



阳光里的天使

护士人文  
关怀手记

主 编 赵丽萍 李乐之



人民卫生出版社  
PEOPLE'S MEDICAL PUBLISHING HOUSE



# 阳光里的天使

——护士人文关怀手记

主 审 薛志敏 陈晋东

主 编 赵丽萍 李乐之

副主编 黄 金 王玉林

编 者 (按姓氏笔画排序)

马彩莉 王玉林 朱洁婷 刘 娟 刘亚杰

李乐之 李美智 李熙照 杨 姣 吴泽芳

何桂香 张慧琳 陈谊月 陈琼妮 范伟娟

欧尽南 周昔红 赵丽萍 姜志连 袁旭阳

夏良伟 柴湘平 黄 金 黄伶俐 梁 久

曾立云 黎吉娜

人民卫生出版社

## 图书在版编目 ( CIP ) 数据

阳光里的天使: 护士人文关怀手记 / 赵丽萍, 李乐之主编. —北京: 人民卫生出版社, 2015

ISBN 978-7-117-20602-0

I. ①阳… II. ①赵…②李… III. ①护理学 - 文集  
IV. ①R47-53

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 072933 号

人卫社官网	<a href="http://www.pmph.com">www.pmph.com</a>	出版物查询, 在线购书
人卫医学网	<a href="http://www.ipmph.com">www.ipmph.com</a>	医学考试辅导, 医学数据库服务, 医学教育资源, 大众健康资讯

版权所有, 侵权必究!

阳光里的天使

——护士人文关怀手记

主 编: 赵丽萍 李乐之

出版发行: 人民卫生出版社 (中继线 010-59780011)

地 址: 北京市朝阳区潘家园南里 19 号

邮 编: 100021

E - mail: [pmph@pmph.com](mailto:pmph@pmph.com)

购书热线: 010-59787592 010-59787584 010-65264830

印 刷: 三河市博文印刷有限公司

经 销: 新华书店

开 本: 710 × 1000 1/16 印张: 14

字 数: 201 千字

版 次: 2015 年 5 月第 1 版 2015 年 5 月第 1 版第 1 次印刷

标准书号: ISBN 978-7-117-20602-0/R · 20603

定 价: 38.00 元

打击盗版举报电话: 010-59787491 E-mail: [WQ@pmph.com](mailto:WQ@pmph.com)

(凡属印装质量问题请与本社市场营销中心联系退换)



## 序

每一个故事都源于与生命的邂逅，落笔的力量里蕴藏着的是守护者的情愫……

翻开书稿，我被触动了，这些铅字几乎跃然纸上。我仿佛能看到平日或熟悉或陌生的同事，因为回忆也许沉思着，也许微笑着，将工作一年，十年，二十年甚至更长时间的触动藏入字里行间。我因为心中曾有过的感触而再一次品味，我因为不曾了解过的故事而湿润眼珠，一篇篇读完，这是一本文集，描写的是临床最前线的故事；这是一部自传，记录了天使成长的点滴。

有刚入临床工作的憧憬抱负，他们朝气蓬勃，从未曾犹豫过，就用自己稚嫩的肩膀去扛起健康的责任，勇往直前的气息鼓舞着他们在医学里驰骋。有疲惫中对生命的感悟，承受过误解，体会过艰辛或者还面对过离别，可是日夜的付出，笔锋所到之处尽是感动，黎明结束黑夜之际，眼中病床上均匀平稳的呼吸，在心里无疑是胜利的号角声。有对美丽的独到见解，白衣下没有浓妆艳抹，在陌生人眼中几乎长得都一样，可是 20 年如一日

的她在我心中,双手减轻身体痛楚,话语疗愈心灵伤痕,举手投足已经不再是技能,而是能量,这份动人已然是一种气质。护士是这些作者的职业,占据了每个人每天最少二分之一的的时间,他们还有爱人、家人,每个故事牵动着的也许就是一个家庭的忧愁喜乐,为生命保驾护航的人们,付出的就是自己的一生。关上书本,我突然想起了清代诗人张问陶的这两句诗:“天籁自鸣天趣足,好诗不过近人情”,从年少到成熟,怀着梦想才有了这一份真挚美好,因为执着才积累了这样的动人情怀,也才会有这一气呵成的文集。一本故事,让人愿意往下读,让读者感同身受,让我也禁不住想提笔去记录,记下一个个瞬间,一个个笑脸,也许这就是感染力!

作为一名临床工作者,我因为这样的护理团队而倍感力量,严格的护理操作,繁重的护理任务,锤炼后的不仅是技术,而是仁爱之心,是教科书里教不出的普世情怀。作为一名医院的管理者,我因为这样的护理团队而由衷欣慰,健康事业,没有一夜成名的荣耀,24小时的守护,没有哪一个人备受瞩目。但是,就如这本文集,守护生命的是这样一代代的湘雅人,刻苦纯真,厚积薄发,从青葱岁月到双鬓渐白,热泪让双目清澈如婴儿,微笑让美丽永驻于容颜,并肩作战的岁月里充满了一份美好!

