

SHANG HAI JIU SAN

九三学社上海市委员会主办

上海九三



2020 春

内部资料 免费交流

上海九三

上海九三

2020 年 第 1 期

主 编 / 周 锋
顾 问 / 曹 旭
毛时安
曹正文

执行副主编
杜海清 张 瑾

编 委
朱少伟 任向阳
金 波 管继平
吴榕美 任一鸣
罗 琳 邹 勤
杨光辉 周梅婴
詹 咏 李 本
杨苏红 郑 瑛
周佳海 刘 凝

封面题字 / 谢丽娟
装帧设计 / 邹 勤
责任编辑 / 黄 赟

主 办
九三学社上海市委员会

编辑出版
《上海九三》编辑部

地址:上海陕西北路 128 号
邮政编码:200041
电话:62673530
出版日期:2020年3月30日
印数:1500 份
范围:部分九三学社社员



专栏

■ P03 九三学社中央副主席赵雯建言
疫情防控

■ P04 致奋战在抗疫战线社员的慰问信

援鄂

■ P05 “医生这两个字是一生的信仰”

方 翔

■ P07 度过了生日,又到元宵,上海武汉
一样是家!

张 瑾

■ P09 “80 后”的他,随国家中医医疗队
驰援武汉

张 瑾

■ P11 心很“软”的心外科医生

黄 赟

■ P13 来年,我们定会回来看你,武汉

李 轩

■ P15 他在与女儿约定的“归期”里回来了

张 瑾

■ P17 帮助他们“理解伤痛,走出伤痛”

张 瑾

■ P19 出征第 6 天,他再次递交了入
社申请书

黄 赟

■ P21 等你回家,我们的新新“九三人”

李 轩





守护

- P23 阻击连着防控,从管医院到接手集中隔离点……
张 瑾
- P25 上海日与夜,这位“老法师”带领着一支“抗疫联盟”
郭文绮
- P27 流调报告如何诞生?看“疾控人”与病毒“赛跑”!
郭文绮
- P29 “我觉得比较骄傲的是,没有把捐赠做成一场秀”
李 轩
- P31 27天,防疫办的“硬核小姐姐”始终“在线”
- P32 这17天,我在浦东机场做“转运”
张 瑾
- P33 疫情伤农,春光已来,他自驾千里只为这件大事
郭文绮
- P35 那一天,第一片口罩从生产线上出来
张 瑾
- P36 我在长宁区留验点迎来日出,送走晚霞……
彭 灿



回眸

- P39 110年前,29岁的他曾经被征调赴湖北指导防疫
沈轶伦
- P42 听谢丽娟回忆32年前的上海甲肝大爆发
谢丽娟(口述) 张路亚 丁元元(整理)

科普

- P46 这段时间,没有“岁月静好”,也要有滋有味
- P48 换季时节,感冒、流感和新冠,怎么区分?



九三学社中央副主席赵雯建言疫情防控

近日,全国政协常委、九三学社中央副主席赵雯提出《完善应急管理,强化疫情防范》《加强公共卫生服务,全面提高防疫能力》等建言,就新型冠状病毒感染肺炎疫情防控相关工作向有关部门建言献策。

一是进一步完善应急管理制度,将应对、防控突发疫情列为应急管理的重要内容。为此,一要充分发挥应急基础信息管理平台作用,强化疫情动态监测预警。在卫健委和医疗系统的配合下,依法统一发布灾情,力求公开透明及时,提高公信力;科学指导防疫工作,提高防范措施的及时性和有效性。

二要在大范围疫情爆发时,既要分级应对、压实属地责任,更要“协助党中央、国务院指定的负责同志”,统筹、协调、使用应急救援力量,为救援物资和居民生活提供保障,及时发布信息,安定人心,鼓舞士气。三要注重“平战结合”,从国家层面加大防疫救灾应急救援必需物资、设施的储备,扩大其生产能力、配送能力的合理储备,以备突发所需。

二是希望疫情过后,《国家基本公共卫生服务项目》增加公共卫生科普教育、公共卫生习惯养成、科学饮食自觉健身等内容,并将职责落实到社区组织和社区医院,指

导并引导广大群众“文明其精神,健壮其体魄”。提高素养,树立正确的生死观、疾病观,自觉锻炼,增强自身抵抗疫情的功能,科学有效、积极主动地应对突发瘟疫。希望各级各类院校、机构和企业,参照《国家基本公共卫生服务项目》的要求,将公共卫生、健身强体放在重要位置,全面提高在职人员、在校学生的文明素养和免疫能力。

疫情也牵动着上海社员的心,大家在密切关注的同时,也及时建言献策。截至2月4日,社市委收到信息稿件190篇。■上海九三

(摘自九三学社之声)

致奋战在抗疫战线社员的慰问信

尊敬的奋战在抗疫战线的上海九三学社社员们：

你们辛苦了！

在抗击新型冠状病毒感染的肺炎疫情的关键时刻，我代表九三学社上海市委和全体社员向你们致以崇高的敬意和诚挚的慰问！向全力支持你们工作的家人和亲友致以衷心的感谢！

庚子年始，一场没有硝烟的抗击新型冠状病毒感染的肺炎疫情的攻坚战全面打响。疫情就是命令、防控就是责任、时间就是生命！你们义无反顾，挺身而出，逆向而行，迎难而上，坚守在抗击疫情的各条战线。你们中间有医护人员、科研人员和干部职工，有的主动请缨、驰援武汉，夜以继日地奋战在抗疫的第一线；有的坚守岗位，在各级医院、科研院所、疾控中心、社区防疫等一线奔忙辛劳，为守护人民健康、守护上海竭尽全力；有的针对全国和上海疫情防控工作，及时倡议、建言献策；有的发挥所长，针对防疫所需，传播科学知识；有的急国家所急，千方百计筹集捐赠一线所需物资；有的奉献爱心，积极捐款捐物……



面对疫情，你们没有犹豫，没有纠结，没有迟疑，用实际行动展现了“九三人”的使命担当，生动诠释了爱国民主科学的新时代内涵。你们是九三学社的骄傲和榜样！九三学社上海市委和全体社员永远是你们的坚强后盾！

当下，正值抗击疫情的关键时期，习近平总书记强调指出，同时间赛跑、与病魔较量，坚决遏制疫情蔓延势头，坚决打赢疫情防控阻击战。面对这场不能输的战斗，我们要以高度的政治责任感和使命感，贯彻落实中共中央和中共上海市委的决策部署，万众一心，同舟

共济。要积极响应九三学社中央的号召，秉持科学与理性精神，引导正确防疫，为打赢这场疫情防控阻击战做出我们更大的贡献！

疾风知劲草，危难显担当。希望你们不负重托、全力以赴，把各项工作和自身防护的措施做得细些、再细些，以更强担当、昂扬斗志投入这场战斗，为取得疫情阻击战的最后胜利努力、再努力！

衷心祝愿你们健康平安、工作顺利、阖家幸福！

九三学社上海市委主委 钱 锋

2020年2月5日

上海九三



“医生这两个字是一生的信仰”

● 方翔

鼠年除夕夜晚上6点，万家团圆之际，上海宝山区中西医结合医院感染管理科科长赵波正与全家在外吃年夜饭，突然接到医院电话，让他立刻到医院集合，奔赴武汉。“我在23日报名援鄂医疗队，但没想到出发这么急，原本订好了与家人年初二去新加坡的机票。但我并不后悔，因为医生这两个字是一生的信仰，没有什么比它更重要。”赵波说。

赵波简单整理行装，告别家人，在除夕夜9点多到达虹桥机

场，和全市近30家医院的同行共赴武汉。在机场，他还临危受命，担任宝山医疗队队长。面对还不熟悉的队员，他分配好每个人要携带的物资，建立通讯联系，叮嘱注意事项……午夜，大家在飞机上吃了一顿年夜饭简餐，度过了除夕。第二天一点多飞机抵达武汉，医疗队搬运携带的五吨医疗物资，直忙到次日凌晨四五点钟才入睡。

“我的本职工作是感染管理科，在武汉最重要的就是要保证进

入隔离病区的医生和护士们不被新冠病毒感染。”赵波说，“25日下午，我作为第一批医护人员，进入金银潭医院的3层重症病区，具体了解熟悉医院的基本情况。”新型冠状病毒肺炎的传染性很强，赵波格外留心消毒防护相关设施的位置，各个区域划分，医护人员出入严格的行走路线，并与金银潭医院的医护人员进行充分交流。“虽然这里的病人上了呼吸机，带着面罩，不能讲话，但是从他们的一个眼



除夕夜，赵波在机场临危受命，担任宝山医疗队队长，面对还不熟悉的队员，他分配好每个人携带的物资，叮嘱注意事项，顺利出征。



赵波在武汉金银潭医院

神,一个动作中,可以看到他们对于新来的医护人员很期待、有信心。”

“我们这批医疗队成员来自上海的许多医院,之前彼此不是很熟悉。通过两天的培训,大家加强了沟通,这对于三班交接、相互监督、做好防护很重要。因为穿脱防护服的步骤十分复杂,会耗费不少的体力,而且穿着防护服工作两个多小时将到达体力极限,而脱防护服至少需15分钟以上时间,每卸下一层,都需要严格的步骤和消毒程序。”赵波的工作就是要避免医护人员在穿戴和脱下隔离服的时候受到感染,虽然不是直接治疗患者,但责任却十分重大。

抵达武汉金银潭医院后的第一周是最为艰难的,“我们医疗队队员全部进入重症监护病区,危险和风险非常大。当时没有清洁工,都是医生护士完成清洁工作,病人病情严

重,每天都有人被病毒夺去生命。这是从医35年,我从来没有遇到过的。我记得,第一天出来的六位护士中,有两个当场就吐了,回到自己的房间里抱着被子大哭了一场。有的因紧张、劳累等,出现了恶心、头晕等情况。”即便回到上海,赵波谈到这里,仍然有些不忍,“我不知道他们第一班是如何坚持下来的,我忍不住掉眼泪,也不愿讲这一段。”

