专科护理等特色门诊，在颇受广大病患及家属好评的同时，也为如何更好地提升优质医疗服务带来了新启发，其中的样本值得借鉴与推广。



我省多家三甲医院新开设一批特色护理门诊 小护士变“大专家”

■ 本报记者 曾毓慧 通讯员 李敏香 吴艳

老年专科护理门诊：“一站式”综合诊治多发病

罹患宫颈癌，50多岁的梁阿姨经手术后重获新生，但不曾想到又饱受淋巴水肿困扰，尤其是左腿肿胀成了“大象腿”，几乎“增粗”了三分之一，多年来行动十分不便。

“裤子、鞋子都很难穿进去，天气再冷也只能穿长裙遮丑。”梁阿姨回忆，自2019年术后，她辗转求医但收效甚微。

“通过专业护理的方法，可以有效消肿缓解症状，改善病患的生活质量。”海南医学院第二附属医院（以下简称“海医二附院”）主任护师、淋巴水肿治疗师许艺莲介绍，有的患者宫颈癌术后切除了淋巴结，导致淋巴引流不畅出现局部组织水肿。这是术后常见的并发症，如未及时治疗，一旦感染容易引发败血症等，甚至危及生命。基于此，在此前积极探索相应康复疗法并相继引进空气波压力治疗仪、人体成分分析仪、人体淋巴荧光成像系统等康复设备基础上，今年6月，海医二附院淋巴水肿康复护理门诊开诊，梁阿姨是首批就诊的病患之一。

“根据淋巴系统的生理通路进行手法引流，采用低弹性压力包扎，以及加强患肢功能锻炼、皮肤护理等方法，能有效地促进淋巴水肿的回流。”许艺莲介绍，经过大约20天的治疗，梁阿姨左腿明显消肿，尤其是在小腿踝部踝围足足缩小了14厘米，既减轻了患者的起居不便，也让她重拾生活的信心。

无独有偶。今年67岁林阿婆在10年前因患乳腺癌被手术切除左乳，并进行了腋窝淋巴清扫治疗。术后次年，林阿婆开始出现左侧上肢肿胀疼痛等症状，其中，左侧臂围“变粗”了大约12厘米，左手几乎没有



护士为患者腿部包扎低弹性压力绷带。
本报记者 曾毓慧 摄

法抬高、拉伸。自今年起，林阿婆连续7次来到海医二附院淋巴水肿康复护理门诊治疗，目前，左侧上肢臂围已减少8厘米。

据悉，海医二附院淋巴水肿康复护理一个疗程为14至21次，每次耗时1.5至2小时，无须口服药物，适用于原发性淋巴水肿、乳腺癌术后上肢淋巴水肿、宫颈癌及前列腺癌与腹腔肿瘤等手术后、外伤及放疗等引起的继发性淋巴水肿患者。许艺莲提醒，患者如出现皮肤发红、痒、痛、蜕皮或发热症状，要及时就医诊治。同时，坚持定期复查评估，坚持适度地舒展和放松肌肉的康复锻炼。

我省护士队伍数量持续增加
截至2022年10月底
我省注册护士总数约3.98万人

来源：海南省卫健委

图表文字/侯赛
本版制图/许丽

认知功能训练护理： 把老人当孩童， 进行游戏康复训练

“还真是第一次听说‘肌肉减少症’这个病，原来人们常说的‘千金难买老来瘦’是错的。”前些天，70岁的文老伯不时感觉头晕，好几次还踉跄摔倒了，在家人的陪护下来到海南省人民医院抽血检测却发现，血压、血糖等并未明显“超标”，不是心脑血管病惹的祸，那是怎么回事？

转至老年专科护理门诊综合检查及评估后，专科护士发现，文老伯罹患的是肌肉减少症。文老伯的握力、小腿围、简易体能状况测试等均不达标。经沟通得知，自文老伯患上高血压、糖尿病后，家人就很少再给他吃鸡肉、鸡蛋、牛肉、虾等高蛋白食物。“蛋白质摄入不足，就容易罹患肌肉减少症。”接诊专科护士王春苗介绍，肌肉减少症是指因持续骨骼肌量流失，肌肉功能下降而引起的综合征。老年人患病后一般站立困难、步履缓慢、容易跌倒骨折。