中南大学湘雅二医院党委书记



2015年2月



## 前 言

为深入开展优质护理服务示范工程活动,营造良好的护士人文氛围,全方位展示临床护士的风采,中南大学湘雅二医院开展了护士人文精神“阳光 2000”主题征文活动。为向读者传递正能量,塑造良好的护士形象,我们将有特色的稿件整理、修改后编印出版。

本书汇编的所有文稿均为临床一线护士的手记,记录了护理工作中的喜怒哀乐和那些感动自己与他人的故事,富有较强的感染力,也能较好地展现临床护士的风采。这对于进一步推进医院护士人文精神,改善医院护士精神风貌,提高职业素养,营造人文氛围,有不可估量的价值。同时对提高团队素养,提升护理服务水平,进而为病人提供专业优质的护理服务有很强的推动作用。本书也可供在校护理学生阅读,帮助他们更好地了解临床护理工作,规划个人职业生涯。本书具有主题清晰、内容丰富、积极向上及故事动人等特点,具有很强的可读性。

本书共分 7 章,分别以阳光伴我行、白衣的事业、身边的温

暖、最可爱的人、天使的赞歌、且行且坚定、我们的心声为主题,从不同的角度描述了临床护士的所见、所闻、所感、所思、所想和所期待。每章都有开篇语,每篇文章都有故事,每段文字都有情节,每一句话都有思想,每一个字都有爱,深入浅出引人入胜,相信能给读者带去别样的享受。

本书的编写得到了中南大学湘雅二医院领导和同事们的大力支持,在此表示衷心的感谢!书中难免有错漏之处,敬请读者批评指正。

赵丽萍 李乐之

2015年5月



# 目 录

第一章 阳光伴我行:阳光 2000,温暖同行		1
1. 一缕阳光	郭利敏	2
2. 向阳生长	曹尚雅	4
3. 光	鲁凡迪	6
4. 让阳光照亮心桥	戴 文	7
5. 理想国	李怡萱	9
6. 阳光下的畅想	贺毓彪	11
7. 让我们一起向阳吧	刘玉凤	12
8. 播撒阳光	周 旋	14
9. 阳光伴我行	刘 叶	15
10. 让阳光洒满大地	朱海青	17
11. 用生命影响生命	李 娟	19
12. 拥抱阳光	文 娇	21
13. 我的护士梦	高 慧	23



<b>第二章 白衣的事业:非凡的爱做非凡的事情</b>		<b>25</b>
14. 白衣的事业	张 露	26
15. 春晖下的小花	汤雪莲	27
16. 心与心的交流——走进精神科	陈 翠	29
17. 一路微笑 一路感动	童嘉佳	33
18. 初入病房——我的实习体会	方艳萍	34
19. 走在左边爱你	肖爽兮	36
20. 用电话传递爱	王 燕	39
21. 我的青春我做主	叶盈希	41
22. 爱是天使的情怀	师红艳	43
23. 平凡的我 平凡的爱	朱 进	45
24. 播种希望,收获阳光	徐 晶	48
25. 我的护理事业	张 熙	50
26. 我的护士之路	张家敏	52
27. 从小事做起	佘海燕	54
28. 我是护士我自豪	文 丹	56
29. 行者无疆	曾凤飞	58
30. 白衣飘飘	陈 莉	62

<b>第三章 身边的温暖:温暖,那些细碎而美好的存在</b>		<b>63</b>
31. 古韵三则	朱洁婷	64
32. 成长·爱	刘双双	65

33. 真实的刹那——握手	苏喜美	67
34. 为自己保留好心灵出口	徐 婷	69
35. 不能承受的生命之轻	瞿吉利	71
36. 每个人都曾是少年派	吴泽芳	74
37. 恰好幸福爱着我	熊 薇	76
38. 夜班的点点滴滴	王 晶	78
39. 外婆的脚	邹 舟	80
40. 学会成长学会爱	黄瀛莹	82
41. 陪伴	胡 珺	84
42. 父爱如山	曾选飞	87
43. 宝贝,我比妈妈更爱你	童嘉佳	89
44. 阳光总在风雨后	黄 虹	90
45. 工作的快乐	张耀华	92
46. 感恩生活	向 薇	94
47. 真情回访——爱之桥	胡 洋	97
48. 凌晨三点的温度	度 婷	98

#### 第四章 最可爱的人:传递正能量,促进健康的使者 101

49. 后天亲人	夏 凤	102
50. 在最平凡的视野里遇见最美的天使 ——记湘雅最美护士陈亚清	李熙照	104
51. 我们眼中的护士姐妹张霞	黄欣欣	106
52. 阳光天使	肖 珊	110

