

南通卫生高职校老年保健与管理专业138名毕业生近九成对口就业,用人单位满意度超99%——

# 守护夕阳的青春养老人

教育部发布的《2024年度普通高等学校本科专业申报材料公示》显示,老年医学与健康专业位列专业申报数量的第五位。

江苏省南通卫生高等职业技术学校(以下简称“南通卫生高职校”)在全国首批、全省首家开设老年保健与管理专业。截至目前,138名毕业生对口就业率89.73%,用人单位满意度高达99.98%,为养老服务行业贡献了一股新鲜的青春力量。

## “00后”有“十八般武艺”

12月16日下午,在海门申丞护理院自理病区,公寓秘书张陆威和一位老人聊天时,得知他最近几天脚有点肿,于是连忙将他的床尾摇高,并在他的腿下垫了一只枕头,通过抬高下肢,帮助促进血液循环。

“我的第一反应是询问他是否有‘三高’病史,并带老人去医生办公室求助,同时第一时间与老人的子女取得联系,告知相关情况。”张陆威说,医生检查后诊断老人是肾功能不好引起的肢体水肿,除药物治疗外,建议近期减少水和盐分的摄入。于是,她又第一时间与食堂进行了对接,一系列周到的安排让老人十分暖心。

自2022年从南通卫生高职校毕业后,张陆威一直在这家护理院工作。“连我在内一共有6名公寓秘书,服务对象是4个楼层90多个具备自理能力的老人。我们的主要工作职责就是组织老人开展各类有益身心的活动,一旦发现老人身体有异常情况,及时带他们就医。”尽管是如东人,但张陆威说得一口流利的启海话,这给老人的交流带来了便利。

在张陆威看来,和老人相处,需要诀窍,更需要耐心。“要主动了解他们的喜好,有时候被他们说教几句,也要虚心接受。”这位24岁的女孩透露,干这一行两年多,她已经学会了《东方红》《大海航行靠舵手》等十几首老歌,也在抖音上学了十几个手势舞,为的就是和老人们打成一片。

张陆威是南通卫生高职校老年保健与管理专业的毕业生代表之一。在通城乃至周边地区,包括她在内的一批“00后”毕业生陆续充实到各大养老机构。与传统的养老服务人员相比,他们年轻且充满了干劲,以公寓秘书、小管家、社工、居家养老服务等不同的身份,成为我市养老服务行业一道新的风景线。

“养老需求逐步从单纯照护向医护康养防多元化综合型转型,这给养老行业的人才培养带来新的挑战。”南通卫生



袁丹丹为基层养老护理从业者开展培训。



朱忆馨陪老人折千纸鹤。(均为资料照片)

高职校老年保健与管理专业学科带头人陈玉华介绍,针对养老服务行业人员“敬老认同度低、跨岗适应力差、跨岗高阶思维弱”等共性问题,从2016年起,该校就联合行业企业、高校、养老机构,共同开展“医护康养一体化老年保健与管理人才培养模式”的创新研究。

“我们通过构建‘一主两辅’Y型专业课程体系,全方位提高学生与老年专业领域多岗位的适配度。”陈玉华解释,“一主”就是“老年保健照护”主干课程体系,“两辅”分别是“老年健康管理”和“养老服务管理”两分支课程体系,囊括了医疗(护理)、机构(康)、居家(养)、社区(防)等多岗位所需的理论和技能要求,能够实现老年保健与管理专业人才“医护康养一体化”培养。

在母校练就的“十八般武艺”,让张陆威走上工作岗位后得心应手,先后获得海门区第二届照护服务职业技能竞赛三等奖、2024年南通市养老技能竞赛二等奖。

## 照护动作形成肌肉记忆

今年夏天,21岁的袁丹丹和同事们3个月跑遍如东县十多个乡镇,通过送教上门的方式,为基层有志于从事养老护理员的考证人员进行培训。

今年7月,从南通卫生高职校老年保健与管理专业毕业后,袁丹丹成为崇川区启睿职业技能培训学校有限公司的一名培训讲师。“我的日常工作是为学员讲解养老护理、老年人能力评估等方面的知识技能,帮助他们更好了解老年人的身体状况,掌握卫生防护、日常照料、基础护理等理论知识和操作要领。”袁丹丹说,每次下乡送教,她和同事们都会带上毛巾、塑料盆、护理垫、尿不湿等实操用具,手把手教学员们实践操作,“以前上学时是老师教我,现在我再教给学员们,也算是一种传承吧。”