王春苗护士不忘嘱咐病患平时加强踏脚尖、脚跟训练以及弓步锻炼等，还示范了训练动作。“抽血等各种检查一站式就搞定，没有多开药，这样的护理门诊挺方便的。”家属夸赞道。

“一直以来是年纪大了骨头缺钙，还跑去购买补钙的营养品。”60多岁的临高人黄老伯以前是个渔民，身体看起来很强壮，但这段时间双脚不时发麻，好几次抽筋疼痛难忍，于是买来高钙奶粉、麦片等补身体，平时煮汤时也不忘多放些猪肉骨头，



护士接诊肠道不适的老年患者。
本报记者 曾毓慧 摄

可脚抽筋仍不时发作。“常年在海上工作，导致体内寒湿较重。”经综合会诊评估后，该院老年专科护理门诊护士王玲发现，黄老伯骨关节并无大碍，各项指标也基本正常，于是建议他熬制生姜片或用艾草来泡脚，既能有效祛除体内的寒湿毒气，还能疏通经络。黄老伯将信将疑地按照这一方法坚持了不到半个月后，脚抽筋症状明显减轻。

“老年人高血压、冠心病、糖尿病等多发病较多，为这部分人群提供‘一站式’综合检查、评估、治疗，这是成立老年护理专科门诊的初衷。”海南省人民医院副院长、老年医学中心主任曾敏介绍，自2022年4月，老年“一站式”专科护理门诊开诊以来，该门诊形成以老年医学专家为主导，营养学、药理学、康复医学，以及相关专科专家共同参与的诊疗模式，从手术、用药、康复、饮食、运动等各个方面为患者提供“一站式”诊疗护理服务，有效解决老年人“一体多病”“多重用药”及认知障碍等复杂问题。

“以前，老年人来看病，就怕楼上楼下做各种检查，现在只要在一个大科室就能全部搞定。”103岁的张阿婆是海口市琼山区金花村人，身患心血管、肺部等多种疾病，家属对于该院老年“一站式”老年专科护理门诊的优质服务点赞不已。

“医护陪着做题、玩游戏，把老人当成孩童来护理、治疗，老爸整个人好像又变聪明了点。”近日，中重度阿尔茨海默病患者陈老伯的儿子对今年6月海医二附院新开设的认知功能训练护理门诊有了新认识。

年过六旬的陈老伯早在5年前被诊出患有阿尔茨海默病（俗称老年痴呆），现今不仅记忆力明显下降，就连吃饭、洗漱等生活自理能力也严重退化。“与单一手术、吃药不同的是，认知功能训练护理更注重医患的面对面沟通与交流。”海医二附院脑科中心科护士长、认知功能训练护理门诊负责人陈擘璨介绍，作为首批全国高级认知障碍诊疗中心单位、首批认知障碍疾病专科能力项目培训基地，海医二附院专业医疗团队能为不同患者制定个性化护理方案。

“陪玩拼图、玩具归类等游戏，可以提升患者大脑活跃度，降低认知能力下降的速度。”陈擘璨介绍，可是，此时陈老伯已出现语言障碍症状，并不配合参与互动。好在经与家属沟通后，医护人员得知，老人患病后莫名其妙地爱上了捡小石头这一习惯，医护人员“将计就计”，收集了一堆小石头，尝试着让他整理、分类，



