

护士临床 实习方略

精通实习方略 扬帆护理人生

主编 薛 坚



北京大学医学出版社

护士临床实习方略

主 编 薛 坚

副主编 明雅焜 陈 放 姜友珍

编 委 (以姓氏笔画排序)

吕丽吟 陈 放 陈碧玲 林丽华

明雅焜 荀静平 姜友珍 黄 会

黄娟苗 梅晓芳 曾爱华 薛 坚

北京大学医学出版社

HUSHI LINCHUANG SHIXI FANGLUE

图书在版编目(CIP)数据

护士临床实习方略 / 薛坚主编. —北京:
北京大学医学出版社, 2010. 12
ISBN 978-7-5659-0064-8

I. ①护… II. ①薛… III. ①护理学—实习—医学院
校—教学参考资料 IV. ①R47—45

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 230113 号

护士临床实习方略

主 编: 薛 坚

出版发行: 北京大学医学出版社 (电话: 010-82802230)

地 址: (100191) 北京市海淀区学院路 38 号 北京大学医学部院内

网 址: <http://www.pumpress.com.cn>

E - mail: booksale@bjmu.edu.cn

印 刷: 北京东方圣雅印刷有限公司

经 销: 新华书店

责任编辑: 靳新强 张立峰 责任校对: 金彤文 责任印制: 张京生

开 本: 880mm×1230mm 1/32 印张: 10.75 字数: 316 千字

版 次: 2010 年 12 月第 1 版 2010 年 12 月第 1 次印刷 印数: 1—3500 册

书 号: ISBN 978-7-5659-0064-8

定 价: 29.90 元

版权所有, 违者必究

(凡属质量问题请与本社发行部联系退换)

作者简介



薛坚，女，1963 年出生，山西祁县人。副主任护师。1981 年毕业于山西省人民医院附属卫校，1989—2001 年间参加成人自学大专及本科学历阶段考试，取得大专及本科毕业证书；1995—1997 年参加中共中央党校函授学院本科班经济管理专业学习，取得本科毕业证书；2004—2006 年参加广州中医药大学中西医结合基础专业研究生课程进修班学习，修完培养计划的全部课程并结业。现任广州中医药大学附属南海妇女儿童医院护理部副主任。从事护理工作 30 年，在护理管理岗位工作 25 年。期间先后在国家级和省级杂志上发表护理论文 20 多篇。主持佛山市科技局护理课题 1 项，参与省及市护理科研项目 5 项。

前言

临床实习是护理教学中的重要组成部分，是护理教育中理论与实际相联系的重要环节，也是培养和锻炼实习护士分析问题和解决问题的能力、巩固和提高所学专业理论知识、加强护理综合训练的重要阶段。实习是护理专业学生进入临床前的预演，为提高实习护士临床学习能力，帮助她们尽快熟悉医院实习环境，克服从学校到临床实践过渡中的困难，顺利实现从护生角色向护士角色的转变，特编写本书。

笔者也做过实习生，刚入科室时带教老师曾对我说：“从护士的角度来说，我只是你的带教老师，领你入门而已，真正的知识需要你在病人那里学习，需要你动脑去思考，用心去感悟。”不知不觉，从事护理工作 30 年了。今天的我，回味老师当年讲的话有了更深的体会。因为我的经验和知识其实都是在工作中积累起来的，我珍惜与每一位同事、病人接触和沟通的机会，一遇到感兴趣的人和事，我会反复去想，他/她为什么会这样说？如果是我会怎样做？感谢那些人生道路上遇到的病人、家属、同事、朋友，是他们让我逐渐成长起来，并成为一名真正的护士。仔细想来，在最初实习阶段如果有位老师能早一点指点，相信我会少走一些弯路，更快地成熟。带着这种理念，我将自己在带教工作中的一些思想、方法和经验用文字描述出来，期望能给正在实习的护生和刚刚走上带教岗位的护士同行们一点启示，不祈求它能解决实习和带教中的所有问题，只要能让大家在考虑问题时思路更宽一些，就心满意足了。