在下乡送教的过程中,袁丹丹发现

农村的养老服务需求很大,学员也存在不少认识误区,比如容易忽略被照顾者舒适度、安全及隐私保护等方面的需求。“我在讲解给老人换尿垫时,会着重强调床栏要及时拉上;操作中要随时观察老人情况变化;如果有旁人在,应该拉开窗帘,不要暴露老人的隐私部位。”她说,由于学员大都是妈妈辈的,最初往往担心像自己这么年轻的老师讲课不靠谱,但几堂课下来,她就用实力赢得了学员的认可。

年纪轻轻,就深谙老人照护,袁丹丹坦言,这得益于在学校五年的磨炼。“学生毕业前就对养老照护的场景十分熟悉,学校除了会用一年时间安排他们在五星级养老机构实习外,还会用一年时间采取现代学徒制,让学生在养老服务学习老人生活照护、营养干预、伤口护理、健康宣教、心理疏导等方面的能力。”陈玉华说,光排泄照护这一章节,教材就足足有40页,授课时间长达4周多,内容涉及“帮助如厕”“帮助更换尿垫、纸尿裤”“更换造口袋”等操作。

“通过反复练习,这些照护动作早就形成肌肉记忆。”袁丹丹说,尽管才工作半年多,她已经培训学员700多人次。

## 爱一行才能干好一行

12月10日,在全省老年保健与管理专业《慢性病管理》课程思政公开课上,南通卫生高职校的学生们以小组为单位,互相角色扮演,利用道具进行自主练习如何帮助卒中患者使用助行器平地行走。任课老师丁彩云说,只有学生们亲自体验过后,查漏补缺,才能更好地掌握知识点。

无德不立,育人的根本在于立德。“在校期间,我们不仅关注学生专业能力的培养,更重视情感教育和职业道德修养培育。”陈玉华说,他们将职业道德、法律法规、人文关怀等内容纳入课程体系,在思政课程中融入专业文化元素,并通过

过案例教学、角色扮演等方式,增强学生的专业认同感和社会责任感。在实训课程中,授课老师注重引导学生关注老年人的情感需求,培养其耐心、细心、爱心的职业品质,促进学生职业能力和职业素养协同进步。“说到底,只有爱一行才能干好这一行。如果不爱老人,怎么可能干好养老服务工作呢?”

22岁的社工朱忆馨是南通卫生高职校老年保健与管理专业的应届毕业生,在苏州海霞港护理院工作的她是老人们眼中的“开心果”。“每天上午和下午,我都会带老人们开展一个小时的集体活动,一般上午做健康操、唱歌,下午做手工、画画。我每天都会为他们拍照、拍视频。”小朱说,和老人在一起的时光非常开心,每次看到老人们慈祥的笑容,她都觉得很治愈。工作半年来,小朱的敬业让家里人深感欣慰,“爸爸妈妈都说我变得更加懂事了,就连性格也变得温柔了。我自己也很享受被老人们需要的感觉。”

作为南通卫生高职校老年保健与管理专业首届毕业生,蔡舒婷是阳光养老集团派驻崇川区文峰街道居家养老服务中心的工作人员。从事养老服务行业已3年多,她主要承担助餐、居家保洁、上门维修、血压血糖测量、孤寡慰问、康复治疗等协调工作。蔡舒婷说,“我很喜欢跟老人打交道,养老服务行业是个朝阳产业,发展潜力巨大。”

近三年,南通卫生高职校老年保健与管理专业的毕业生“1+X”老年照护职业技能等级证书(中级)通过率100%,连续在职业院校和行业技能大赛中获国赛一等奖等6项,该专业在省内外产生了较强的引领辐射效应,截至目前已在全国20余所学校、30个专业推广应用。业内人士评价,该专业为职业院校小众新兴专业人才培养提供了新思路,为新时代养老服务行业的人才培养提供了示范,对于破解深度老龄化社会养老难题具有积极作用。

“时代在发展,养老专业人才的培养同样需要与时俱进。下一步,我们将进一步强化学生科研创新思维的培养,同时加强智慧养老服务场景的应用,努力培养更多高素质、复合型的养老人才。”陈玉华说。

