



芳香呵护“半边天”

手工蛋糕制作活动为女职工们带来了节日的甜蜜

□ 本报记者 宗晓畅/文 曹立栋/摄



芳香呵护治疗利用植物的天然香气、配合舒缓的音乐、温柔的抚触，为人们舒压放松

“请您重新感受身体的每一寸肌肤、每一条神经。现在，它们都开始慢慢地放松了……”走进北京佑安医院B楼三层妇科医生办公室，淡雅的熏香弥漫在空气中，5位医护人员坐在椅子上微闭双眼。站在椅子后方的5位志愿者将双手轻搭在医护人员肩上，保持同频呼吸。舒缓的音乐中伴有水声潺潺和清脆鸟鸣，让人心神宁静，志愿者将精油在手中涂抹均匀，跟随引导词的提示，轻柔地抚触医护人员的脖颈、手部和双臂；慢慢蹲下身，让掌心的温热传导到医护人员的膝盖、小腿和双足。

这套芳香呵护疗法全程23分钟。随着音乐和引导词停止，医护人员陆续睁开双眼，向志愿者握手致谢，办公室内一片欢声笑语。北京佑安医院妇科主任刘青说：“今天上午，我刚为一位子宫内膜癌的患者做完手术，下午还要做一台手术，能够在午休时体验这套芳香呵护疗法，让我身心放松，精力更加充沛。”

随后，志愿者们又来到妇科病房，为三位住院患者带来芳香呵护治疗。结束时，护士们为患者献上玫瑰花，祝她们妇女节快乐、早日康复。

从2021年起，北京佑安医院确定中西医结合科、肝病中心二科、感染与免疫科三个病区作为首批芳香呵护试点病房。截至目前，共有60余名医护人员加入到芳香呵护志愿者服务队伍，并将芳香疗法应用到临床工作中。

今年“三八”妇女节期间，北京佑安医院工会组织举办了“激扬巾帼志，奋进新征程”系列活动，2场手工蛋糕DIY活动在职工食堂中开展，来自全院15个分会的70名女职工参与其中，亲手制作蛋糕并带回科室与同事们分享这份节日的甜蜜。



在妇科医生办公室，女性医护工作者体验芳香呵护治疗



志愿者使用精油轻柔抚触医护人员



每周三下午，在职工心灵驿站中开展的芳香呵护体验受到广大职工的欢迎