53. 小草	李迎霞	112
54. 因为我是一名护士	黄芝瑞	115
55. 谁是最可爱的人——致护士	刘雅慧	116
56. 我心中的天使	黄仕瑛	117
57. 她们的微笑	刘 婕	118

## 第五章 天使的赞歌：美好的故事，永恒的美丽 123

58. 天使的赞歌	黄仕瑛	124
59. 一颗种子的奢望	徐莉莉	126
60. 天使的背面是伟大的凡人	杨妹妮	128
61. 守护天使	邓海蓝	130
62. 燃烧激情，守护生命	唐 红	132
63. 因为我是护士	张 颖	134
64. 为白衣天使歌唱	郭鑫思	136
65. 玉兰般的天使	何 婷	138
66. 让生命绽放得更美丽	李飞燕	140
67. 微小也是一种美	付 丽	142
68. 致生命	刘 媛	143
69. 我有一双隐形的翅膀	周 洁	145
70. 圣洁的白衣，阳光的天使	陶 荣	146
71. 爱的奉献	宋婕妤	148
72. 记忆库	刘 欢	150
73. 类似爱情	刘亚杰	151

第六章 且行且坚定:默默坚守,终成无畏		153
74. 见彼苦恼,若己有之	彭 芳	154
75. 心术,仁术,医术——不要因为走得远, 而忘记当初为什么出发	伍叶青	156
76. 你当温柔,却有力量	袁旭阳	158
77. 且读且珍惜	黄志芳	160
78. 心术	鲁凡迪	162
79. 于平凡中见真情	马彩莉	165
80. 静待花开会有时	梅婉贞	167
81. 不忘初心,方得始终	赵 文	169
82. 成长	何涵霏	172
83. 爱护生命,是最美丽的修行	黎 柳	174
84. 高铁上的医者心	龚小兰	177
85. 微笑每一天	张旭芬	178
86. 天使之爱	王 炎	179
87. 天使梦 且行且珍惜	杨 红	181
88. 感悟护理	谢一枝	183
89. 你成长我,我守护你	孙翠芳	185
90. 在平凡的工作中追求人生的快乐	朱小曦	187
91. 且行,且坚定	王 炎	189
92. 冬至	余 姗	190

第七章 我们的心声:我们是开拓、探索、 卓越的护理团队		193
93. 心声	黄晓妍	194
94. 光荣的荆棘“路”	孙欣	195
95. 我为什么成为了一名护士	李芳	197
96. 自拍的纯白	邝韩雨	199
97. 累并快乐着	龙磊	201
98. 你不懂我,我不怪你	杨珍	203
99. 爱在心间	谢思璐	206
100. 护士,请听题!	刘佳	208



## 第一章

### 阳光伴我行：阳光 2000，温暖同行

花有阳光，所以姹紫嫣红；水有阳光，所以波光粼粼；阳光有爱，所以万物繁盛。在中南大学湘雅二医院这个大家庭里，每个人都是一朵怒放的向日葵，在阳光倾城的日子里，用自己的方式，绽放着生命的温暖。

感激每一束阳光，感激每一个微笑。喝彩人生中的每一次快乐，每一次悲伤，正是这些，让我们拥抱阳光，感受彼此的温暖。把背影留给黑暗的过去，而将一张笑靥朝向阳光，这是向日葵的信条，亦是我们的向往！

## 一缕阳光

郭利敏

时间看不见,闻不到,摸不着,却又实实在在地从我身边匆匆流逝着。转眼间,我作为一名轮科护士已走过近一个春夏秋冬了,在这期间,有过憧憬,有过失落,有过快乐,亦有过不被理解时的无奈,但更多的是知识的沉淀,道德修养的提升,以及那悄然间的成长。

像当初迈向大学校门时一样,当我踏进湘雅二医院的那一刻,我激动的心情久久未能平复,或许幸福来得太突然,我就这样成为了湘雅二医院的一员。于是,带着对美好未来的憧憬,我开始了作为二院人的新生活。

第一站是血液内科。走进科室,加在过道两旁的床,不停歇的呼叫声和熙熙攘攘的病人、家属,这一切都把我惊呆了,和想象中的相差太多了,心想这必定是一个快节奏的科室。果不其然,上班第一天我就忙得晕头转向,直到下班了还跟个丈二的和尚似的,于是我暗下决心:一定要在最短的时间内适应这快节奏的工作模式。我开始认真观察老师们的工作流程、操作技能、沟通技巧以及对时间的巧妙安排,然后求同存异地慢慢实践,凡事多想、好问、勤做,加上老师们的细心指导、耐心讲解,我慢慢适应了这里的一切,也融入了血液内科这个大家庭中。