看到队员们的情况,作为队长的赵波立刻担负起长辈的角色,为队员们看病、督促他们服药、观测体温、开展心理疏导、帮助调整睡眠,并且规定队员每天必须报平安,每天必须在微信群里多讲话。很快,队员们渐渐恢复了……

但是,赵波自己却病了,因为水土不服,加上痔疮复发出血、疼痛难忍,他连走路都十分困难,只能喝水不敢吃饭。但他还是坚守在

岗位上,还制订多个细则,让队员们知道什么可以做,什么必须做,什么是红线坚决不能做,并按照病区实际情况,制定制度、流程、细则、措施,让医院医护人员的穿戴防护走上规范安全的正轨。他反复说,做好全队医务人员的防护工作是他最最重要的工作。

2月14日是一个浪漫的日子。工作之余,赵波做了一件特殊的事,给年轻的队友们拍了一组情人节纪念照。“其实,他们好些人的年龄和我儿子相仿。”被亲切地称为“暖男”队长、“大叔”的赵波不无心疼地说。

3月14日,“援鄂51天,工作证发下来……感觉是一名员工了。”赵波在朋友圈中发了印有自己头像的金银潭医院工作证,喜悦和骄傲之情洋溢在字里行间。他说,刚开始来的时候,无论是金银潭医院还是上海援鄂医疗队,都没有想到要做工作证这件事情,那个时候病人实在太多了。但是随着现在救治工作逐渐常态化,加上武汉新发确认病人数逐渐减少,大家为了方便出入医院,才做了工作证。“我会把这张工作证珍藏起来,因为它记录着我们的使命和担当,值得铭记终身。”

2020年3月27日,赵波和同事一起撕下重症病区内“上海市第一批援鄂医疗队”标志,那一刹那,在场所有队员都泪目了!

“回首68天援鄂,历历在目。这可能是一生的记忆!”赵波说。■上海九三

(作者为新民晚报记者)

度过了生日,又到元宵,上海武汉一样是家!

● 张 瑾

1月28日,九三学社松江区委社员、松江区中心医院呼吸内科副主任医师盛春风随松江区首批援鄂医疗队从上海出发,来到了武汉三院。

2月2日,她正式进入病房工作。很少有人知道,这天正是她的生日。

那一天,在社松江区委的微信群里,满屏的祝福都静静地等待着她。

“20200202,在这个特殊的日子,让我们一起祝盛医生生日快乐,平安健康!”

下午三点,盛医生在群里回复:“谢谢大家!刚下班!疫情非常严峻,一定要防护,不要也不能存侥幸心理,切记!”

一样的理性,一样的坚强,一样的刚中带柔,一样的可靠可信。

出发那天,社市委副主委周锋代表主委钱锋向她发去慰问,盼望她圆满完成任务后平安健康地归来。她回复:“谢谢组织的关心和嘱托,我定当竭尽所能,不负嘱托,完成使命,平安归来!”

短短数语,一样的掷地有声。

这就是盛春风医生。



盛春风医生(右二)和队友们集结出发

第二天,她又联系到社区委,要向九三王选关怀基金抗击新型冠状病毒肺炎专项基金捐款。

盛春风医生是个地地道道的湖北人,有着湖北人特有的豪气和谨慎。她的话特别少,我们联系她时,她的回复都短短的,很难打开她的话匣子。但是熟悉她的人说,她从来就是这样,实在低调。她毕业于武汉大学医学部,本科、硕士的8年时光都是在这个奔放又内敛、浪漫而实在的城市中度过的。“我熟悉武汉,这是一座有血有肉的城市,于情于理,我都应该去。”

“我们病区有一个患者,一家

人都感染了新冠肺炎……”话还没说完,盛春风医生哽咽了。作为松江援鄂医疗队唯一一名湖北籍医生,会讲湖北话的她比其他人多了一份乡土情结。

一开始到病区,常常会有患者惊讶地问她:“医生,您怎么会讲我们湖北话啊?”她操着一口地道的湖北话反问:“我是湖北人,不会讲湖北话怎么像话呢?”在武汉市第三医院上班的这些日子,团队医生分工合作提高效率,查房、开医嘱,几乎都是同步进行。

尽管她并不是每次都进病房查房,但只要轮到自己进去,她都



会多待一会儿。“面对疾病,难免会有心理压力,心理疏导对他们而言很重要。”盛春风直言,用乡音跟患者交流来得更亲切。

作为一名有着十余年丰富临床经验的医生,她的业务范围涵盖了传染病学、呼吸与危重症医学等专业。

当被问及心里是否会害怕担心时,乐观的盛春风笑着说:“心态不好怎么救人?”在采访中,她提到最多的是患者,其次是医疗团队的精诚合作、攻坚克难。

作为妻子和母亲,盛春风似乎一点也不担心自己的“大后方”。“他们父子俩在家能照顾好自己,这一点我有信心。”她说,儿子尤恒之今年读大二了,平时工作忙没办法好好照顾家里,很多时候儿子还反过来照顾她。去武汉这些日子,她打电话回家的次数也不多,反倒是儿子和丈夫经常打给她。

“妈妈在那边很忙,一般讲不

了几句话就挂了。”尤恒之说,虽然他和父亲心里很担心母亲,但从没在言语中表达出来。他也坦言,当初得知母亲要去武汉,父亲是有点不情愿的,但他们都知道母亲的脾气,对工作百分百上心的她绝对不会因为家人的担心而改变主意。

在武汉三院奋战了近两个月后,盛春风与同事们于3月22日回到上海,4月14日,她脱下援鄂战袍,穿上白大褂,回到她熟悉的工作岗位——松江区中心医院。刚踏进医院大门,一张张熟悉的脸庞便向她走来,久违的

同事们手捧鲜花,一句句“欢迎回家”令盛春风倍感温馨。“太久没有见到大家了,一下子特别激动!”

返岗的第一天,盛春风没有停下忙碌的脚步,刚到办公室便在护士的陪同下开始查房,细心询问着病人近期的身体状况,并作出相关提醒。

前不久,盛春风还收到了一条来自武汉的消息:“是一个已经恢复健康的姑娘给我发的消息,她刚诞下了一个小宝宝,说跟我们上海的医生一起庆祝。”盛春风知道,虽然一起战斗的那段时间已经过去,但是沪鄂两地人民的感情却更浓了。【上海九三】

(作者为九三学社市委宣传部分副部长,部分内容参考“上海松江”、《松江报》)



“80后”的他，随国家中医医疗队驰援武汉

● 张 瑾

2月15日，我社社员、上海中医药大学附属岳阳医院老年病科主治医师姜恺从上海出发，驰援武汉。作为第四批国家中医医疗队成员，他与上海另3家中医医疗机构的同仁们，为雷神山医院新开设的两个重症病区提供医疗救治。

1981年出生的姜恺是九三学社上海市委出征武汉的第三位社员，也是最年轻的一位。

九三学社上海市委主委钱锋第一时间联系姜恺，在电话里，钱锋叮嘱：“一定要多多保重身体，严格做好防护，我们期待您平安凯旋。”

“80后”的他是个“暖男”

2005年硕士毕业后，姜恺就一直在岳阳医院老年病科工作。“高高大大的他是科室里的‘暖男’，”同科室的社员吴晨医生说，“无论是谁，找他帮忙，他都十分乐意，有困难的事情，他也跨前一步。”

“在我们心里，他是憨厚老实脾气好，亲和力满满，有求必应，业务能力强，脏活累活抢着干，永远笑眯眯的阳光奶爸。”同事兼社员的史晓医生这么形容。

作为科室里的质控员，要多出不少工作量，但是姜恺从来不计较。这次去援助武汉，因为通知突然，质控的工作来不及交接，他还带上了工作电脑，到那里再抽空处理，方便交给后面的同志。“他做事很细致，想得很周到。”史晓说。

“其实，小年夜接到援助武汉的通知时，我们科室就全员报名了；随着疫情加重，上周又组织了一次报名，最终划定3名男同志。今天上午九点，我接到通知，集结加入医疗队。”即将进入安检口，姜恺在电话中语速极快，但相当平静。“其实，整个春节，我都在等待，今



姜恺(中)和同事等合影

天收到通知，心里的一块石头算落了地，能够有机会参加援助武汉的医疗队，我一定竭尽全力。”听到这里，我能感受到他心中的激动。

姜恺十分顾家，但是这次报名出征武汉，却不得不告别妻子和女儿。“妻子很支持我，今天也是她开车把我送到医院的。女儿还小，我和她说，爸爸要出差，她还没回过神来呢。”其实，姜恺心里记着，6岁的女儿下周就要过生日了，“到时候我再想办法，补偿她吧。”

姜恺的母亲是上海中医药大学的退休老师，这次出征，老人家不免担心。他特意做妈妈工作，宽慰她，“只有您把心态放平放轻松，我才能放心去武汉。”

最暖心的出征

2月15日对于上海中医药大学附属岳阳医院老年病科的医生们而言，是个不寻常的周六。

上午九点多，姜恺得到医院通知，当天下午要作为国家中医医疗队成员，集结赴武汉，他在科室群里说：

“刚刚接到电话,我要出征了,同志们!”

短短一句话,群里立时沸腾。科室同事们立刻忙碌起来。他们知道,这意味着,姜恺今天就要集结去武汉了。同事们有的刚值班结束,有的从家里赶来,大家陆陆续续都聚集到科室里……暖宝宝、鱼罐头、午餐肉罐头、巧克力、酒精、尿不湿,堆了好多。

九三学社上海中医大委员会的老主委郎铁成知道了,也从家开车赶来,“姜恺是个好孩子,家里孩子还小,还毅然报名出征,他代表岳阳,代表‘九三’,我一定要去送送!”

