

走近通城医疗一线的“张琳”们

他们是护士、营养师、药剂师,在不同岗位为江海百姓的健康默默奉献

百度搜索“张琳”,可以查询到56000000个记录,其中包括央视著名主持人、中国游泳队运动员等。而在南通医疗界,“张琳”也出现了扎堆的现象。在市一院、市三院、市妇幼保健院,记者发现了5位名叫“张琳”的医务工作者。尽管他们身处不同的岗位,但都为江海百姓的健康默默奉献着。



①市一院胸心血管外科副护士长张琳
②市一院心血管内科导管室副主任护师张琳
③市三院感染病门诊护士长张琳
④市妇幼保健院药事科副主任、副主任中药师张琳
⑤市妇幼保健院营养科张琳

3位护士小姐姐:享受护理工作的酸甜苦辣

在5位白衣张琳中,有3名护理工作者。她们分别是市一院胸心血管外科副护士长张琳、市一院心血管内科导管室副主任护师张琳、市三院感染病门诊护士长张琳。

在市一院胸心血管外科工作的张琳今年41岁,是一位省级危重症专科护士,从事临床护理一线工作已经23年。“心脏术后重症监护具有极强的专科性,尤其是术后24小时内,患者血流动力学改变往往在一瞬间发生,对于监护仪上的心率、心律、血压、氧饱和度等监测项目,护士必须目不转睛地盯着,压力非常大。”张琳说,在这样的高危科室工作虽然辛苦,但却体现了护士的价值所在。

记得一次查房时,张琳发现一位重症冠心病患者术前呼吸急促,额头出汗明显,四肢湿凉,虽然当时患者心电监护各项数值都在正常范围内,但专业的敏感性让她感觉到患者的病情危重——不是心梗就是心衰。她随即一边汇报床位医生,一边改变用氧方式,使用无创呼吸机,并将患者转运到监护室,协助医生在第一时间紧急行床边IABP术,随后为患者气管插管,一系列有

效抢救措施为病人赢得了手术时机,最终成功挽回一命。“看到患者在自己的监护、抢救中转危为安,这就是我最大的欣慰!”由于工作出色,张琳被评为“南通市优秀护士”,她所在护理团队也跻身“全国巾帼文明示范岗”。

在3位护士小姐姐中,在市一院心内科导管室工作的张琳是最年轻的一位,47岁的她常被科室医生称赞为“铅衣天使”。因为她每天需穿着30多斤的铅防护服完成各种介入手术的术前准备、术中配合、术后整理工作,还要忍受X射线的照射。“近年来,急性心梗患者逐年增多,对这类患者的抢救必须争分夺秒!”张琳介绍,急性心梗时常发生在深更半夜,只要科室一个电话,她就会马上出现在导管室,配合医生进行手术。

心内科的工作十分忙碌,平均每天都有10多台手术,加班加点对于张琳而言早就习以为常。“老公不在南通工作,儿子还有两个月就高考了,可我一点都顾不上他。”张琳告诉记者,受她的影响,儿子的理想也是当一名医务工作者,这让她感到既自豪又欣慰。

新冠肺炎疫情发生后,在市三院门诊部工作的张琳参与了该院一站式发热门诊的构建与运行管理,付出了常人难以想象的辛劳。“发热门诊是传染病防控的重点窗口,门诊预检工作更是疫情防控的重中之重,不能有丝毫松懈。”面对临时组建的护理团队,她亲自带教,从环境布局、人员防护到护理工作流程,再到院感防控,每一步都详细讲解与示范;她开动脑筋,设计了穿脱防护设备的提示指引标志、通道进出路线标志、三区地标;她带领护理姐妹做爱心箱、送暖心餐、手把手教患者“七步洗手法”……“记得有一位来自新疆的患者在解除留观时,开心地献上了一支新疆舞,那时我们所有的疲劳瞬间消失了。”由于在疫情防控中表现突出,她获评市直卫健系统优秀党员。

“与病区护士不同的是,门诊护士的现场管理能力要求更高,需要及时解决门诊中患者遇到的各类问题和投诉。”如今,担任三院感染病门诊护士长,40岁的张琳感到责任更加重大。她说,将坚持一切以病人为中心,带领团队为患者提供高质量护理服务。

怎样预约接种新冠病毒疫苗?