血液病多半是老病人,久病成良医嘛,有的时候他们也可以算得上是我的半个老师了,相对的,他们懂得越多,对我们护理工作的要求就越高,这也间接地促使我形成了认真、谨慎的工作态度。在这里,分组很明确,你必须全面了解自己的病人,做好各项评估,这样的责任制模式强化了我的责任感,让我做任何事都带有一份责任心。平日里的我总习惯微笑着面对每一位病人,因为我坚信它就是清晨里的一缕阳光,能照亮患者内心阴暗

的角落，能抚慰患者受伤的心灵。直到我第一次亲眼目睹了一位正值事业有成，上有老下有小的年仅 40 岁的患者，在与病魔经历了长达 3 年的斗争后宣布死亡时，我才发现生命是如此脆弱。我的微笑改变不了任何既定的事实，他们的生命也还是会终结，在死亡面前，我是那么的无能为力。当听到他儿子带着懵懂却又伤心的眼神望着妈妈问道：“爸爸怎么了，他们为什么要把他运走？”我的眼泪像断了线的珍珠，心里有种难以言表的痛。

之后的几天，我的笑容少了，却多了份思考。我在思考生命的意义，是快乐？炫耀？享受？抑或奉献？每个人对生命有不同的体验，亦有着不同的见解。而最能表述我对它的感悟的则是南丁格尔的一生，她出身名门富有之家，却不顾亲人的反对，毅然放弃了优越的上流生活，而选择成为一名为人民服务的护士，并将自己的一生都奉献给了护理事业，她燃烧了自己，却照亮了我们前进的道路。我想，生命不仅仅是活着，虽然我们无法改变既定的生与死，但在生与死之间还有很多美好的事情等着我们去勾勒，作为一名护士，我们要有一颗善良、富有责任感的心，为患者的生命带来一缕阳光，注入希望，也让自己的生命变得更有意义。

带着对生命意义的些许感悟，我来到了普外器官移植科。新的环境、陌生的面孔，这意味着我又要重新适应，无形的压力油然而生。可是，老师们嘴角会心的微笑，脸上洋溢出来的热情以及彼此之间的默契无一不让我感受到温馨，犹如一股暖流流入心底，有种如释重负的轻松感。

很快，我又开始了三点一线的生活。一直都觉得自己笨笨的，却相信勤能补拙，我愿意用勤劳的双手来勾勒自己美好的未来。但忙中易出错，我也一样，老师们却从不责骂，只有细心的讲解及相关知识的普及，是老师们的鼓励与信任，让我在学习中意识到自己的错误，并反思自己，从而提升自己，我真的受益匪浅。而在不断的学习、不断的进步中，说不累、不厌倦是不可能的，每天重复同样的事，还要面对一些无理的患者，真的身心疲惫，可老师们却给了我感动：记得那天出夜班，折腾了一夜，饿了一夜，累到不想说话，可快到下班的时候，肖老师拎着一碗米粉说：“饿了吧，快先来吃



碗米粉，特意给你带过来的呢！”听到这话，看到老师的爱心早餐，我内心满是感动，那疲倦感转瞬即逝。人不就是这么奇怪的动物吗？不在乎多少语言，多少东西，一个眼神、一个微笑都能在你最落魄、最难过的时候给你温暖，给你希望。这么一份感动让我欣喜了好几天，也让我反思了自己，觉得微笑不能改变既定的死亡，有些东西它就是无形的，虽然不能改变既定事实，却能给人的心灵带去些许慰藉和温暖。我想，我还是会一如既往地微笑的。

如果说血液内科是我作为一名护士的启蒙老师，那么普外器官移植科则为我的护士生涯注入了新的血液，在这里没有明显的身份悬殊，有的只是彼此之间的真诚、信任以及关爱，在这里我感受到了爱，也明白了怎么去爱。

作为一名护士，我不曾想过要有南丁格尔那样的卓越成就，但却追求她对护理事业的那份执着以及无私奉献的精神。作为一名平凡的护士，我愿意脚踏实地，带着责任、带着微笑、带着爱来面对这简单而平凡的工作，不管明天如何，但至少今天，我能给他们带去一缕阳光，一丝温暖。

## 向阳生长

曹尚雅

走出大学校门时，对于未来，我们总会有太多美好的憧憬。希望实现物质上的自给自足，也渴望拥有自己的精神世界。

初入社会的无助迷茫，让我不止一次地询问过自己，这份用努力争取得来的工作值得我坚持吗？现在的我又能坚持多久？当下班后我躺着将酸胀的小腿架在高高的枕头上时，我想过放弃；当高年资的老师跟我抱怨十几年如一日的辛苦，身体都拖垮时，我想过放弃；当看到挺着大肚子，即将分