本书编写过程中，编者在认真学习总结最新护理前沿知识的基础上，又广泛征求了临床科室护士长、带教老师、护理专家、老师和实习生的意见和建议。全书共 18 章，内容包括如何制订临床实习计划、如何塑造良好的职业道德并建立牢固的专业思想、不同学历层次及专业学生的实习对策、实习中的安全策略、中医对护士的重要性、护士

临床评估能力、临床思维与核心能力培养等，中间穿插了 30 多个临床实习、教学及沟通方面的案例。全书内容力求全面、文字简练、实用性强，对临床护理专业实习生培养定能起到积极的指导作用。

本书是一本供护理及助产专业实习生在临床实习阶段使用的工具书。能满足实习全过程的需要，对临床带教老师和护士长也有较好的参考价值。本书在编写和组稿过程中，得到了很多有经验的护士长及临床护士的大力协助，她们为本书组织并提供了大量的临床教学案例，虽然书中没有提及她们的姓名，但作者在此感谢她们的辛勤劳动。

由于本书所涉及内容全部为近几年临床实习中存在的现实问题，虽经全体编写人员反复修改，但由于水平有限，难免有疏漏之处，敬请专家和读者批评指正。

薛 坚

目 录

第一章 理解/落实实习大纲, 培养前瞻性思维	1
第一节 充分理解实习大纲 (计划)	1
第二节 了解实习医院带教计划, 制订落实措施	4
第三节 用科学的思维落实实习计划/大纲	5
第四节 培养前瞻性思维, 定期评价与总结实习工作	14
第二章 塑造良好的职业道德, 建立牢固的专业思想	18
第一节 提高实习护士职业道德修养的重要性	18
第二节 如何在实习中提高自己的职业道德修养	19
第三节 以《大医精诚》的精髓塑造实习护士良好的 职业道德修养, 建立牢固的专业思想	25
第三章 不同学历层次、专业学生的实习对策	32
第一节 护理专业各学历层次学生的特点	33
第二节 实习前要评估自己的优势和不足	33
第三节 中专学历护士的实习对策	35
第四节 大专学历护士的实习对策	41
第五节 本科学历护士的实习对策	46
第六节 助产专业实习对策	55
第四章 人文关怀与情商的培养	71
第一节 人文关怀在护理工作中的作用	71
第二节 关怀是一股强而有力的愈合力量	78
第三节 护理工作体现“有时是治愈, 常常是帮助, 却总是抚慰”	80
第四节 实习护士“情商”的培养	83
第五章 良好的技巧是护患沟通的桥梁	92
第一节 沟通的艺术与技巧	93

第二节	沟通技巧在实习中的应用	96
第三节	良好的沟通是做好护理工作的桥梁	108
第六章	重视基础护理,练就“观察、负责、安排”	
三个基本功		114
第一节	基础护理的现状	114
第二节	基础护理的定位和内涵	117
第三节	基础护理是护士观察病情的最好途径	122
第四节	在基础护理中理解“负责”的真正含义	125
第五节	做好“安排”在基础护理中的重要作用	126
第六节	基础护理是护理服务精神的最直接体现	128
第七章	培养护理健康评估与健康教育能力	134
第一节	护理健康教育的意义与重要性	134
第二节	在实习中培养健康教育的能力	137
第三节	实施健康教育中存在的问题	141
第四节	护理健康教育的技巧与方法	143
第五节	健康教育在未来护理事业中的作用和前景	147
第八章	落实护理安全制度,保障实习安全	149
第一节	落实护理安全制度是临床实习的安全保障	149
第二节	临床实习中防范差错的要点	155
第三节	实习生入科后“三个时期”的安全带教方案	162
第四节	实习期间发生护理不良事件时的应对方法	165
第九章	培养护理临床思维能力	170
第一节	培养护理临床思维的意义	170
第二节	护理临床思维的特点	171
第三节	如何在实习中培养护理临床思维能力	173
第四节	培养护理临床思维的方法和途径	175
第五节	实习期间临床思维的训练	178
第六节	护理临床思维与默会知识	184
第七节	护理临床思维与评判性思维	186

