

# ICU 护士的职业暴露及防护措施研究进展

赵露

马鞍山市中医院 安徽 马鞍 243000

**【摘要】**：职业暴露是临床医疗工作面临的重要危险因素，根据科室以及工作内容的差异，制定具有针对性的防护措施，对控制职业暴露风险、保障护士的人身安全与心理健康有重要作用。本文主要分析 ICU 护士职业暴露因素，重点从护士的工作年限、护士护理操作的规范性、护士对职业防护相关知识的掌握情况、ICU 日常工作负荷以及社会心理因素等层面进行分析，并提出了培养护士的防护习惯、增加人力与物质投入、加强职业安全防护的监管、做好专业心理辅导以及提供释放压力的渠道等防护措施。

**【关键词】**：ICU 护士；职业暴露；防护措施

## 前言：

临床工作中，职业暴露可能给正常医疗秩序以及医务人员人身安全带来严重威胁的因素。近年来，职业暴露带来的一系列严重后果，引起了社会的广泛关注。ICU 护士是医疗机构的基层职业，医疗环境与医疗对象的特殊性，使得 ICU 护士成为护士群体中发生职业暴露的高风险人群。采取有效的防护措施，降低职业暴露风险，控制不良事件带来的危害性，保障 ICU 护士的人身安全与心理健康，是 ICU 管理工作的重点之一。本文从 ICU 护士的工作实践出发，重点对职业暴露的现状、相关因素及预防措施进行综述，希望对 ICU 护士职业防护水平的提升有所帮助。

## 1. ICU 护士职业暴露的相关因素

### 1.1 工作年限

护士的工作年限是影响其临床经验积累以及综合能力提升的重要因素，对于 ICU 护士的职业防护，刘红敏等人 在其文献中指出，ICU 护士对职业暴露知识的掌握情况与其工作年限之间存在着一定的关联：与在护理岗位工作年限不足 3 年的护士相比，工作时间超过五年的护士对各类防护知识的掌握情况更好，基本熟悉常见危险因素的正确防护行为，两类护士群体的问卷得分存在显著差异。基于这一层面分析，ICU 护士的工作年限不足，缺乏足够的工作经验，或者不熟悉 ICU 护理的环境、职业风险类型，可能成为职业暴露事件发生的重要诱因。对职业防护缺乏正确的认知，未能熟练掌握各类常见职业风险的防护方法，将成为 ICU 职业防护工作开展不容忽视的制约因素。因此，医院管理层应当重视低年资护士的职业防护培训，提高其对职业暴露的认知度。

### 1.2 操作不规范

护士操作不规范是导致职业暴露发生的重要诱因。与常规科室不同，ICU 收治的患者多是病情危重患者，对各项护

理行为的执行都有相对苛刻的要求。例如，ICU 护士需要频繁地使用各类监护仪器，接触超声检查、床边 X 线检查等护理操作，一旦护士出现不规范操作，将可能带来严重危害。畅立宏等人在调查医务人员的职业暴露现状时发现，职业暴露事件同医务人员的操作不当之间有着密切关联，制定有效的约束措施，规范医务人员的操作，对职业暴露的防范有重要意义<sup>[1]</sup>。

### 1.3 工作负荷

从 ICU 护士的日常工作来看，ICU 护理内容的特殊性，以及 ICU 护士数量不足等客观因素的存在，使得 ICU 护士长期处在高负荷状态。钟瑞琼认为，长时间处于超负荷工作状态，是导致护士职业暴露高发的重要原因，在护士数量不足的情况下，护士可能需要承担超出其能力极限的工作内容，继而出现不规范操作，甚至导致护理差错事件的发生。ICU 内主要接收重症患者，多为昏迷等不能生活自理的患者。为避免病人造成压力性损伤，护士必须每隔两小时进行翻身，这直接增加了护士的工作负担。其次，相对于国外（如美国、日本）我国 ICU 护士人数与 ICU 床位数比不合理，导致每个 ICU 护士需要花费更多的时间去完成日常护理工作。站在 ICU 护士的立场，巨大的工作负荷，以及护理工作的高要求，会给自身的身心健康带来不同程度的影响，甚至出现严重的心理负担，这无疑增加了其职业暴露风险。对此，医院有必要为 ICU 护士提供心理层面的辅导，帮助其缓解身心压力，并积极培养新的 ICU 护士，减轻 ICU 护士的工作压力。

### 1.4 社会心理因素及其他因素

从社会层面看，ICU 护士由于自身的职业特点，因此所处的人际关系网络较为复杂，例如护士与护士之间、护士与患者之间和与医师之间均会存在较为密集的互动，而如果在复杂的社会关系网络之中某一环节存在问题，则必然影响到