本报记者 冯启榕 实习生 严炜



## 南通二院半月救治3位河豚中毒患者

“快点啊!救命!”凌晨1时许,3个面色紧张的人推开了南通二院急诊中心的门帘,随即,一阵急促的求救声在抢救大厅骤响。

急诊中心金湘怡护士迅速推来抢救床,将被两人扶着的患者老姚(化名)转移至抢救室内,经过初步生命体征监测,发现其病情十分危重:心电监护提示Hr147次/分,BP201/128mmHg,RR18次/分,这些数据都表明,老姚生命体征极不稳定,需要立即进行抢救。

同时,急诊中心徐志云副主任医师迅速询问病史。得知老姚平时喜欢吃河豚,经常自己处理和烹饪,在12月4日晚餐时,老姚再次自行处理烹饪后进食了较多的河豚肉和肝。到了5日零点左右,老姚开始出现口唇、舌尖、肢端麻木的症状,并伴有胸闷、心悸等不适感。于是,他立即与家人一同前往离家最近的南通二院求救。

根据病史特点和临床表现,南通二院急诊团队初步判断老姚为河豚毒素中毒。

“河豚毒素中毒,没有特效解毒剂。”徐志云介绍,一旦发生中毒,应尽快给予各种排毒和对症治疗措施,让患者度过危急期。基于此,金湘怡护士和徐晨晨护士立即给老姚留置胃管,温水洗胃,甘露醇导泻,尽快清除胃内容物减少毒素吸收。同时开放静脉通路,予甲泼尼龙冲击提高组织对毒素的耐受性,积极补液维持水电解质平衡,促进毒素排泄等对症支持治疗。

急诊处理后,老姚被转至重症监护病房(ICU)。经过24小时抢救,6日早晨老姚生命体征已恢复平稳,几天后就康复出院了。

据了解,最近半个月,南通二院已救治3位因食用河豚中毒的患者。

南通二院急诊中心副主任赵丰提醒,如果在进食河豚后出现不适,需立即进行催吐自救,及时到医院就诊,并详细告知医生河豚进食史,以便医生及时开展对症治疗。

·姚丽娟 冯健 李波·

## 2024年度全省卫生健康行政许可案卷评查情况公布

# 我市两份案卷获评优秀

由省卫生健康委组织开展,对各设区市卫生健康委2023年1月至12月期间受理并已办结的涉及饮用水卫生安全的产品卫生许可和放射卫生相关行政许可案卷,采取随机抽选、线下评审、交叉互评、一卷一表的形式展开评查。

我市被随机抽取的《宣传(南通)涂料有限公司申请涉水产品卫生许可案卷》《南通瑞慈医院申请放射源诊疗技术和医用辐射机构许可(校验)的许可案卷》分别入选2024年度全省卫生健康行政许可优秀案卷。

·李波 季晓勇·

## 减重手术显奇效 半月均瘦超10斤

# 通大附院为一对肥胖夫妻解忧

整个手术过程非常顺利,仅耗时一小时便成功完成了这一高难度手术。

由于小陈患有重度通气障碍,考虑其呼吸安全,术后他被送往ICU进行密切监护。得益于手术团队的精湛技艺和医院的先进设备,小陈的恢复情况良好,随后被转入普通病房与妻子一起进行术后恢复。

目前,夫妻俩都已经出院并恢复良好。据悉,小陈在术后短短半个月时间内已经瘦了二十多斤。妻子小李表示,这次能够陪着丈夫一起做减重手术,完全是机缘巧合,感觉非常幸运。此次手术不仅给夫妻俩肥胖问题的解决带来希望,也让他们更加珍惜彼此的健康和陪伴。

·李波 黄玉婷·



李鹏及其团队为患者进行手术。

南通名医团

南通名医团·健康大家谈



冬季易感消沉 医学专家支招  
身心同调消除不良情绪

冬季,不少人被消沉与压力笼罩,工作无活力,夜晚难安睡,心情似被阴霾吞噬。近日,南通四院精神二科副主任刘超分析了这一现象的成因,并给出了应对之策。

刘超介绍,冬季昼夜变长,光照不足,视网膜接收光线减少,大脑中的松果体便会过度分泌褪黑素,导致嗜睡、慵懒。同时,有“快乐神经递质”之称的血清素合成受影响,其水平下降会使愉悦感降低。此外,冬季节日较多,家庭与职场事务繁杂,寒冷环境也消耗着体能与精力,多重因素叠加,致使情绪“亮红灯”。