第十章	将专业护士核心能力训练与实习相结合	191
第一节	了解护士核心能力的内涵	191
第二节	按照 N ₀ -N ₁ 级的核心能力训练内容要求自己	193
第三节	认识自己的能力与优势	194
第四节	实践中培养自己的竞争能力	195
第十一章	如何应对病历电脑化	197
第一节	电脑医嘱处理及查对策略	197
第二节	如何完成电脑中的护理记录	207
第三节	记录模板的利与弊	209
第四节	简化护理记录, 把时间还给病人	211
第十二章	用《临床护理技术规范》指导护理技术考核	213
第一节	用巧妙的方法将技术操作变为临床技能	213
第二节	突破思维定式, 落实《护理临床技术规范》	223
第三节	找出技术的关键点, 展现自己的亮点	229
第十三章	客观总结实习, 思考如何做一名合格的护士	231
第一节	书写实习总结时的基本要求	231
第二节	实习中养成及时记录、及时小结的习惯	232
第三节	找机会向带教老师汇报感想和体会	233
第四节	提前酝酿出科总结, 避免匆匆忙忙应付	233
第五节	出科前和护士长、科主任打招呼是必要的	234
第六节	护理部是你实习中的又一个“娘家”	235
第七节	离院前的表现对你很重要	236
第八节	实习结束时应聘材料的设计与准备	236
第九节	参与各医院面试的技巧	240
第十四章	中医护理技术是实习护士临床工作中的 另一把金钥匙	244
第一节	中医和护理的关系	244
第二节	实习中也可以应用中医护理理论与技术	245
第三节	中医养生与保健对患者的重要性	250

第四节	中医护理技术——临床护理工作中的 另一把金钥匙	260
第十五章	培养撰写论文与科研能力	263
第一节	了解护理论文撰写要素	264
第二节	临床护理科研没那么难	273
第三节	护理科研的设计	276
第四节	文献检索	280
第十六章	内地与香港实习带教差异	286
第一节	香港的护理教育	286
第二节	香港的护理教育目标	288
第三节	香港护理实践课的特色	289
第四节	参加社会实践活动	292
第五节	实习考核	293
第六节	反思文化	293
第七节	以人为本, 倡导因人而异的教育	294
第八节	香港护理人员的特色	295
第十七章	认识带教本质	298
第一节	护理带教的基本内容	298
第二节	护理带教基本方法	300
第三节	带教工作如何起步	304
第四节	持续改进, 不断提高	307
第五节	护理临床带教技巧	308
第六节	如何编制实习生轮转表	311
第七节	护理教学查房方法	313
第十八章	前线政策及规章制度	315
第一节	护理工作核心制度	315
第二节	临床护理文书规范	324
第三节	临床护理技术规范(基础篇)	328
后 记		330

第一章 理解/落实实习大纲， 培养前瞻性思维

第一节 充分理解实习大纲（计划）

一、认真理解实习大纲（计划）的内容与精神

每所医学院校都会在学生进入临床之前制订“临床实习大纲（计划）”，旨在使学生进行实习时有准则、有依据、有目的、有方向。学校的实习大纲是经过研究后专门给每一批实习同学制订的，具有明确的针对性，所以学生实习前一定要认真领会实习大纲的精神。

实习大纲也是学校对实习生临床实习的筹划和安排，具体地说，它是学校根据各届学生实习中需要学习的内容和解决的问题，经过科学的预测，权衡客观的需要与主观的可能，制订出的实习目标和计划。它用来统一指导实习生、各实习医院以及各类相关人员的行动，以实现学校对学生临床实习的宗旨。临床实习大纲一般都遵循管理学中的5个W和1个H的规范，即为什么实习（Why），将采取什么方式实习（What），哪些人参与实习（Who），在什么医院或科室进行实习（Where），实习时间（When）和如何实施实习的具体过程（How）。正如美国的管理学家哈罗·德孔茨所说：“计划工作就是为我们所处的地方或要去的地方之间铺路搭桥。”实习大纲是一种对未来临床实习工作的策划，也是学生进行实习之前预先拟定好的一个方案，包括要实习的具体目标、实习内容、临床实习方法和步骤等。

认真领会大纲有以下几个作用：第一，为实习同学提供努力方向；第二，有利于减少实习中的失误；第三，提高实习过程的效率与效果；第四，方便控制实习进度与步骤，使学生有计划地达到预期成果。