18周岁(含)以上人群,只要无接种禁忌,都应接种。符合接种条件的市民可带上身份证件,到居住地所在的社区居委会或工作单位登记预约,或关注微信公众号“育苗通”在线预约。接种新冠病毒疫苗不收取费用。

9. 育龄期和哺乳期女性可以接种吗?

如果在接种后怀孕或在未知怀孕的情况下接种了疫苗,基于对上述疫苗安全性的理解,不推荐仅因接种新冠病毒疫苗而采取特别医学措施(如终止妊娠),建议做好孕期检查和随访。对于有备孕计

划的女性,不必仅因接种新冠病毒疫苗而延迟怀孕计划。

虽然目前尚无哺乳期女性接种新冠病毒疫苗对哺乳婴幼儿有影响的临床研究数据,但基于对疫苗安全性的理解,建议对新冠病毒感染高风险的哺乳期女性(如医务人员等)接种疫苗。考虑到母乳喂养对婴幼儿营养和健康的重要性,参考国际上通行做法,哺乳期女性接种新冠病毒疫苗后,建议继续母乳喂养。

10. 免疫功能受损人群接种建议有哪些?

免疫功能受损人群是感染新

冠病后的重症、死亡高风险人群。目前尚无新冠病毒疫苗对该人群(例如恶性肿瘤、肾病综合征、艾滋病患者)、人类免疫缺陷病毒(HIV)感染者的安全性和有效性数据。该类人群疫苗接种后的免疫反应及保护效果可能会降低,对于灭活疫苗和重组亚单位疫苗,根据既往同类型疫苗的安全性特点,建议接种;对于腺病毒载体疫苗,虽然所用载体病毒为复制缺陷型,但既往无同类型疫苗使用的安全性数据,建议经充分告知,个人权衡获益大于风险后接种。

11. 既往新冠肺炎患者或感染者可以接种吗?

现有研究数据表明,新冠病毒

“80后”药剂师张琳: 悉心为患者提供用药指导

“妇女儿童的用药安全特别重要,老百姓在这方面的疑惑也比较多,比如,妊娠期、哺乳期用药,儿童尤其是低龄儿童用药等。”身为市妇幼保健院药事科副主任、副主任中药师,41岁的张琳尽管是一名纯爷们,却注定了要为妇女儿童的用药安全服务一辈子。

药剂师就是发药的?其实不然。“我们除了保障药品供应,进行药物调配之外,还要对全院的药品从购进、贮存、使用等各个环节进行质量管理;在发药的同时对医生开出的处方进行合理性审核,发现不合理或错误要请医生改正;我们开设了用药咨询窗口,为患者提供用药咨询与指导,促进患者合理用药;我们临床药学部门还开展了治疗药物的监测和基因检测,帮助患者精准化用药;同时,还建立了药物循证评价团队,对药品的安全性、有效性和经济性开展临床综合评价工作。”张琳介绍,目前,市妇幼保健院药事科就有30名药剂师,分布在门诊药房、病区药房、中药房。

自2008年从南医大药学院

硕士毕业后,张琳已在药剂师岗位上工作了13年,“这份工作要求我们格外细心、谨慎,病人的用药安全来不得半点马虎。我们不但要核对名称、剂量,指导他们如何正确服用,还要在窗口发药的有限时间内,既快又准地回答患者的所有用药咨询。”多年来,张琳精于钻研、勤于学习,先后主持省市级课题9项,2019年被评为“南通市十佳优秀药师”。

张琳介绍,从去年1月1日起,市妇幼保健院开设了“围生期药学门诊”,由临床药师团队免费为患者提供专业的围生期个体化药学服务和用药指导,受到广大孕产妇的欢迎。去年7月,“南通妇幼临床药学”微信公众号正式上线,面向广大患者科普用药知识。眼下,市妇幼保健院互联网医院也即将上线“网上用药咨询”服务。

“在欧美发达国家,药剂师有处方权,甚至可以修改医生的处方。”张琳说,随着人们健康理念的提升,药剂师的作用将越来越得到重视。他提醒广大市民,用药的原则是“安全、有效、经济”,生病了随意去药店买药并不可取,切勿滥用药、乱吃保健品。