“其实,郎主任那天身体不太舒服,因为服用抗凝血的药,眼底出血了,但是,他坚持要来!那个上午,特别暖心,我们整个科室基本都来帮忙了,我们的陈咸川主任,邓中龙医生……太多人了,大家齐上阵,第一次打包后不太符合要求,拆了,重新分配、压实,再打包,把箱子塞得满满的,有一个箱子简直重得拎不动。又担心丢东西,用黑色的纸在外面包了一圈,再贴上名字。”同为九三学社社员老年病科主任史晓回忆。

“下午的时候,我们都去送他,有九三学社的,有我们党员,这一刻我们都是姜恺最大的后援团。”谢吟灵医生说。

和姜恺曾经一同实习的同龄人、社员张艳芝回忆起送别那一幕,特别温馨,“我看到姜恺科室的医生们都来送他,买了很多东西,恨不得都塞进姜恺的箱子里,箱子上也恨不得全贴上医院的名字和姜恺的名字,依依不舍的那一幕,太感动了!”

出发那一刻到了,大家帮着推箱子,送他上车。郎铁成还开车和史晓一起送到了机场。因为人员多行李多,他们忙上忙下,帮忙看管托运行李,忙到很累很累才回家。

第二天,得知武汉刚下了雪,降温很厉害,又不能开中央空调,同事们又联系姜恺。史晓教他用暖宝宝贴在足底取暖,同时邓中龙联系到在武汉的老同学,送去了电热毯和热水袋,姜恺还把这些物品分给了随行的护士。

“我们好像是送自己的孩子出发一样。”史晓说。

为什么要去武汉?

为什么不来呢?姜恺感慨。我的同事、我的同学都

来了,我每天都能在电视媒体上,在网络上看见他们和其他医务人员奋战在抗疫的第一线。这是一场艰苦且充满危险的战斗,如果只是在朋友圈给他们点赞打气,这对我来说是一种煎熬,我希望和他们并肩战斗。

“我是一名医生,治病救人是天职,无论外部环境如何,社会舆论如何,穿上白大衣的那一天,救死扶伤四个字在我的脑海中就变得无比神圣。突如其来的疫情,正威胁到每一个人,如果不能得到控制,下一个受害的就可能是我们身边的朋友、亲人。为了守护他们,我必须挺身而出,没有一丝犹豫。”抱着这样的信念,姜恺来到了雷神山医院,用心守护着每一位患者。他自己也是非常地拼,当病区开设大小夜班时,他第一时间主动报名,此时队领导白天就不安排他去参加收治病人的工作,但是在大队出发的时候,他悄悄地跟在后面想“蒙混过关”,结果被队领导发现,把他“赶”回去休息了。

在雷神山,姜恺所在的这支中医队伍里,很多医生都有超过十年的从医经验,每天除了吃饭、睡觉,大家满脑子想的都是治疗方案,只要一有空,就会凑在一起讨论病情,集思广益,各展所长,中药、针灸、功法……只要是对患者有帮助的,他们都想尽力一试。在大家的共同努力下,病区好多病人病愈出院或病情好转。69岁的王阿姨出院前一个劲地说谢谢,还写了一封感谢信。她说:“上海人做事本来就精细,你们把这份精细都用在了照顾我们患者身上,知道要来你们负责的医疗队治疗,我一下子就放心了!”姜恺回忆说,那一瞬间,连日来的辛劳都被暂时忘却,所有人都沉浸在喜悦之中,为病人的康复高兴,更为了我们的中西医结合治疗方案行之有效而振奋。

姜恺师从上海中医药大学老校长、名中医严世芸先生多年,业务能力出色。在平时的治疗中,他博采中西医之长,对待患者细心耐心,深得认可,不少病人跟随他治疗了五六年,已经成为了他的“粉丝”。回到上海工作岗位的第一天,他发了朋友圈,“粉丝们”终于盼到了他的回归……上海九三

(作者为九三学社市委宣传部副部长)

心很“软”的心外科医生

● 黄 赟

2月19日上午,上海赴武汉医疗队在虹桥机场集结,6家医院513位医护人员,分乘两架包机前往武汉,目的地雷神山医院!

九三学社上海申康委员会社员、上海交通大学附属上海市第一人民医院心脏及大血管外科副主任医师毛建强随队出发。

“我们一直没有动员报名,但是医院都跟大家打了招呼,随时待命。17日上午六点开始微信报名,到我这里就是六点一刻,虽然很紧急,但是我心理早就有准备了。”毛建强很淡定地回答。

说到出征前的准备,一如他平时沉稳的风格,早晨为六岁的女儿和三岁的儿子买好早点,为父母配好药,再理了些衣物后赶往集结点。毛建强师从我国冠脉外科的奠基人之一萧明第教授,“老师是一个非常沉稳的人,在他的潜移默化之下,自己原本急躁的性格在慢慢改变。他处理紧急事件的时候,也永远不慌不忙,游刃有余。我在拼命追赶他,但只能望其项背。”

“医生应该做好自己的本职工作,全力把事情做好。在疫情这么严重的情况下,许多医护人员感染,我们有责任接力他们的工作,救治更多患者。”毛建强坚定的语气下其实有颗柔软的心,“我的心一直是过于柔软,这么多年我一直尝试让心硬一点。有人跟我说不要过于投入,不用多与患者说话,但是我做不到,一有时间就会忍不住和患者聊聊,哪怕安慰几句。”如今,看到这么多患者都身处病痛中,他又怎会置身事外。

“家里人知道我要去武汉,说不担心是假的,但是人总要做点自己觉得正确的事情,我们当医生的,在治疗中帮助患者,看到他们摆脱病痛过上正常的生活,我就



很开心。中国人有句俗语:不为良相宁为良医,其实,良医都有一颗良相的心,济世为人。”毛建强表示,走上从医的道路,最初就是想做一些实实在在能帮助人的事。

高中时代的一部电视剧《希波克拉底誓言》影响了毛建强的一生。“我认为这是迄今为止中国最好的医疗剧。它让我发现,原来在距离普通生活这么近的地方,有如此神圣的光辉。它像是一盏灯,在人生的分岔路口指引我义无反顾地跑了过去。”

1992年,他考入上海医科大学7年制班,入学时,朗读希波克拉底誓言和中国医学生誓言,他心底浮现的是“终于”两个字,终于能有资格来做这样一件神圣的事情了。“现在武汉那里重症病人很多,所以现在正需要各个科室的通力配合,治病救人就是我们医生的初心。”

面对接下来的困难,毛建强做好了充分的准备。从医20多年里,他擅长冠心病外科治疗、大血管疾病、动脉瘤、心脏肿瘤以及各类心脏微创手术。面对生命的逝去,他也曾感到过无望和沮丧;面对当年仅仅三岁,开刀却一声不吭的孩子,在20年后为结婚来复查的时

候,他又发自心底感到幸福和快乐……“心外科是一个很复杂的专业,我是个固执的人,患者有什么问题我一定要尽全力去解决,我是在无助、无望中千锤百炼,也在幸福、快乐中感受生命的宽度。”

要出发了,毛建强跟孩子们告别,儿子天真地说:“爸爸要去武汉抓坏病毒了。”女儿问了他什么时候回

来,默默地在日历上做了倒计时。“想到家里的重担都压在我妻子身上,有些不忍,她的压力挺大的,我父母年纪大了,她父母又身体不好,但是就是这样她还是义无反顾地支持我,因为她是最了解我的人。”他平静地说。 ■上海九三

(作者为社市委宣传部调研员)

采访手记

毛医生所在的上海第8批援鄂医疗队集结的时间非常紧,加上出发前还要培训和准备物资,出征前的采访只能通过微信。只字片语间能感受到他的沉稳和低调,他说得最多的是:“不敢称英雄,我只是做好自己的本职工作,那边的医护人员有感染,我们有责任把他们替换下来。”

到了武汉,与他微信联系时,他提到最多的不是自己的辛苦,而是“武汉人民已经很拼了”“武汉人民太伟大”。看他的朋友圈,总是会被他的乐观和幽默所感染,有时与同事分享时,会心一笑的一刻甚至忘记了他依然在抗疫前线。

在武汉奋战了48天,离开武汉时他说:“如果有英雄,那只能是在前面浴血拼搏的武汉人民和早期没有防护毅然冲上去的湖北医护人员,他们才是真正的英雄。”

我选取了他一篇日记,与大家一起来感受那段不平凡的日子。

3月6日,武汉雷神山医院感染二科重症病房

来武汉已经十几天了,一直没有好好记录。一是实在很忙,二是人也有点累。抵汉虽然有心理准备,抵达后还是有点震惊,路上开窗极少。

我们算是后到的,补给线已经理顺,仍有预想不到的缺乏。好在武汉人民真的很拼,看得出是在困难中拼命补给我们。某天,与酒店接待的小姑娘聊起餐标,她说:“你们来帮忙总要尽好的给你们吃,你们每天有羊肉、牛肉,隔三差五还有鱼和虾。要知道现在

很多武汉人肉都吃不到!”言毕有些哽咽。我和队友尽默然,武汉人民太伟大。

我是心脏外科医生,但在雷神山首先是感染科医生。感控是第一位的。虽然自己事先学了不少,也看了上海公卫版的防护,到这里还是要从头学起。保护好自己是对自己负责,也是对家人队友负责,更是对病患的负责。医院派我来是治病的,不是生病的。

因为监护室人手不够,把我充实到监护室了。不过我也觉得心外科应该在监护室哈!昨夜是第一次在监护室值班,也是第一次在雷神山过夜。只是生平第一次要戴口罩睡觉挺不习惯的。监护室还是非常忙的,护士除了做治疗还要做基本生活护理,平时都是温柔的小姑娘,到这里都是“女汉子”了,我见犹怜。

昨天又收到在沪好友捐赠的面屏、护目镜,我说谢谢哈!各位都跟我很客气,说“为英雄做点事是应该的。”我不是英雄,只是匹夫而已。

如果在这个事情里有英雄的话,只能是付出巨大牺牲仍倔脾气认死理的武汉人民,以及面对不知名的病毒毅然迎难而上的武汉乃至湖北的医护人员们!他们的事迹应与万古同辉!

《Band of Brothers》怎么说来着?“Were you a hero in the war? No, but I served in the company of heroes.”

好多朋友问啥时能返沪喝酒?先谢过,既然进了仙山就是神,散人是做不得了,得一切行动听指挥。不瞎扯了,金银潭300张床,火神山1000张床,雷神山1500张,啥时武汉存量病人低于1500,啥时我们凭酒长精神!