基于以上各要点,实习同学要认真阅读学校下发的临床实习大纲,并根据所到医院的具体安排调整个人的实习计划,有问题时与实习医院护理部或科室护士长提出调整意见,以便顺利进行实习。

二、理解大纲各要素

一般学校的临床实习大纲均在实习生人手一册的毕业实习手册内,手册中包括临床实习总纲及临床实习计划(有些学校的实习手册中没有总纲)。总纲包含导引、实习前教育、实习方法、临床实习组织管理制度、实习单位职责、带教老师职责、实习生守则、实习生请假制度、临床实习考核办法、临床实习纪律处分条令、实习生援助指南、实习单位意见及反馈指南等。临床实习大纲包括实习目的要求、实习时间安排、实习鉴定和考核以及各科实习内容与要求等。临床实习大纲是对未来实习工作的策划,是入职前自我管理的第一步,它需要实习生有意识地决定实习方针。所以,实习生要理性地分析大纲中和自己相关的每一部分。为了在实习中少走弯路,实习生必须在实习前认真阅读和了解临床实习大纲有哪几部分内容,每一项中的要点是什么,自己能实施的和实施有困难的各是什么。然后根据学校的临床实习大纲初步制定自己在各个科室实习的小计划。制定个人实习计划便于实习生明确怎样配合、理解、执行学校和医院安排的实习工作。另外,通过这个实践过程,也能学会用管理理论指导自己的行动,用科学的方法进行工作。

在临床带教中看到过许多学校的《护理专业学生毕业实习大纲》,发现有的学校的大纲(计划)多年来几乎一成不变,其内容还是以前的老一套,这样既不利于实习,也不利于教学质量的提高。现在护理学科进步很快,各省相继出台了许多新的护理管理制度与方法,就连基础护理操作、护理文书书写都与以前有很大的不同,如果有机会,各学校的护理老师最好能参加一下各类护理管理学习班,以便了解当前护理工作的新进展。

另外一个问题就是一些学校的老师甚至主管临床带教的老师和实习医院接触少、联系少,相互之间信息不通。结果导致对实习生的管

理不连续,学校对学生在临床实习中出现的问题不了解,出现了许多脱节的地方,致使教学管理失误。因为个别实习同学在实习中表现欠佳,但医院和学校又不能及时联系,有的学校认为把学生交给医院就万事大吉了,很少再与医院进行联系;一些学校只是在实习中期象征性派人来医院了解一下情况,见学生一面了事,以上这些现象严重影响了学生实习的质量和效果。对于中专和大专学历的实习生来讲,临床实习占了将近 $1/3$ 的时间,实习在整个学习周期中是比较重要的一环,学校不应该放任自流。如果学校和医院在学生实习期间能联合管理、密切协作,那对整届学生的实习质量和素质提高会有很大的好处。

另外,在以往对学生的带教过程中,发现部分实习同学并没有认真阅读、理解实习手册中的内容。许多带教老师都提出这样的疑问:为什么这么好的指南不去看?实习生的回答大概有这么两种:一部分同学认为大纲里面讲的内容没什么用,到医院自然会安排;另一部分则认为里面全是些没用的空话,只是用来给上面的领导看的,应付教学而已。虽然个别学校的实习大纲确实缺乏一定的科学性、实用性,但它在实习时间安排、实习内容提要等方面还是有一定的指导作用的。况且大部分学校在大纲里面明确了实习中可能涉及的问题,甚至连学生出现紧急情况时如何求助都有提示,这样的大纲怎么能不认真阅读?所以,作为一名实习生,要想顺利完成临床实习,首先要在进入医院前仔细阅读实习大纲。这里综合一些优秀老师的带教经验,教实习同学一些便捷有效的方法:第一,先了解大纲中关于实习的时间及内容方面的安排;第二,了解学校规定的实习期间请假制度;临床实习纪律处分条例;第三,了解实习求助指南。假如学校的实习手册里没有这些内容,同学也应该在实习前了解这三方面的信息并记录于笔记本内。到医院接受岗前培训时,一定要对照实习手册内实习单位职责及相关内容,看看医院的安排是否与之相符,假如有不足或遗漏,马上用纸条形式让实习组长交给做岗前培训的老师,请老师在这些方面再做解说。此外,还要关注实习轮转表是否按照大纲要求的时间安排了相关实习科室,并关注第一个科室的实习内容及要求。这样

