·全科护理·

基层护理工作者借力互联网提升自我的途径和方法

杜平

在过去的十年中,中国的医疗改革一直在积极进行中,但是基层群众“看病难、看病贵”的状况依然没有得到很好的解决。如今,科学技术不断发展,互联网已使这个时代发生了翻天覆地的变化。医疗改革中的分级诊疗得到了各级医疗行政部门的重视和落实。分级诊疗的基础是要有协同;要协同就必须提升所有医务人员,特别是基层医生和护士的服务质量和服务能力。

1 基层护理工作者的基本情况及面临的问题

基层护理工作者作为卫生服务的直接提供者,其服务质量直接决定着城乡基层卫生服务提供的效果。近年来,我国基层护士的学历结构和职称结构都有一定程度的改善。然而,基层护士学历层次和技术职称水平依然较低,高层次人员比例仍非常低,这大大限制了基层卫生服务提供的质量。不同于国内省市三甲医院有良好的培养体系,基层护理工作者面临着工作量大、培训和职业发展机会少等突出问题[1]。很多基层护士是自己在工作中“摸爬滚打”。他们虽然具有一定的临床经验,但对一些护理新技术和新理念缺乏认识,再加上很少有接受专业培训和系统深造的机会,导致他们长时间处于技术水平相对落后的状态。

同时,由于医学科学技术的快速发展,护理学科的内涵和外延也在不断深化中,对基层护士的知识和技能提出了严峻的考验。持续提升基层护理工作者的技术水平和服务能力,不仅仅是护士自身的迫切需求,也是改善全民卫生健康服务质量的重大任务。

2 互联网时代医疗特色

从2015年起,国务院就积极推进“互联网+”行动。明确提出:建设基于互联网的医疗卫生服务系统,推广在线医疗卫生新模式,促进智慧健康养老产业发展。今后,医疗信息共享服务平台、远程医疗等将成为“互联网+”医疗行动计划的着力点。

医疗变革的大方向是省市综合医疗机构与基层医疗机构、基层机构与单个家庭之间的互联;同时也是各种各样的数据之间产生互联互通,科学的诊断要依靠这些数据。而所谓的“云医院”的框架,就是三甲医院有本身的2、3千张床位加基层、社区几万张床的整体规模;有1千多名医生再加社区几万名医生。所有的流程在一个标准下,所有的监管在一个系统下,所有的供应链管理都在一个体系下进行。在这样的条件下,能够保证资源和服务的质量。互联网可以使好医生、好医院变得更大,可以使基层医务工作者变得更好、更卓越,这是21世纪变革很重要的方式[2]。

互联网时代下的教学模式也完全多样化,有的是面授和网络教学结合的模式;有的是完全通过网络或多媒体光盘授课的模式。越来越多的学术期刊、书籍实行电子出版,开放获取不断涌现;许多期刊升级了新的阅读体验,在全文页支持视频播放,对于手术类和操作类的文章,有更有效的表现形式。手机作为人人拥有的日用品,也被用作传递信息和教材的工具[3]。甚至普及学术知识的游戏教学软件也在不断开发中。基于互联网的这些学习方式和手段,突破了时空的界限,给基层护士带来了极大的便利性和可及性,护士可以在任何时间和地点学习她们想学的知识和技能,进而提升自我。

3 基层护理工作者如何借力互联网提升自我

基层护士需要提升的职业素质包括:护理操作规程、基础护理知识、急救知识和技能、专科疾病知识、专科操作技能、常用治疗仪器操作方法、护理新技术和新理念、健康宣教、科研设计和论文写作、人

DOI:10.13558/j.cnki.issn1672-3686.2018.03.040

作者单位:311719 浙江淳安,淳安县第二人民医院手术室

际沟通技巧、职业防护知识、法律法规、计算机信息技术等内容。基于互联网的培训模式有利于提高效率，打造个性教育、弥补个性缺陷。 互联网信息化教学作为对传统教育模式的补充，可以在业余时间，督促基层护士利用零碎时间对临床知识进行再次学习和巩固，不仅学习便利，而且其借助图、文、音、视结合的富媒体形式推送医学知识，调动了护士的学习兴趣。