来年,我们定会回来看你,武汉

● 李 轩

在新年的钟声刚刚敲响的 2020 年 1 月 25 日,付明生——九三学社闵行区社员、复旦大学附属上海市第五人民医院消化科副主任医师还不会想到,自己即将远赴武汉,投身到这场抗疫斗争的第一线,成为全国人民最为关注的一批人,成为即将为 14 亿国人牵挂的“雷神战士”,也将成为一位凯旋归来的英雄。

回首一幕幕,武汉的格桑花还依稀摇曳在梦中。百转千回之后,是春雷惊大地,夏雨躁三伏,这场席卷全球的特殊的“战役”,我们终究站上了属于胜利者的高地。

大年初二,付明生还在五院值夜班,整个夜班期间,诊治了不少发热病人。他仔细认真询问病人的病史。有一位年轻女性患者,新年之前去过武汉,26 日测体温升高至 37.4 度,被 120 送到发热门诊。做了胸片后,发现右下肺有炎症。通知了医院医务科、感染科,认为该病人需要医学观察。看护好每一位病人,不遗漏任何一位可疑患者,是他在发热门诊最重要的工作。

2 月 17 日,凌晨一点,付明生 24 小时开机待命的电话,铃声突然响起。

就像是战场上吹响的集结号角,没有过多言语,最朴实的对话激荡着每一位“战士”的心:“接到紧急通知,医院要派医疗队支援武汉,我们科室分配了任务,院部希望你去,你愿意去吗?”“去!”

第二天,上海 6 家医院的 513 位医护人员组成的援鄂医疗队,以最快的速度集结在虹桥机场,他们将分乘两架包机前往武汉雷神山医院。

家人、同事全都赶来了,大家忙着为他们检查行



李、叮嘱安全。这次集结是突然的,充满了各种不确定因素,何时走,怎么走,前线将面对的是什么,全都是未知。在高涨的热情和些许的迷茫中,大家聚在一起,等待,等待。

2003 年非典时,付明生就曾作为医疗队一员,援助甘肃兰州。这一次出征,他知道,危险性很大,病毒的传染性更强。可是,这是医生的职责所在。“疫情当前,我们就是战士,必须冲锋在前,到最需要的地方去。”

“战疫”异常严峻,“保护好自己”,不再仅仅是一句贴心的叮嘱,更是医护人员必须做到的事。一批医用口罩、防护服、帽子等防护用品将跟随医疗队一同前往。这些物资将成为医生们的“铠甲”,保护他们的安全。“防护是第一位的。我们是去治病救人,保护好自己,才



在雷神山医院的社员合影（从左往右姜恺、付明生、毛建强、张磊）

能更好地照顾病人。”

“健康所系，性命相托。我志愿献身医学，热爱祖国，忠于人民，恪守医德，我决心竭尽全力除人类之病痛，助健康之完美，维护医术的圣洁和荣誉，救死扶伤，不辞艰辛，执着追求，为祖国医药卫生事业的发展和人类身心健康奋斗终生……”在母校重庆医科大学入学

时宣誓的情景，此刻竟历历在目。

到达武汉以后，安排驻地、接受电子信息操作培训、分病房、搬运物资，大家用最短的时间，做好万全的准备接收病人。

付明生所在的病区，是第8批医疗队中收治病人最多的，共收治69人，重症病人也是最多。从医生的日记中，我们得以窥见一线战“疫”任务的繁重与危险：“走出病区，我感觉真的快不行了。我来到缓冲区，洗手，准备出舱。脱防护服是最关键的，可是我的防护服被粘得太死了，怎么都拉不开，在一脱区的感控专业人员帮助下也没办法拉开，只能撕破了。我感觉到了鬼门关了，这样被感染的风险特别大。我只能小心翼翼地在别人帮助下把防护服脱下来，然后赶紧消毒，离开一脱区，来到二脱区，赶紧脱隔离服，再消毒……这是我第一天穿防护服的工作生活。”

在全体医生和工作人员的精心治疗下，病人们都陆续出院了。看到病人越来越少，医生们也都非常开心，胜利指日可待。最终，病区内病人全部出院，做到了零死亡、医务人员零感染。

“3月的武汉，天气已经开始变暖。初春是一年中最重要和最美丽的季节，我们在武汉黄家湖畔凝心聚力，夜以继日地歼灭那些看不见的敌人。算上出发的日子，到武汉整整一个月了。从岁寒冬末到万物复苏，全国各地的白衣战士，和那些默默支持着我们的后援团，这些最可爱的人在黄家湖畔奏响了美丽的战斗交响曲。他们犹如雷神山医院门口的格桑花，在朝阳下美丽、耀眼。”

3月20日，付明生在日记本上，写下了这些文字。春天真的来了。

武大的樱花正在灼灼盛开，黄鹤楼的风景徐徐铺展，长江大桥的滚滚流水奔腾不歇，热干面的味道勾起了最香醇的记忆。胜利了，回家的日子近了，沉睡的武汉就要醒了，一座英雄的城市即将恢复她的荣光。

等到来年春暖花开，我们定会再回来看你，武汉。 **上海九三**

（作者为九三学社市委宣传部干部）

他在与女儿约定的“归期”里回来了

● 张 瑾

“我理当报名,科里的高年资主治医师,只有我是男的,总不能让女医生们去吧?”谈到报名的原因,九三学社申康委员会社员、上海交通大学附属第六人民医院内分泌科主治医师张磊说得很朴实。其实,作为二宝爸爸,他的小女儿才两岁。2月19日,他将随上海第8批援鄂医疗队前往武汉雷神山医院。

“从明天开始爸爸将与病魔战斗”

“妻子很支持我,家里岳父、岳母也觉得,这是国家的大事,应该去。”谈到这里,张磊微微停顿了一下,“当然小朋友不太开心。”张磊的大女儿今年就读初一,当得知“爸爸要出征了”,她写下了一篇日记,任何采访都比不上这最真实的流露:

今天我爸回家说他要去了武汉了,明天出发。说真的,听完以后我第一反应是他在开玩笑吧?然而我知道这一切都是现实。明明昨天我们还在电视上看着哪里的第几批援鄂医疗队出征,晚上还给我默写单词,询问我今天的生活。我却从未想过明天的新闻中会有我爸爸的身影,晚上再没有人陪我到很晚,对我说“晚安”了。从明天开始到五月份,我爸爸都会在武汉的医院中与病魔战斗。明明有很多话想跟他说,我却只能含着泪对他说一声加油!

武汉加油! 中国加油! 愿一切安好!

放心吧,我在家会照顾好自己和妹妹的!

“这一次出征,时间特别紧张,周一报名,周二培训,周三出征。”为了让女儿更能接受,细心的张磊特意和她约定了“归期”。

谈到新冠病毒肺炎的医治,张磊说,作为专科医生,希望能发挥医治糖尿病的经验,助力对合并糖尿病



患者的治疗,因为这类患者的病情更复杂更严重些。

“女儿说,要准备好一个月见不到我。”言语之间,能感到张磊的一丝不舍。

写在“太空服”上的“平安信”

抵达雷神山医院后,张磊投入了紧张的工作中。工作之余,他依然挂念着家:“我把思念写在防护服上,也把平安告诉你们。”写给妻子和女儿的特别“平安信”,他特意分了两页,口述内容,拜托同事帮他写上、留照。

正如出发时,和女儿特意约定“归期”一样,这个心思细腻的爸爸的平安信也让人心里又暖又感动。“女儿说,很多同学都替她骄傲!”字里行间,张磊透着小小的自豪。

在与他的微信交流中,常能感受到他的阳光乐观:“病房刚刚开始运转,摸索流程,团队磨合”“有一天中班,一下子收了7个病人”“收到的支援和关心很多,我们士气很高”“防护措施最重要,已经逐渐习惯了”“今天,我们病区第一位病人出院,挺开心的”“我和我们社



员付明生医生在一个病区,挺巧的,下次合个影”……

没有整块的时间记录,他和同事沈赞合作,用图和小段文字记下了初到雷神山的日子。冷静的文字,又透出他作为医者理性的一面。

雷神山医院于2020年1月27日开工建设,2月6日交付使用,开放床位1600张,采取边建设、边装修、边收治的模式,最大程度满足“应收尽收、应治尽治”的要求。

到达雷神山医院后,我们马上投入工作,自己动手、紧锣密鼓地开展了病房布置、医务流程、院感防控等工作。短短一天就将病区开办所需所有物资布置到位,医生护士办公室、休息室、隔离区域等,全部达到可收治患者的标准。

2月23日,第一批25名病人从武汉各地转运到雷神山医院。由于收治的都是确诊患者,进入病房要使用二级防护——戴N95口罩、穿防护衣、戴面屏全副武装,每个进去的医生都像个“太空人”。进病房要通过两道门,跟进太空舱一样。所以我们管查房叫“进舱”。

“进舱”后就开始病人收治和查房工作。在新冠肺炎患者中,糖尿病的比例相当大。在第一批收治的25名患者中,有20%合并糖尿病。很多患者使用糖皮质激素,使血糖波动加大,控制难度增加。

由于肺炎缘故,患者容易出现血糖波动;而良好的血糖管理对于降低死亡率、改善预后至关重要。作为身

在前线的内分泌医生,我们正好有了用武之地。

我们相信,在上海和全国人民的支援之下,我们一定能够战胜疫情,相聚于疫散花开之时。

“爸爸能去一线抗疫,我觉得很自豪”

4月10日,张磊随最后一批援鄂医疗队返回上海。4月24日,解除隔离后,他在上海交通大学附属上海第六人民医院的欢迎仪式上见到了两个女儿。他抱着小女儿始终不愿松手,眼睛泛着泪光。

“抱在手里的感觉和视频中看到的太不一样了。”张磊一脸如释重负的神情,“马上就要从战斗的人回归普通人生活……终于过上了普通的家庭生活。”