做针对性比较强，不容易遗漏。但在这个过程中有一点一定要记住，即在实习前要备一个手掌大小的笔记本，随身携带，既方便记录以上所说的内容，又可以随时记录带教老师或护士长讲解的要点、各班次的工作要点等。别小看这小小笔记本，只要养成记录的习惯，一定会对实习起到重要的作用。这里要特别提醒实习生的是：除关注专科的考核项目外，还要把基础护理的考核项目列出来，入科后让带教老师评价基础护理的必考项目里在这个科多见的是哪些，尽量在第一个科多练习基础护理的操作，这样也有利于重温在学校学过的知识，既减轻压力又能使后面的实习更加从容，以便腾出更多时间学习专科的理论和操作。

第二节 了解实习医院带教计划，制订落实措施

因为落实实习计划贯穿于实习的全过程，所以每个学生在理解计划内容和重点的基础上，要根据计划/大纲制订自己在医院临床实习中的具体落实措施，这样更有利于个人完成实习。因为学校的实习计划只是给学生指明了本阶段实习的方向，是进行实习的依据。在制订个人计划时，第一要目的明确，实习的一切行动都要围绕计划中的目标展开。第二要强调的是临床实习的务实性，因为计划是在没有行动前对未来工作的一种预测，是没有进入实质性过程的一种书面的东西，而实习的过程是实实在在的事情，而且每个医院、科室以及带教老师的特点不同。第三是要根据实际不断再完善，实习工作中的许多事情会因为人、事、物等因素的变异千变万化，所以实习生一定要根据现实情况再评估本学校的计划，并制定切合实际的实施措施。

制订实施措施的步骤一般分为七步：①分析所实习医院的形势或情况；②确定在某家医院的实习总目标；③评估医院护理部给实习生的资源（医院讲课或其他学习安排、所实习的科室、带教老师能力和水平等）；④制订去每个科室的实习方案；⑤比较及确定各项方案；⑥制订方案突然变化时的辅助方案；⑦编排并预计在每个科室完成实习的进度。

具体措施中还应包括以下内容: ①个人的实习目标要和实习医院的服务方向保持一致, 在听医院护理部或科室介绍时多方了解所实习医院是什么样的服务风格; ②应具体到如何和老师相处、如何与其他护士相处等; ③在实习过程中要创造机会, 在适当的时候让科主任和有关医生认识自己; ④在实践中注意培养自己多提问和提前一天做准备的习惯, 尽量做到带着问题实习。闲暇时间多看所实习科室的相关护理资料, 如护理常规、护理指引、健康教育、操作流程、特色护理等, 多巡视病房并和病人沟通, 等到差不多在一个科室结束实习时要试着在老师的指导下独立完成适当的护理工作。

为什么说要求学生了解各医院的服务风格呢? 因为这几年各医院改革之风盛行, 大家都以创特色服务来占领医疗市场。许多基层医院近年来除了加强优质服务外, 还在中西医结合护理方面下功夫, 比如说护士在入院宣教、疾病健康教育、出院指导、工休座谈会等工作中都穿插中医护理的方法, 开展了中医保健、中医养生指导、穴位按摩、穴位敷贴等。了解这些内容对实习同学的好处有两个, 一是可以在实习中紧跟医院护理服务的步伐, 融入这个大队伍; 二是可以从中学学习和了解当前护理发展的新动向, 使自己的头脑中渗入一些新元素。

第三节 用科学的思维落实实习计划/大纲

一、熟悉医院和科室的排班及带教要素

进入临床后, 实习生一定要了解所实习科室的排班以及医院带教方面的大概情况。另外, 还要了解医院的带教风格、护理部对带教老师或实习生的基本要求等内容, 做到知己知彼、心中有数。虽然大部分医院均实行了一对一带教, 但个别教学医院因实习生太多, 高年资带教老师不足, 经常会有一带二的现象。科室的带教老师会根据不同学历护理实习生的情况采取临床带教(床边指导)、小讲课、护理查房、专科操作演示、讲座等方法开展规范的临床实习指导。但各医院