在“互联网+”的大环境下，基层护理工作者应该根据自己的情况，有选择地去学习。①可以在自己的手机中安装协作医院（云医院）APP。省市三甲医院常建有远程网络教育系统，如浙江大学医学院附属第二医院国际远程医学中心远程系统。护理远程课程涵盖护理管理、临床技能实践、专科化培训、新技术演示、护理研究和指南等；定期制作课程表，各协作医院护士可根据护理专业发展的需求自由选课[4]。可满足基层医院护士自我提升的要求。在学习过程中，如果遇到不懂或难理解的问题，还可以通过平台展开讨论和释疑。②参加网络联合学术会议、学术讲座如新指南解读及病例讨论等。三甲医院利用互联网技术，把最新的护理理念、资讯、技术、知识快速而高效地传达到基层医院，基层护士就地共享三甲医院完善的教育资源。③通过使用电脑、PAD或者手机下载技能演示视频资料，可以学到以往必须亲临现场才能学到的知识和技能。比如手机下载常规护理技能演示—尿道导管插入术，可反复观看和模仿。再次观看后，可以唤醒以前所学到的内容。视频材料的延续性和标准化甚至优于不同老师的现场授课。且每次课后均进行测评和解析，有利于提高其理论及操作成绩。同时，互联网教育更加直观生动，通过模拟临床实践和操作视频的学习，使护士的临床实践能力和胜任力得到了提高。尤其适合新时期“90 后护士”的学习习惯。④关注微信公众号，如复旦大学附属中山医院护士继续教育微信公众平台[5]，该平台推送内容包括护理理论新知识、患者护理管理、护理改革方向、循证护理知识、护理测量工具、国内外护讯、护理科研、人文护理、护理会议和新闻等多方面具有实用性和新颖性的内容。点击微信软件自带的收藏功能，可添加资源到知识库中，完成对护理知识收藏、积累和管理过程，此外可以发送给朋友或分享到朋友圈，实现信息资源共享，体验互动的乐趣。⑤基层护士应利用好本学科专业期刊。期刊论文常常代表本学科最新进展，本学科专业期刊是获取这些知识的良好途径。此领域国内相关期刊有：中华护理杂志（http://zh.zhhlzzs.com/CN/0254-1769/home.shtml）、护理与康复（http://www.zjhlykf.com/ch/index.aspx /）、中国实用护理杂志（http://www.zgsyhlzz.com/）等。许多期刊升级了新的阅读体验，在全文页支持视频播放，对于手术类和操作类的文章，有更有效的表现形式。⑥此外，英语基础好的护士，可以借用国外的数据库如Clinical Key，帮助医生、护士及其他专业人士随时随地依据患者情况，制定最佳决策。

当今时代，充满了机遇。基层医务工作者都渴望提升自我。只要好好把握网络资源，同时，在遇到难以解决的困惑时，针对问题去探索和专研，一定能开拓思路，满足自身知识体系更新需要，更好地应对医疗和护理技术的不断改进；尤其对于知识陈旧的高年资护士和缺乏经验的低年资护士，网络资源是其提升自我职业素质的最佳途径之一。

参考文献

1 刘永红，朱建军.基层医院护理管理现状分析与应对策略[J].西部医学，2011，23（7）：1383-1384.

2 刘积仁.互联网时代的医疗改革[EB/OL].http://tech.hexun.com/2015-06-05/176474374.html.2015-06-05.

3 Chuang YH, Lai FC, Chang CC, et al. Effects of a skill demonstration video delivered by smartphone on facilitating nursing students´ skill competencies and self-confidence: A randomized controlled trial study[J].Nur Edu Today，2018，66（1）：63-68.

4 徐双燕，王惠琴，兰美娟，等.远程网络教育系统在基层医院护士培训中的应用[J].护理与康复，2013，9（12）：881-882.

5 张景春，吴燕，徐建鸣，等.微信公众平台在护士继续教育中的应用及评价[J].护理学杂志，2015，30（24）：1-4.

（收稿日期　2018-04-20）

（本文编辑　蔡华波）