他说,休息一段时间他就要回医院上班了,从一个雷神山感染科医生加呼吸科医生,变回一个内分泌医生,回到自己的本职工作岗位上。

“以前很少经历过这种在感染病防护隔离病房的工作,不仅孤独而且辛苦。但也了解了重症病人如何救治和隔离病房如何管理。这五十多天在雷神山医院的工作收获很多。”张磊说。

他看了看两个女儿,内心希望她们能健康成长,到了关键时刻,到了祖国需要她们的时候,她们能挺身而出。

13岁的大女儿张文睿在一旁默默陪着爸爸,时不时地望向爸爸,“爸爸能去一线抗疫,我觉得很自豪。”

上海九三

(作者为九三学社市委宣传部副部长,部分内容摘编自上海市糖尿病临床医学中心、澎湃新闻)



帮助他们“理解伤痛,走出伤痛”

● 张 瑾

2月21日,上海市派出来自市、区精神卫生中心和综合性医疗机构的50位心理学专业医师,作为第9批上海医疗队驰援武汉。

这其中就有九三学社社员、上海市精神卫生中心生化研究室主任、副主任医师,上海交通大学医学院研究员张晨。

他也是第7位奔赴武汉的上海“九三人”。

这是一次紧急的出征

从20日下午报名,到21日出征,张晨并没有太多时间去整理行装,和家人告别。“但是,家里人非常支持我,国家正在打一场抗疫的硬仗,只要能使得上劲,能为抗击疫情做贡献,他们都非常支持;但同时,从内心说,他们也很不舍,很忐忑。”在机场,和妻子、儿子告别时,张晨的眼神落在家人身上,格外温柔。

其实,前一天的报名通知一发出,工作群里就有50多位医生报名。“作为医生,出征是我的天职,‘健康所系,性命相托’,是我进入医学院之时的誓言,也是初心、使命和职责;作为‘九三人’,国家召唤的时候,我更应当冲在前面,这



是应有的担当。”张晨说得很朴实,发自内心。

疫情仍在持续中,时时发生着的许多事,给身处其中的个体造成了或大或小的的心灵创伤,不仅是患者,还有医生、护士。

“从国家层面,在疫情发生过程中就开展及时有效的心理支援,是真正意义的‘以人为本’。这说明我们更关注一个个人的本身,不仅是生物意义上的,更是带有情感的人。”张晨很感叹,“只有国家强盛了,经济发展到相当水平,才有这样的考量,才会把人‘活得怎么样’更重于‘活着’本身。”

“我现在也有些忐忑,很想知

道他们需要什么,如何运用我的职业能力去帮助他们。”刚刚抵达武汉的张晨说,“作为精神科医生,我希望能够帮助人们化解,让他们有更强大的内心面对未来。”

出征前,特意理了发的张晨,拍了一张笑得很灿烂的照片,并和同事约好,回来再“耶”一下。

愿成为“树洞”守护你勇敢的心

到达武汉以后,张晨感觉武汉的天气非常寒冷,是一种阴冷的感觉。虽然到达武汉金银潭医院时,整体情况比以前好了很多,医护工作者的压力有所缓解,但是恰恰是压力弱了以后,负面情绪就会暴露出来。



金银潭医院有 2000 多名医护人员和 800 多名重症患者,空气中的压抑让人窒息。张晨说:“有一位护士跟我说,有个患者要喝水,她就是去拿水的这么一会儿工夫,患者就去世了。患者的意识是清晰的,眼神里充满着‘医生,救救我’的神情,患者的这种神情,对医生来说是种痛苦,是种无奈。”

张晨和四位同事在医院提供的临时办公室墙上贴上“你我心连心”“同饮一江水”“共话战疫情”,在这个“心灵港湾”里守护那颗颗勇敢的心。一位第一批来武汉援助的护士长走进了这间办公室。起先她只是来开点解决失眠问题的药物,但张晨敏锐地感觉到,睡眠问题只是表象,冰山一角。通过引导,护士长说出了她的痛苦。

2月初,医院收治了一名 16 岁的男孩,他的父母也住在金银潭医院,每天护士长都会告诉他家人的情况。后来男孩的父母相继去世,护士长一直用善意的谎言安慰着男孩。2月 29 日,男孩也离开了人

世,这对她来说不仅仅是一位医护工作者无力挽救患者的痛苦,还有作为一位母亲代入感的伤痛。经过一番专业的心理疏导后,护士长开始给自己的

儿子写信,用文字记录下发生的一切。“文字的力量是非常强大的,她要用文字来告诉孩子自己是怎么想的,这是一个非常好的解决方案。这不光是给孩子看,也是给自己看。她把很多内心的压力化为文字给自己看,从而达到解决问题的目的。”

金银潭医院的医护人员承担了高强度的治疗和护理工作,再加上与患者相处,面对的压力更加复杂。张晨所在的心理援助 5 人小分队,每天要接待十多人次的心理咨询,线上和线下各占一半,每周还要组织活动,让大家彼此倾诉。随着疫情得到控制,支援力量陆续到位,张晨观察到医护人员的心理状态有了明显好转。

与此同时,新的问题又出现了。一些重症患者正在康复,他们的心理问题陆续显现。一位即将出院的八旬老人因为担心家人歧视情绪低落,甚至有轻生的念头,而且这种负性认知不光他有,很多患者都有。张晨多次和家属沟通,最终老人如期出院,恢复良好。

痛苦感如果一直压在心里就会变成创伤,张晨能做的就是通过聊天、交流,让对方在安全的环境下暴露痛苦,用安全感替代回忆中的负能量,能解决的现实问题就尽量帮他们解决,无法解决的就帮他们接纳。比如说有的患者担心,我去隔离点以后生活物资跟不上,我还不如住院;有的人在这里就像家一样,家人反而对自己不好,还是医生护士亲切些;更多的患者还是对于未来的生活产生焦虑,有很多的负性认知……这些是需要干预的,不是用药物能解决的,需要重塑他们对未来的信心。不光靠医生,也要靠患者自己,还要靠全社会。

在疫情得到有效控制,情况逐渐好转时,援鄂医疗队陆续撤离,张晨和他的同事们还在为未来做些准备,主要是培训志愿者和社区工作者,当患者回家后,由社工给予长期跟踪和支持。

当一切回归正常后,那些迟发性的症状就会慢慢显现。张晨更担心的是这些长期影响,特别是孩子们。很多感染是家庭集聚性的,有的孩子父母在疫情中去世,现在可能还没意识到生死之别,但未来这种阴影可能会影响一生。

疫情过后,救“心”的战斗才刚刚开始,张晨的团队向所有人开放心理咨询通道,“我们为武汉人民开设了心理咨询热线,有任何问题都可以寻求帮助。”^{【上海九三】}

(作者为九三学社市委宣传部分副部长,部分资料参考中央电视台《新闻周刊》节目)

出征第6天,他再次递交了入社申请书

● 黄 赟

2月21日,上海市派出来自市、区精神卫生中心和综合性医疗机构的50位心理学专业医师,作为第9批上海医疗队驰援武汉,为医护人员和患者提供专业的心理干预治疗和心理疏导。

这其中就有九三学社浦东区委入社积极分子、浦东新区精神卫生中心临床心理科副主任医师刘亮。

在浦东新区精神卫生中心举行的出征仪式上,他作为代表坚定地说:“作为一名医务工作者,若有战、召必应、战必胜。在祖国需要的时候,我们责无旁贷。我们将服从医疗队的部署和安排,用自己的专业技能为疫情防控尽心尽力。”

2月26日,在武汉的刘亮再次向社组织递交了入社申请书,“我志愿加入九三学社这个优秀的集体!”

为了“家”出征

2月20日晚六点,在浦东新区精神卫生中心的微信工作群里,刘亮看到紧急援助湖北抗疫最前沿的通知,他毫不犹豫地报名。“我一直从事心理治疗方面的工作,这次出征的任务正是我的专业所长,同时武汉也急需更多心理医师支援,所以当时没怎么考虑就报了名。”

晚上八点报名截止后几分钟刘亮就接到了中心领导的电话,问是否可以去,他说:“我去。”放下电话,刘亮跟家人说了这件事。“我印象非常深,我跟爱人和父母说了以后,就五分钟,很短的时间,大家就作了决定表示支持我,在国家最需要我的时候,又可以发挥专业特长,肯定是义无反顾的。”其实家里人最担心的是刘亮的身体,因为之前他支气管炎发作,目前还在用药控制着。

“爸爸要去打病毒了。”“你是要去武汉吗?爸爸,你



要当心哦!”听到6岁的儿子这么说,刘亮心里暖暖的。但是那一夜,他失眠了,也出现了常人再正常不过的反应:焦虑。“我在有生之年第一次体会到战士出征前那种复杂的心情,既有对未卜将来的担忧,又有肩负使命的那份荣耀感和悸动。为了我们的大家庭,只能暂时放下自己的小家了。”

为了“家”战斗

在疫情开始时,刘亮和同事们就开始忙碌了,并于2月4日开通了心理援助热线,在抗疫的同时也防“抑”,为市民的情绪构筑一道健康防线。“那段时间,通过对市民的线上疏导,也积累了一些心理援助的经验,为这次出征做了充分的专业准备。”

到了武汉,刘亮首先接受防护的专业培训,这是一切后续工作的前提,其中最重要的就是如何规范地穿脱防护衣。从帽子到口罩,再到长短脚套,再到手套、隔离衣和护目镜,前后加起来十多个步骤,每一个步骤都



不能马虎,也不能心急。

“让我印象深刻的是,防护服看似轻便凉爽,实际上几乎是密不透风。特别是当你戴上同样密不透风的护目镜以后,整个人就像被包在保鲜膜里面一般。”刘亮回忆说。

刘亮所在的小组的工作地点是黄浦区中医医院。这家医院主要收治的是中、重症患者,他的工作对象是医护人员和患者。他介绍说:“通过走访,我们明确了问题和需求,把工作设定在3个层面。一是为患者和医护提供心理科普宣教,包括自我心理照料和放松的技巧等。二是为有需求的患者和医护提供一对一心理疏导。我们在每个病区的医护办公室和病房张贴了预约咨询的二维码,让大家可以在需要时随时找到我们。三是在病房有任何患者有精神科急症时,穿上防护服去到床边,为他们提供面对面的精神心理评估和治疗。”