在教学方面的侧重点会略有不同,有的偏重于临床操作带教,有的以讲座、小讲课、操作示范和考核为核心的方式进行带教。还有一些医院试行以带着问题学习结合随机性讲解的方法进行教学。实习生可通过护理部组织的实习生岗前培训了解医院带教风格,然后根据医院教学方法和特点适当调整自己的实习计划。

可能有的实习生会有疑问,知道这些对自己有什么用,老师让自己干什么自己就干什么。在临床带教中带教老师了解到有这样想法的实习生确实也不少,实习生不明白实习前做好这些准备其实会给以后的实习省更多的事。而且了解护理部对带教老师、实习生的基本要求可以更快地适应实习生活与工作,使自己少犯一些不必要的错误,避免在无知的情况下触及“雷区”。

二、了解实习科室班种职责和相关规定

各科室因专科性质不同,工作内容和各班种职责也不尽相同。实习生进入科室前要通过书面资料或老师的介绍多方了解该科室护士的班种职责,并认真研究职责要求与重点,结合实习大纲理出自己需要做或可以做的内容,尽可能让个人的实习计划与实际相一致。

每个科室都可能会有对专科护理方面的特殊规定或要求,实习生要了解清楚,这样可避免犯一些不必要的错误。

三、APN 连续排班的方法

为了使护理人力资源得到更有效的利用,体现护理层级管理的理念,充分发挥高级责任护士和专科护士的作用,解决实际工作中护士数量不足、关键时间段人力少等问题,广东省的大部分医院已经实行了 APN 连续性排班。因为这是护理界的新生事物,所以实习生对这种新的排班方法及其意义一定要清楚地了解。APN 排班中一般 A 班为上午 7 点或 8 点~下午 3 点或 4 点, P 班为下午 3 点或 4 点~晚上 10 点或 11 点, N 班为晚上 10 点或 11 点~第二天早晨 7 点或 8 点。其好处第一是能使病人得到连续性的护理,减少交接班的次数;第二是减少了护士的夜班数;第三是均衡了每班的护士人力。由于各班次

都有护理组长,能使同一班内各岗位/职级/年资/职称/能力互为补充,充分体现高年资护士的作用。以下介绍 APN 排班改革的基本思想和做法,供大家参考。

1. 在试行 APN 排班之前,各科室要组织护士对传统的班种职责进行讨论,根据新的职责内容和 APN 排班特点,将各班职责重新进行规划与编排。

2. 临床科室在制定班种职责后要让护士牢记职责内的新内容,一些医院的做法是将职责打印好夹在护士排班本内,让护士查看;还有的科室用缩小版面的方法将职责制作成小本子装在护士的工衣口袋里,以便随时查看工作任务完成情况。以上运作模式均能使科室护士很快熟悉新的班种职责内容和要求。

3. 在班次改革初期,护士长应要求护士在执行护理及治疗过程中如发现工作量配置不合理、内容遗漏时及时提出意见或建议,这样做能使护士对重点环节和新要求更加明确。

4. 通过以上方法的辅助,能使护士很快熟悉 APN 排班的特点和各班种职责的内容。护士在班次改革中会对自己当班的工作清楚、熟悉、明确、心中有数。会使工作更加顺畅,各班任务完成也会更加准确,减少了不必要的遗漏和差错。

5. 在 APN 连续排班的改革中使用以上方法,还能充分发挥护士的主观能动性和积极性。由于这种方法动员了全体护理人员参与修改职责标准的过程,使大家对标准的内容及要求能有更多的了解,对细节问题也能更细、更透彻地理解。职责内容更加符合护士工作的实际情况,避免了标准和现实的脱节。

6. 这种改革方法能充分体现管理中的“人本”原理。因为改革过程始终坚持让护士处于主导地位,引导护士主动参与班种职责新表的制定、实施、修改、评价全过程。改革内容除了要“以病人为中心”外,自始至终要体现关心、尊重护士。将班种职责工作标准的使用定格为护士的自我管理,将关心人、尊重人、理解人、解放人、发展人作为管理的目的,从而能实现提高个人素质、规范个人行为、调动个人积极性、发挥个人创造精神的目的。