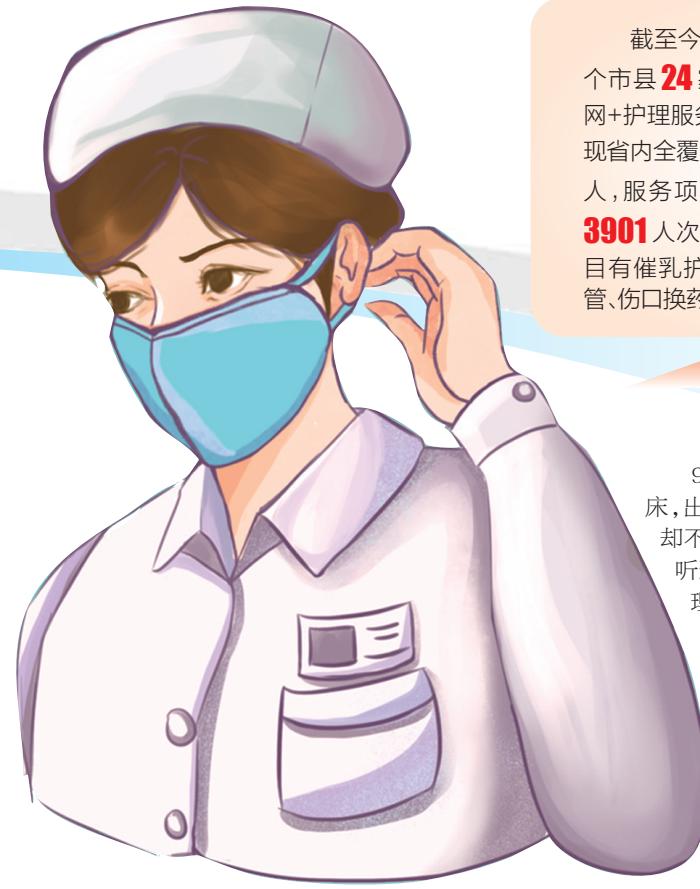
护士在陪患者玩拼图游戏。
医院供图

由此建立起沟通与信任的桥梁。

在陈擘璨看来，尽早干预治疗，对于延缓阿尔茨海默病病情十分重要，而认知功能训练护理不仅是陪玩游戏这么简单；一整套的认知功能训练，包括记忆力训练、注意力训练、语言训练等。她鼓励患者接受来自外界的不同刺激，并附加药物治疗。

现今，认知功能训练护理门诊服务的人群并不局限于老年人，目前发现认知障碍有患病年轻化的趋势。“90后”患者小吴因患脑炎疾病后导致认知功能明显退化，有时甚至答非所问、不知所云。“在手机或电脑开设‘线上’课堂，围绕注意力、记忆力、语言功能等方面进行答题、互动。”该院副主任护师吉晓霞点击鼠标“开题”——“画面里有5条鱼，请点击箭头确认最中间的那条鱼游向哪个方向……”吉晓霞介绍，对于记忆力减退的患者，就要多采用记忆卡片、数字记忆训练；对于语言障碍患者，则要多尝试口语及听力训练。

“无须住院治疗，与患者家属多沟通，共同做好训练与护理。”陈擘璨说，一次次“变花样”的循环训练后，患者执行日常任务、记忆新事物和解决问题等方面的能力迅速提高，更容易融入正常的家庭生活与社交。



截至今年5月份，我省共有14个市县24家医疗机构开展“互联网+护理服务”试点工作，已基本实现省内全覆盖，提供服务护士1184人，服务项目40项，服务总人数3901人次，需求数量前5位的项目有催乳护理、置管、伤口换药、压力性损伤护理。

90多岁的林奶奶因骨折卧床，出现了皮肤溃烂，需要护理却不能出门怎么办？当家属打听到海口市人民医院可以“护理服务到家”的消息后，便马上在手机上摸索着下了单。

收到订单后，海口市人民医院海甸门诊部副护士长陈小芬带着一名压疮联络员一起前往患者的家里为患者清创，并教会患者家属护理的相关知识及换药方法。

后面又陆续去几次后，患者的伤口完全愈合，家人对陈小芬非常感激。

海口市人民医院自2021年就开启了上门护理服务，是我省较早开设“互联网+护理服务”的医疗机构。在开展有偿延续护理这项工作之前，海口市人民医院进行充分的患者需求调研，根据患者需求及该院医护人员的专科特长，设置了导管护理、居家康复、PICC（中心静脉导管）维护和深静脉维护、皮肤护理、腹膜透析护理、产妇催乳、新生儿护理等7个专业组，并确定了各专业组的服务项目，筛选有出诊资格的护理人员并进行培训考核。病人有需要可以直接在海口市人民医院公众号下单。

不只海口市人民医院，越来越多的医疗机构已经开通“互联网+护理服务”，让患者足不出户就可以享受专业护理服务。

在海南省中医院的上门护理小程序“优佳护”上，除了一些基础的护理服务外，海南日报记者发现，还有不少中医特色的护理服务，包括刮痧疗法、耳穴压豆、小孩捏脊、中药灌肠、穴位贴敷、雷火灸等，可以充分满足长期卧床患者、新生儿、产妇等出行困难群体的不同需求。