“在对医护人员进行走访过程中,感受到他们的情绪比较稳定。目前无论是物资还是人力都比较充足。他们的压力没有前一阶段大,通过倾听等方式尽量让他们放松,减缓他们焦虑和疲惫的情绪。”刘亮说,与医护人员沟通的方式相对比较灵活,可以在非隔离区进行,更换环境也可以让他们放松下来,心理上可以休息一下。

“心理咨询的前提是患者愿意向你敞开心扉,所以我们前期的工作就是告知大家,我们来了,就在这里守

护着大家。”为了给医护同事提供及时和全方位的心理支持,刘亮和同事们精心布置了医院提供的一间古色古香的中医诊室,作为专业的心理疏导房间,墙上贴着“援鄂手牵手,抗疫心连心”,简单而温馨。

在这里,平均每半天(3小时左右)就有6-7位医护人员走进这间诊室,讲述他们的辛酸和不易。面对责任感强烈到略有些自责的医护人员,刘亮内心充满着感慨和感动。通过倾听和分析,让这些医护人员正视自己的困难,帮助他们从自己熟悉的信念和语言系统中找到答案,寻求到最有效最持久的心理支撑。

“新冠患者的情绪比较复杂,因为每一个患者所处的阶段不同,面对的情况也不同,他们的需求就不一样:新入院的患者焦虑病情,即将康复的患者焦虑未来生活。通过心理干预,让他们能走出创伤的阴影,相信阳光总在风雨后,坦然面对未来。”刘亮感到,虽然大家总体的精神状态在往好的方向发展,但是依然有很多工作要做。

当需要为新冠患者进行会诊时,刘亮就得穿上一整套防护设备。“当我戴上护目镜后,由于长时间不通风,水蒸气会在护目镜内侧凝结。对我这种高度近视的眼镜仔,到后面更是有一种‘雾里看花,水中望月’的感觉。”在重重雾气的阻隔下,刘亮有时甚至看不到患者的表情,只能通过他们的语音、语调和语速,来间接判断他们的情绪和精神状态。他和同事们开玩笑地说:“这样反而锻炼我们对患者情绪见微知著的专业能力。”

援鄂期间,刘亮基本上是连轴转,不遗余力地向公众传播疫情期心理保健知识。连线上海,他作为负责人管理着“浦东新区精神卫生中心抗疫心理援助热线”;连线“湖北之声”电台、浦东电台和凤凰网抗疫心理公益援助节目,他传递着心理“抗疫”正能量。

在武汉的近40个日日夜夜里,刘亮与同组的同事们并肩战斗,同事们还悄悄地在他的防护服背后写上“宇宙最帅”的字样,在高强度的工作中互相开解、鼓劲儿,他感慨地说:“现在虽然不算年轻,也不算老,但不希望自己老了后,回想起2020年的这场战斗,遗憾因为恐惧或者害怕而没有来。”^{上海九三}

(作者为九三学社市委宣传部调研员)

等你回家,我们的新新“九三人”

● 李 轩

疫情发生以来,上海市普陀区人民医院副院长、九三学社普陀区委副主委邵印麟一直很忙碌。除了顾及好本职工作,他还远程关注着那些普陀区的援鄂医生们,时时关心他们的工作和生活。

前些日子,一位医生进入了他的视线。

吴要华是来自上海市普陀区利群医院的呼吸科主治医师。他是80后,在普陀区援鄂的医生里年龄最小,专业素质却十分“老练”;在同事们眼中,他为人腼腆,却在武汉疫情正处于严峻的上升期时坚定地报名驰援。

“这位医生有情怀、有觉悟、有能力,我很想为组织注入这样的新鲜血液。经过联系,他向我表示,他也很向往九三学社。”

一拍即合,在邵印麟的帮助下,吴要华火线入社。

在吴要华的援鄂日记里,可以窥见他在武汉工作的点滴日常:“这几天,有了一些好消息,有几位患者康复出院了,我们医护人员奋战一线,很累也很值得……上夜班,我怕迟到,就坐前面一趟班车去医院,提前到值班室再窝一会儿……呼吸科的女同胞们给我带的食物装满了一个旅行箱,还给我买了衣服,尺码正合适,谢谢你们……身在武汉,心里也牵挂着远方的父母:挺想你们的,你们好吗?”一个真实而温柔的形象出现在眼前。

在与他联系后我们得知,这些日子以来,远在外地的父母始终不知道他在武汉。“告诉他们,只会平添担心,除了增加他们的心理负担,也没有什么别的意义。”吴要华言语间透露着冷静与理性,内心里却藏着对家人的柔情和体贴。



作为第三批上海援鄂医疗队的成员,从大年初三至今,在武汉已经快两个月了,他还记得出发时的



情景。当时武汉疫情高发，组建援鄂医疗队的任务十分紧急，来不及过多考虑，吴要华向医院表态，自己可以前往。“我们科室几位主任年纪比较大了，还有些医生家里老人孩子一大家都在盼着团团圆圆过年。我还没成家，父母也在外地，肯定是最方便的，顶多就是和父母说一声不回家过年了。”提起这个遗憾，吴要华说，从医以来，一直都很忙，回家过年的次数也并不多。

这一批次 148 位援鄂战士，分成两个组，吴要华所在的普通医疗组，主要接管了武汉市第三医院光谷院区的两个病区，在上海市普陀区中心医院呼吸科主任王雄彪的带领下，开展查房、治疗等工作。

一开始，三院的定额床位只有 350 张，后来疫情不断加重，根据“应收尽收”的原则，又因为第五版指南提出湖北省临床诊断病例这一分类，武汉市的患者人数一下子激增了 1.5 万人；吴要华所在病区收治患者的数量也比一个月前翻了个倍，床位不断增加，最多时医院收治了超过 600 个病人。医护人员的压力很大，“那段时间是最忙的，防护服一穿就是 8 个小时，再久的话真的受不了。”

新冠肺炎患者病情复杂，随时可能出现变化，需要医生们密切观察，及时发现，一丝不苟地做好诊疗工作。“我们曾遇到过临床病理表现非常符合，却经过多

次核酸检测才为阳性的患者。可能他的病毒排出量比较小，所以检测了很多次都是阴性，但仍需将他列为高度疑似病人，进行隔离收治。另有一些患者，经过治疗后，情况已经非常好，各项指标也都没问题了，但采集了多次，核酸检测都呈阳性。这些患者的病毒排出量比较大，上呼吸道的病毒的载量也相对较高，可能打个喷嚏、咳嗽一下，就比一般患者具有更强的传染性，是一个很危险的传染源。这种病人也必须继续待在医院，直到两次核酸检测为阴性。”

在医疗一线，医生、护士和院感人员的相互配合和照顾，显得尤为重要，充满“战友”情义。院感防控人员要负责在医护人员穿好防护服、进入污染区之前，进行严格的二次检查。“在初期物资紧张时，我们用的都是非医疗专业的防护服，院感防控人员会为我们用透明胶等辅助物品，将防护服的缝隙全部粘贴好，确保防护到位。”

在新冠肺炎病房，护士的工作量也很大。“护士们都非常辛苦，有些体力活，我能帮就帮一把。”吴要华虽然话不多，却心思细腻。

这两天，正值吴要华的轮班休息日。武汉的情况在一天天变好，医生们终于有了轮休时间。病区已经很长时间没有接收到新发病的病人，也有人陆陆续续出院了。“看到病人出院，十分开心，为他们感到高兴。现在我们采用的是中西医结合的治疗方式，希望大家的共同努力下，能有更多的患者康复。”

“你若信任生命，你就执着生命；你若信任爱情，你就执着爱情。尽管创伤还未能愈平，尽管痛楚还不算很轻……你若恋惜春天，你就执着春天；你若恋惜人间，你就执着人间。尽管三月尚多春寒，尽管四月尚立泣鹃。”到武汉的第 11 天，吴要华在自己的朋友圈发了一首现代诗人吕剑的诗，那时还是绵绵冬雨，春寒料峭。如今，春风吹满大地，白玉兰盛开，上海支援湖北医疗队的首批返沪队员已于前日凯旋，胜利指日可待！

也愿你早日归来，我们的新新“九三人”。上海九三

（作者为九三学社市委宣传干部）

阻击连着防控,从管医院到接手集中隔离点……

● 张 瑾

2020年对于每个人都是一道难题,尤其是处于第一线的她们。

新冠肺炎疫情发生至今,阻击战连着防控战,对长宁区中医医院副院长吴彬而言,这三个月,疲惫、压力、连轴转,这些她都能扛,但最放不下的是对父母的那份牵挂和歉疚……

长宁区中医医院是全市110家设置发热门诊的二级医疗机构之一。1月中旬,吴彬就忙碌起来,制定防控应急处置方案,落实各部门防控职责,组建院内专家组;从人员、制度、流程、消毒隔离等各方面做好准备。医院启动发热门诊战时状态,实行24小时排班。各科医务人员分批开展培训,提高全院医生疫情防控能力和内科疾病诊疗能力。她深知“一个人失守,整支队伍都会受影响。做好保护既是为医生自己,也是对患者负责。”

小年夜(1月23日),吴彬在医院值守了24小时,第二天上午又开车直奔南京。父亲因为心衰、呼衰和肾衰被送进了ICU,母亲85岁,一个人在家,买菜吃饭都成了问题,吴彬心急如焚。作为独生女,她的心里十分痛,她知道这个时



吴彬(左二)疫情前期检查病房探视、院感落实情况

刻,上海需要她,但是父母也需要她。在ICU里的父亲怎么办,母亲

怎么生活?她尽力采买,备足食物,塞满冰箱,拜托南京的同学帮忙照



吴彬(右)常规病房检查工作人员体温登记等制度落实

顾。但是,看着病床上的父亲和年事已高的母亲,她心里的歉疚、担心和难过就翻涌出来,时时拉扯着她。

26日回到上海后,吴彬全身心地投入到疫情防控第一线,开启了超高强度加班模式。大年初四夜里1点,吴彬突然接到医院总值班的电话。原来,发热门诊来了一个疑似新冠肺炎的患者,这是发热门诊启动以来的第一例,值班人员都有些紧张。她马上赶到医院,按照制定好的流程,组织院内专家会诊……等做好病人转运、做好终末消毒,已是次日清晨。她顾不上休息,又和同事们对处置经过进行总结分析,进一步优化流程和措施。