面对这种情况,刘超给出了多方面的减压建议。在饮食方面,冬季可多食用高热量、富含维生素的食物,比如热巧克力能提升血糖、舒缓情绪,坚果滋养大脑神经细胞,柑橘类水果能助力好心情生成。建议适当运动,刺激大脑分泌内啡肽,无论是室内有氧操、拉伸,还是室外快走、慢跑,每周3到4次,每次30分钟,可改善体能与情绪状态。此外,社交调节也不可或缺,与老友相聚或通过电话倾诉与分享,获得情感支持,可分摊部分压力。有兴趣的朋友还可以采用冥想的方式减压,坚持练习可使大脑电波从活跃转为放松,让焦虑与压力消散。

·朱小平 钱晨城 朱颖亮·



## 近200名药师齐聚一堂 探讨药学服务高质量发展

近日,市药学会医院药学专委会暨药学服务专委会2024年学术年会举办,我市各级医疗机构近200名药师参加,共同探讨药学领域的前沿问题与发展方向。

会议以“创新引领质量提升,共筑医院药学及药学服务新未来”为主题,旨在搭建学术交流平台,促进合作创新,推动药学服务高质量发展。专题报告环节中,省内资深药学专家围绕药学服务现状、挑战、机遇及未来趋势等议题展开深入剖析,通过分享实践经验与研究成果,为与会人员带来了新的思考方向与务实的解决路径。在互动讨论环节,药剂师们围绕学科建设与药学服务创新等话题展开交流,为医院药学服务开拓新思路。

会上,市药学会医院药学专委会主委徐新及市药学会药学服务专委会主委黄金石分别作专委会2024年工作总结与2025年工作计划。

此前,在市药学会主办,市药学会药学服务专委会、南大附属医院联合承办的“药有所为,药最闪亮”2024年南通市医疗机构药学服务技能大赛决赛中,海门区人民医院代表队获一等奖。

·朱颖亮 严炜·



近日,来自启东市百杏幼儿园的小朋友化身小小观察员,在家长的带领下走进启东市妇幼保健院,开启一场“童心医旅”。图为小朋友通过眼看、手摸、鼻闻、口尝等方式认识中医药材。

李波文 盛冬冬 陆柳谚摄

## 求医问药

你有医学健康疑问,我们邀请医学专家来解答。

## 问 膝盖前方不明原因疼痛咋办?

答 朱云华

南通市第三人民医院关节外科副主任医师

如今,不少人会出现膝盖前方不明原因疼痛。部位不确切,性质也不确定,就医后治疗效果也一般。

膝前痛常有以下几种原因:韧带拉伤、骨折、髌前囊炎、滑膜炎、髌骨软化症。如果是膝盖前面两个窝疼,有可能是内外侧半月板前角损伤撕裂。随着医学发展,还有一种疾病临幊上认识得越来越多,那就是髌骨不稳定,需要引起重视。

髌骨不稳定引起的临床症状主要有膝前区及其周围疼痛,尤其是上下楼或登高时,快走或负重时膝关节瞬间软弱无力、不稳定感,假性卡顿感。当出现这些症状时需要引起足够重视,以免运动或工作生活中突然髌骨脱位或摔倒骨折,从而引发严重后果。

引起髌骨不稳定的原因主要有股四头肌及其扩张部的异常,股骨滑车发育不良,高位髌骨、膝关节力线异常、髌骨形态异常等,建议患者及时到关节外科就诊。

诊断明确后,轻度髌骨不稳定可以通过保守治疗:限制日常生活某些活动,如登高爬坡、爬楼梯等,特别是膝前痛与某项活动有关时,可以限制该项活动,从而达到改善症状的目的;加强股四头肌训练,增强肌力,可有效改善症状;佩戴髌骨支具,起限制及稳定髌骨的作用,但不适宜长期佩戴,容易导致股四头肌萎缩;非甾体类消炎药,可减轻局部症状。

经规范保守治疗半年以上,膝前区疼痛反复发作,甚至已经有髌骨脱位发生,或一经发现就是重度髌骨不稳定,可考虑手术治疗。