“95后”营养师张琳: 开设公众号科普营养知识

今年25岁的张琳在市妇幼保健院营养科工作,她是几个张琳中年龄最小的一个。2018年,从徐州医科大学食品卫生与营养学毕业后,她来到了妇幼保健院工作。

“营养科是一个新兴的科室,正处于发展阶段,特别是现代人越来越注重对健康生活的追求,营养学也越来越受到大众的重视。”张琳说,不少消化道的疾病都与营养学息息相关,比如,一些胃管插管的患者,对饮食有特殊的要求,这就需要营养师的个性化指导,配备“肠内营养制剂”。对于一些糖尿病、痛风患者,也需要配备特殊的“营养餐”,才能更好地进行慢性病管理,控制病情的发展。“目前,我的主要工作就是在医院的消化内科病房为患者

进行饮食和营养方面的宣教。”张琳说,这份工作尽管有些琐碎,但让她感觉很有意义。

业余时间,张琳还创办了一个微信公众号——“一米营养空间”。“蜂蜜,甜蜜的陷阱”“节食减肥不反弹!不信你看”“怎么喝果汁更健康”……针对大众关注的热点问题,张琳查阅相关文献资料,积极撰写科普文章,用生动活泼的方式普及营养学知识,受到了不少患者的欢迎。

为了加强学习,张琳经常去各大医学院旁听相关课程,“营养学与内科、外科、麻醉科都有关联,我必须掌握更多的全科知识,才能更好地对患者进行营养指导。”眼下,这位好学的“95后”营养师正在积极复习,准备考研,旨在掌握更多的专业知识,造福患者健康。

本报记者 冯启榕

新冠病毒疫苗系列科普知识(3)

怎样预约接种新冠病毒疫苗?

18周岁(含)以上人群,只要无接种禁忌,都应接种。符合接种条件的市民可带上身份证件,到居住地所在的社区居委会或工作单位登记预约,或关注微信公众号“育苗通”在线预约。接种新冠病毒疫苗不收取费用。

9. 育龄期和哺乳期女性可以接种吗?

如果在接种后怀孕或在未知怀孕的情况下接种了疫苗,基于对上述疫苗安全性的理解,不推荐仅因接种新冠病毒疫苗而采取特别医学措施(如终止妊娠),建议做好孕期检查和随访。对于有备孕计

划的女性,不必仅因接种新冠病毒疫苗而延迟怀孕计划。

虽然目前尚无哺乳期女性接种新冠病毒疫苗对哺乳婴幼儿有影响的临床研究数据,但基于对疫苗安全性的理解,建议对新冠病毒感染高风险的哺乳期女性(如医务人员等)接种疫苗。考虑到母乳喂养对婴幼儿营养和健康的重要性,参考国际上通行做法,哺乳期女性接种新冠病毒疫苗后,建议继续母乳喂养。

10. 免疫功能受损人群接种建议有哪些?

免疫功能受损人群是感染新

冠病后的重症、死亡高风险人群。目前尚无新冠病毒疫苗对该人群(例如恶性肿瘤、肾病综合征、艾滋病患者)、人类免疫缺陷病毒(HIV)感染者的安全性和有效性数据。该类人群疫苗接种后的免疫反应及保护效果可能会降低,对于灭活疫苗和重组亚单位疫苗,根据既往同类型疫苗的安全性特点,建议接种;对于腺病毒载体疫苗,虽然所用载体病毒为复制缺陷型,但既往无同类型疫苗使用的安全性数据,建议经充分告知,个人权衡获益大于风险后接种。

11. 既往新冠肺炎患者或感染者可以接种吗?

现有研究数据表明,新冠病毒感染后的人群可以获得自然免疫力,这部分人群通常不需要再次接种疫苗。不过,对于既往新冠肺炎患者或感染者,建议在感染后至少6个月内不要接种新冠病毒疫苗。如果既往新冠肺炎患者或感染者希望接种新冠病毒疫苗,建议在感染后至少6个月后再接种。

供应、受种者异地接种等特殊情况,无法用同一个疫苗产品完成接种时,可采用相同种类的其他生产企业的疫苗产品完成接种。

12. 是否可以与其他疫苗同时接种?

暂不推荐与其他疫苗同时接种。其他疫苗与新冠病毒疫苗的接种间隔应大于14天。当因动物致伤、外伤等原因需接种狂犬病疫苗、破伤风疫苗、免疫球蛋白时,可不考虑与新冠病毒疫苗的接种间隔。

13. 不同疫苗产品是否可以替换?

现阶段建议用同一个疫苗产品完成接种。如遇疫苗无法继续