发热门诊、院感工作,桩桩件件容不得分心,牵挂着南京的吴彬只能在工作间隙通过微信了解父母的情况。就在这忙碌又焦虑的时候,吴彬接到一个陌生电话,电话那头正是负责父亲的ICU病房主任,“我们知道你工作的情况,你放心,我们一定竭尽全力治疗您的父亲。”回想那一刻,吴彬的声音有点哽咽了,“后来我才知道,爸爸的一些医

护用品都是医生掏钱买的。”疫情之下这份守望相助,让吴彬感动更铭记,她说:“我想,我应该更努力。”

吴彬真的很努力。疫情至今,她没有放松过一刻,投入一波又一波的高强度工作中。正当阻击战显露曙光的时候,

3月9日,区卫健委紧急发来通知,希望医院组织队伍赴两个集中隔离观察点接管工作。这意味着,新一轮防输入的防控战又开始了。

这一刻,吴彬没有犹豫地又站到最前线。但是她说:“最了不起的是我们的医生、护士,我很为他们骄傲。任务下来后,短短时间里我们就集结了14人的医疗队伍。出发前,我和大家交心,这一次任务不同:首先一定要确保做好防护;其次,我们代表长宁、也代表上海,面对的也不是患者,处理要有技巧;最后,工作没有规律性,只要有入境人员,就要迅速投入工作,没法休息。”牵挂着隔离点的队员们,吴彬一直守在微信群里,给他们打气,提醒他们不能松懈,做好防护,一旦发现问题,她就赶紧过去协调解决。

3月29日下午6时,新任务又来了,区卫健委要求医院负责接手新增的第六家集中隔离点管理工作,并强调要“即刻赶往”。

7点30分,小分队第一波人员集结并抵达新隔离点。吴彬等也迅速赶到现场,根据入口位置和数

量,布置清洁区、缓冲区和污染区,设定工作流程,开展封闭式管理,同时物资保障等也迅速敲定。晚上11时40分,承载着29人的第一辆大巴到达。至凌晨4点半,4波入境人员陆续入住隔离点。这个夜晚,一直忙到凌晨5点30分,最后一位入住者被送至房间。

在隔离点,这样的不眠之夜很多……“工作节奏和强度也很大,常常24小时连轴转,但是,我们的医生护士真的可爱可敬,他们努力工作,不讲得失,即便在这么紧张的工作中,也常常站在对方的角度去思考。”吴彬说。

有的隔离人员回家心切,医护人员们理解他们的心情,即便是零点,也等候着为他们办妥手续。有一位在韩国读书的女孩子来到隔离点后,因为需要公证国内毕业证书,急需将证书快递回家,但是隔离点不能寄快递,小姑娘很焦急,因为如果延迟公证书,她就无法继续读书了。医生们想方设法联系到专家,终于得到可以用酒精棉花擦拭后快递的回答,解决了燃眉之急。

就是这样的点点滴滴,一直感动着吴彬,她说,疫情之下,感受到的都是“善良”和“温暖”,让我更加不后悔自己的决定,也让我更加不敢松懈。

如今,在南京的父亲已经好多了,回到家中静养。吴彬依然在医院和隔离点之间穿梭忙碌,这样的日子可能会持续较长一段时间,但是她的心理充盈着满满的动力。上海九三

(作者为九三学社市委宣传部分副部长)

上海日与夜,这位“老法师”带领着一支“抗疫联盟”

● 郭文绮

疫情期间,每一次病例数据的变化都牵动人心,在每一份通报背后,都有一群隐形的“逆行者”。

他们冲锋在疫情处置第一线,出没于感染病房直面病人,承担着每一例疑似和确诊病例的流行病学调查、临床样本采集后收样工作。他们就是流行病学调查(简称“流调”)小组的成员,一群与时间、与病毒“赛跑”的人。

普陀区疾病预防控制中心综合办、应急办主任,慢性传染病防制科科长郑亦慧正是其中一员。因为疫情,她取消了年后和女儿出国的安排,投身“抗疫”一线;从疫情防控到复工指导,她全程参与、统筹调配;因为经验丰富,她被工作小组的队员们亲切称为“老法师”。

守住疫情“第一关”的第一人

在传染病防治方面,郑亦慧可谓是“身经百战”。

自1994年参与工作,2003年加入普陀区疾控中心后,她先后任传染病控制科负责人、综合办应急办主任、慢性传染病防制科科长,2009年甲型H1N1流感防治、2010年上海世博会传染病保障、2013年H7N9型禽流感防治的工作中,都有她深入一线、直面患者的身影。

在本次普陀区疾控中心的新冠肺炎疫情防控工作中,郑亦慧承担了整体统筹工作,全权负责疫情的处置和人员的调配。疾控中心接到辖区内医疗机构发现的疑似病例报告后,第一时间第一通知的就是郑亦慧。按照对报告情况的判断,一道道“命令”通过她迅速传递给疫情工作小组的相关负责人,办公室安排车辆及驾驶员、流调组集合准备出发、检验科待命检验样品,所有环节自她开始迅速运转。

一线流调人员,要奔波于医院和疾控中心之间,连



续数小时的询问及报告撰写;实验室检验,穿着二级到三级防护服,每一次实验都是近乎六小时的密不透风;消毒组还要额外背上重重的消毒设备,去上门消毒、指导社区及隔离点消毒并对医疗机构开展消毒评估。他们的体能消耗极大,郑亦慧必须安排好一线人员的轮换,确保他们以最佳精神面貌投入战斗。

郑亦慧还特别制作了详细的“防控流程图”发给大家,值班人员在接到医院报告后,怎么通知,对于密切接触者,获取信息后要去告知哪些相关的负责人;流调人员接到通知后,去哪里集合,做什么样的防护,带什么资料,一切按着她的指引做,就是最佳方案。

冲在第一线的流调、消毒、密切接触者管理这三个工作组一共有40名成员,平均年龄34岁,大多是年轻人。平时,郑亦慧会叫他们“小朋友”,而他们则亲切地称呼郑亦慧为“郑阿姨”,并为她冠上了“老法师”的称号。这个称号源于一次经验分享活动,郑亦慧通过实例教授队员们流调技巧时,发出直击重点的“三连问”——

“这个地方属于江苏,既不是疫情严重地区,也不属于医疗水平落后地区,跨省求医是为了什么?如果是因为上海的医疗资源,为什么舍近求远来普陀?他是怎么通过道口的测温检查而顺利来到医院的?我让你们好好再问问,就是因为这三个疑问。”

年轻的队员们对她佩服得五体投地,纷纷留言,“老法师的实战经验实在太丰富,受益匪浅!”“我要给郑阿姨刷火箭。”

迅速刷屏的一排“我在”

提起队员们,郑亦慧是满满的感激。初期她忙于对诊疗方案、防控方案的学习和人员的确认调配,来不及做太多详细沟通,只能先在工作群内简单询问:“谁在?”

一排整齐的“我在”迅速刷屏。

“随时随地可以安排我”“我都可以”“我也来帮忙”,有的队员春节期间害怕耽误时间,一早就来到单位候着待命,这样一天无论什么时候都可以第一时间出发。有的队员在半夜一两点被郑亦慧叫起出发去医院,也毫无怨言。在他们来看,能被安排做流调,这是一份沉甸甸的信任,也是他们的职责所在。

每当外出流调的队员报告归程后,郑亦慧总会在群里迅速回应,无论多晚从不失约,仿佛是一位等待孩子归家的人,守着一盏令人安心的灯。

队友们也格外心疼这位凌晨被总值班叫起协调各方、白天还要来单位坐镇的“郑阿姨”,一位队员这么留言:“过年期间真的是,眼看着她由于睡眠不足,那个脸又肿又煞煞白。”言语之中,满满的心疼。

专业人士,必须有专业的素质

工作中,郑亦慧对队员们有着严格要求,“我们是专业人员,一定要有专业的素质,要用数据说话。现在网上的信息真假难辨,有的说病毒已经变异了,那么哪来的毒种?有没有做过病原分离和基因测序?是个人猜测还是科学结论?一个家庭中的首发病例(第一个发病的患者)一定是这个家庭的传染源吗?我们不能只从表象认定,而要用科学的方法判定。只有具备了科学的态



度和专业技能,才能得出科学的结论。”

在普陀区公共卫生科普中心专门陈列着一位身着二级防护服的模特,看起来很帅气,但在实际工作中,如何规范穿脱防护服是对所有业务人员的严格考验。尤其是脱防护服时,必须保证自己不被污染,除了规定的顺序外,全程尽量降低动作幅度,比如说脱防护服时不能直接用手,而是要靠肩膀轻微抖动的时候慢慢卷起才是正确的方法,这格外需要技术和耐心。新进的队员必须一个一个过关,防护服要“穿脱合格”,再把现有的诊疗方案、防控方案学习好,才可以上“战场”。

在郑亦慧念书时,老师曾告诉她:“在公共卫生领域,你看到的是数据,假设一个疾病的病死率是1%,但这个概率一旦落到个人身上,就只有0和100%的区别,也就是生死之别。我们要做的是如何通过有效的策略去降低这个率,使更多人获益,从而保护人群的健康。”

这句话让她深有感悟,“面对疾病时,我们要从专业的角度去监测、统计、分析,我们要力求让市民能够听懂,能明白如果这个疾病发生在他们身上,会产生怎样后果,给到他们最直接的说明和建议。”

取消了原本约定好的出国行,郑亦慧对女儿很是愧疚,连续几个晚上都没睡好。因为工作,她与家人之间已经不知道发生过多少次这样的道歉,每一次道歉的背后,都有着她无尽的忙碌……

但正是因为她、因为每一位奋战在一线的“抗疫”人的守护,各个岗位共同筑就起的这道联防联控、群防群控的“铜墙铁壁”,这座城市中的我们才能安然入睡。■上海九三

(作者为九三学社市委宣传干部)

流调报告如何诞生？看“疾控人”与病毒“赛跑”！

● 郭文绮

自1月20日起,上海开始每日通报新型冠状病毒肺炎的确诊病例和疫情动态。随后,病例数据发布增加至每日两次,并逐渐增加了确诊病例的具体区域分布和涉及场所情况。

疫情数据的变化时刻牵动人心,但你知道吗,怎样才算“确诊病例”?通报中每个数字背后的意义是什么?这些涉及的区域和场所是怎样统计的?