ICU 护士的归属感和情绪,尤其是当前社会背景之下,护患关系容易受到多种因素的影响,造成一系列纠纷。同时,ICU 护士工作压力大,难以充分兼顾自身的家庭生活,家庭的压力也有可能导致 ICU 护士出现一定的心理损害,进而增加其职业暴露的风险。

## 2. ICU 护士职业暴露的防护措施

### 2.1 培养防护行为的习惯

针对 ICU 护理工作的职业暴露风险,采取有效的应对措施,将工作压力转变为动力,让职业暴露风险处于可控范围内,能够帮助护士提升自身的应对能力。护士的工作态度与业务水平是影响护理质量与患者生命健康的关键因素,在临床护理中,致力于防护行为习惯的培养,通过培训提升护士的业务水平,同时树立正确的服务理念,能够保证护理工作的质量。良好的职业习惯是帮助 ICU 护士避免职业暴露的重要手段之一,相关单位在实施自身的工作过程中,有必要针对 ICU 护士群体进行相应的抢救仪器使用、抢救技能掌握的培训,如结合 ICU 护理临床特征,进行专业技能培训、开展交流讲座等,让 ICU 护士的防护习惯在潜移默化之中逐步形成,最终提高 ICU 护士综合能力。

### 2.2 加强职业安全防护的管理与控制

要降低 ICU 护士职业暴露的风险,相关医院还要从加强职业安全防护的管理与控制入手,通过对抢救室当前的布局进行科学合理的调整,针对相应的状况形成严密的抢救程序等均能够在一定程度上降低职业暴露风险。就护士的应对能力来看,加强培训力度,能够有效提高护士的综合能力与技能水平,对护士应对能力的提升具有重要意义。与此同时,引导护士积极调整心态,树立正确的价值观念,能够帮助患者合理应对临床护理的工作压力。在临床护理的过程中,鼓励有科研意识的护士积极尝试相关课题的研究。同时还需要针对抢救药品、抢救仪器等实施定点、定量和定人管理,在合理的环境布局和系统化的设备及药品管理工作之下,能够实现紧张气氛的缓解,提升安全防护效果。

## 参考文献:

- [1] 许慧香,武晋,张晓云,等.基于 Fuzzy-AHP 的不同岗位护理职业风险评价模型构建及实证研究[J].护理研究,2019(11):1902-1905.
- [2] 李娜.重症监护病房护士职业危害发生情况,担心程度及应对的相关研究[D].中国医科大学,2010.

### 2.3 增加人力投入及物质投入

ICU 的整体工作较为繁忙,这种现象可能导致相关护士在工作实施过程中出现大意的现象,为了缓解 ICU 繁忙的局面,相关单位应当适当增加护士编制,鼓励新护士的加入,在人力资源充足的前提下,对 ICU 护士进行合理的班次安排,保证 ICU 护士在相对良好的环境下开展工作。此外,组织郊游、生日聚会、谈心会等活动,丰富 ICU 护士的业余生活,为护士营造一种家的氛围,增强其归属感,对 ICU 护士的不良情绪也有一定的疏导作用,继而其提高自身的心理调节能力与压力应对能力。

### 2.4 提供专业的心理辅导

受到重医轻护思想等因素的影响,护士的职业成就感普遍偏低,护士数量相对短缺,导致工作负荷过重,尤其是在患者数量较多、护理任务繁重的情况下,护士极易出现身心疲倦的情况,进而产生职业倦怠。中年护士还存在结婚、生育、抚养子女、赡养父母、子女的教育等问题,这些事务的处理都需要占用较多的时间,同时职业发展道路也处于重要的转折点,二者之间的矛盾日益突出,护士常常为了做到面面俱到而疲于奔命,出现身心疲倦的现象。在开展日常护理工作的同时,定期评估护士个体的心理状况与工作压力,制定针对性辅导方案,能够有效缓解护士的压力状况,避免身心状况不佳增加职业暴露风险<sup>[2]</sup>。例如,在召开会议或者组织活动时,认可护士的工作表现与成绩;在安排集中培训时,指导 ICU 护士学习心理疏导方法,积极地应对工作压力,合理减压。

## 结语

ICU 护士长期处在较大的工作压力之下,这种情况比较容易造成 ICU 护士在自身的工作之中出现较大的职业暴露风险。相关研究表明,导致 ICU 护士发生职业暴露的因素包括操作不规范、工作年限不足、专业知识缺乏、心理压力太等,针对这种情况,相关单位需要加大人力物力投入,帮助 ICU 护士降低工作压力,避免职业暴露风险。