“医院平台的收费合理，更重要的是，有了症状的患者再也不用忍着疼痛来门诊挂号排队等医生给出解决方案，直接在手机端下单，护士就上门服务了，非常便利。”今年7月，体验过手法通乳的产妇吴女士对三亚中心医院上门护理服务赞不绝口。护士专业人员上门服务时，不仅可以解决患者的堵奶问题，还可以提供产褥期的护理和饮食指导，新生儿护理的注意事项，收获更多专业指导。

这些就医便利均得益于我省近年来积极推进的“互联网+护理服务”试点工作。根据国家卫生健康委办公厅《关于进一步开展“互联网+护理服务”试点工作的通知》要求，结合我省实际，为加快推动“互联网+护理服务”试点工作，2022年3月，省卫生健康委联合省医疗保障局印发《关于进一步推进“互联网+护理服务”试点工作的通知》，要求每个市县至少确定1家医疗机构开展“互联网+护理服务”试点工作，在全省范围内积极推广“互联网+护理服务”试点工作。

下单，上门！

海南“互联网+护理服务”试点工作已基本实现省内全覆盖

■ 本报记者 侯赛

部分特色护理门诊简介

儿童保健门诊：
提供儿童体格、发育、营养等评估检查服务。

老年专科护理门诊：
对高血压、冠心病、糖尿病等老年人，提供“一站式”综合检查、评估、治疗等。

伤口、造口护理专科门诊：
护理压力性损伤、造口及并发症。

PICC护理专科门诊：
提供患者PICC置管和置管后导管维护及并发症处理等护理服务。

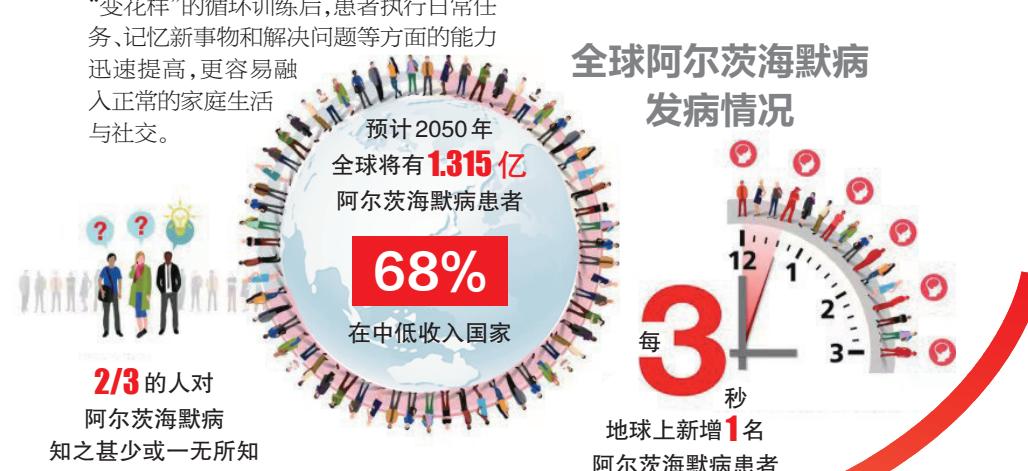
中医护理门诊：
提供刮痧、中药灌肠、穴位贴敷、雷火灸等中医护理服务，满足长期卧床患者、新生儿、产妇等人群需求。

新生儿护理门诊：
提供新生儿护理、婴儿智力训练、营养评估及指导等。

认知功能训练护理门诊：
服务有认知障碍的患者，比如阿尔茨海默病患者。

淋巴水肿康复护理门诊：
适用于原发性淋巴水肿、乳腺癌术后上肢淋巴水肿、宫颈癌及前列腺癌与腹腔肿瘤等手术后、外伤及放疗等引起的继发性淋巴水肿患者。
(曾毓慧 编)

全球阿尔茨海默病发病情况



来源：《世界阿尔茨海默病报告》

我省护士队伍数量持续增加
截至2022年10月底
我省注册护士总数约3.98万人

来源：海南省卫健委

图表文字/侯赛
本版制图/许丽