在每一份通报背后,都有一群隐形的“逆行者”。他们冲锋在疫情处置第一线,出没于感染病房直面病人,承担着每一例疑似和确诊病例的流行病学调查、临床样本采集后收样工作。他们是流行病学调查(简称“流调”)小组的成员,一群与时间、与病毒“赛跑”的人。

今天我们邀请到九三学社社员,虹口区疾病预防控制中心儿少眼防科科长、副主任医师亓德云,为我们讲述战“疫”背后,与病毒“赛跑”的故事。

筑就守护这座城的“铜墙铁壁”

原本在亓德云的计划中,她会和往年春节一样,回老家看望父母。但新型冠状病毒肺炎的疫情直接打乱了她的安排,假期还没有开始,就已经结束了。

据市卫生健康委通报,1月15日一位自武汉来沪的患者在上海一发热门诊被收治入院隔离治疗,该病例后来被确认为上海市首例输入性新型冠状病毒肺炎确诊病例。19日,虹口区疾病预防控制中心提前进入“备战状态”,中心领导紧急召开中层干部会议,部署抗击新冠肺炎疫情的任务。

“关口前移,这场抗‘疫’战争我不能缺席。”亓德云毅然取消了预定好的车票订单,自愿担任流调组组长,

守护疫情防控的第一道关口。

1月24日农历除夕,上海正式启动重大突发公共卫生事件一级响应。从道口到公共场所到社区,上海整座城市迅速行动起来,严格落实各项联防联控措施。

据亓德云介绍,当发热门诊判定病人为疑似新冠肺炎病例并上报后,对应辖区的疾控中心就会第一时间安排流调小组赶到医院,结合病例的临床特征报告,进行流行病学调查和取样相关事宜。

流调小组会将收到的病例标本第一时间送往疾控中心的病原实验室进行核酸检验,市卫健委组织的市级专家组会结合其临床表现和实验室检测结果判定是否为确诊病例。

一旦确诊,专用的救护车将转运病例至定点医疗机构进行隔离治疗。随后,根据流调报告,疾控中心的密切接触者管理团队和消毒组会出动,与社区一同追踪可能患病人员,并对病例涉及的各种区域和公共场所、交通枢纽、公共交通工具等加强消毒。



抽丝剥茧,与病毒“赛跑”

“你再好好想想,你们当时几人,几点从老家自驾



到上海的？途中有没有经过服务区？在几个服务区停留了？在服务区停留期间有没有买过东西？接触了什么人？他们有没有发热等症状？接触的服务人员有没有戴口罩？”

自年前至今，奔波各处医院，隔着密不透风的防护服，对疑似病例接连抛出调查问题已成了亓德云的工作常态，“我们中心组建了12个流调小组，分为早八点至晚八点、晚八点至早八点的早晚班模式，接到疫情通知后值班的小组依次出动，直到完成病例的所有流调报告才算结束当日工作。我负责的第一例流调是在1月22日，后面做了太多次，实在记不清次数。”

每一次电话铃声响起，每一例疑似病例上报，都是出征的号角。

“集合，准备出发！”对亓德云来说，这一“条件反射”早已深入骨髓。放下手中未尽的午饭，召集组员，核查“战斗装备箱”中的口罩、防护服、眼罩、免洗消毒液、流调资料、生物样本转运箱等物资，他们即刻奔赴医院。

根据医院的环境条件，流调小组会通过内线电话或现场询问调查。进入隔离病房前，先要按照二级防护标准一层层穿上“战袍”，将自己全副武装。然后是围绕病例的基本情况、就诊情况、发病前14天旅居史、发病后的活动轨迹、有没有可疑的病例接触、可疑的环境暴露等做详细调查。他们要像“警察破案”般寻

找一切可能传染的蛛丝马迹，摸排感染来源、传播方式和可能的感染者。

疑似病例的传染病报告卡需在两小时内上报，流调报告需在当天内完成。“这场战斗，就是在跟病毒赛跑，我们必须抢时间！”完成现场调查返回中心后，亓德云马上开始着手撰写流调报告，有太多的信息，她需要逐一整理归类。根据病例自身活动轨迹情况，从现场流调到完成报告的撰写，简单的需要5个小时左右，病例复杂的有时长达12小时。

“我们更知道我们为了谁”

就读小学四年级的女儿这次给了亓德云很大的惊喜，“突然就感觉她变得懂事了，以前如果我自己出去聚会吃饭，回来一定会受到女儿的‘批评’。现在她放假在家，因为疫情我没有太多时间陪她，只能每天电话‘汇报’我的值班安排，她从不怪我，能感受到她在为我骄傲。”

每当亓德云忙碌了一天回到家中，女儿的脸上就会挂满关切又自豪的小表情，“妈妈，你又去处理疫情了？你不害怕吗？你可真了不起。”

亓德云会告诉她，“妈妈穿上了‘战袍’就什么都不怕了。你放心，有很多像妈妈一样的医务工作者，为打赢这场战役在日夜奋战！”

在战“疫”日志中，亓德云这样写道：“我也只是其中普通的一员，能加入到这场抗击疫情的战斗中，我感到非常光荣与自豪！”她记录下领导在备战会议上送给大家的一句话，这成为了另一份支持她的信念：“我们知道我们是谁，我们知道我们面对的是什么，我们更知道我们为了谁！”

在疫情防控过程中，至为重要的一点就是尽一切可能切断传染源，杜绝输入和扩散。流调小组的工作，正是整座城市疾控的缩影。

通过亓德云的讲述，我们得以窥见，上海整座城市、各个岗位是如何共同筑就联防联控、群防群控的“铜墙铁壁”，如何共同确保疫情防控和医疗救治有力有效、城市运行和市场供应平稳有序。上海九三

（作者为九三学社市委宣传部干部）

“我觉得比较骄傲的是，没有把捐赠做成一场秀”

● 李 轩

今年2月，九三学社上海市委经贸委员会社员、鸿时医疗健康产业基金创始合伙人、上海以心医疗器械有限公司董事长王莉，因为远在千里之外的家乡——武汉，度过了一个极不寻常的春节。

大年三十晚上，她接到一位在武汉的护士朋友哭着打来的求援电话；在极短的时间内，她在自己的医疗投资群里收集到了一百多万个口罩捐赠订购的需求；她捧着一部手机，日夜不歇，凭一己之力牵头对接了湖北40多家医院的物资援助。她个人出资捐赠了30余万元，并组织捐赠、运送了四批物资，包括160万片医用外科口罩、3000个N95口罩和2000件防护服，统筹协调了十余家机构的捐赠。

从联系第一片口罩生产到现在，经历了工人复工困难、原材料短缺、物资无法运输、武汉封城、工厂停工……每天都面临着新的问题。王莉开玩笑说，这就像打怪兽通关，一路走来过关斩将。凭着对医务人员的使命感、坚定执着的信念和超强的执行力，一批又一批防护物资，突破层层关卡，送到了前线。

每一片口罩都是救命的稻草，每一件防护服都闪着希望的光。朋友的帮助、企业的奉献、所有人的努力，促成了这些医疗物资的及时到达。

“在武汉的护士朋友哭着给我打来电话，说现在进来的都是危重病人，但医生们的防护服都是破的，口罩也完全没有N95，连外科口罩都舍不得扔，不敢换……”

王莉在医疗领域工作了18年，干了十年医疗器械注册认证的工作和八年创新医疗器械的投资和孵化工



作，和许多医疗机构都有联系。听到来自一线的求助，她的心一下子被揪紧了。她决定，不惜一切代价，为前线的他们寻觅防护物资！

王莉明白，眼下和死神赛跑最重要的就是时效性，物资离武汉越近越好！她想到自己做了十年企业认证的医用防护物资集散地——湖北仙桃。她幸运地找到了当地一家企业可以接单，并在自己做群主的心血管创新技术与投资群里，发起爱心接龙，订单数量瞬间就突破了百万。

本来可喜的订单量，却让企业犯了难：正值春节，没有工人复工，要包装、出货、搬运，总共也就十几个人工，哪有那么大的产能？

面对严重不足的出货量，王莉思考，第一批物资数量不是关键，一定要先把路走通！她决定集合几份捐赠数额较大的订单：王莉本人、心血管联盟和同城伟业基金会，三方共计捐赠35万片口罩，先行下单。

企业了解到这是一批捐赠订单，非常支持，组织工人一边生产，一边包装，一边装车，马不停蹄地把刚从生产线上下来的“热乎乎”的口罩迅速备好。

另外一边，王莉也在抓紧做着对接医院的工作。她与两家机构对接了分布于武汉各个区和宜昌、孝感等地的四十几家医院。“我们的捐赠有一个原则：捐赠的物资都是符合标准的医用级别的防护物资。因此一定

要用到一线临床医生的身上。一家一家医院确认好,我们才会给货!“

“对接的工作量很大,但这一点必须确保。”提到这个捐赠的硬性原则,王莉动情地说,“我做医疗很多年,听到的都是来自一线的声音,就特别心疼这些医生。我远在上海,每天看到疫情数量的增加都被折磨得不行,医生们怎么可能不害怕?脱掉白大褂,他们和我们一样,也是普通人,也有一家老小,但他们时刻在面临生死的考验。”

几天时间,工厂顺利交货了,但第二道困难随之出现:武汉已经封城,仙桃也相当于封城了,通车都很困难,更没有物流运输,想把这批货运到武汉去,几乎是不可能的!

这时,企业挺身而出:“我来派车!”但进入封城城市,还需要一样东西——通行证明。王莉寻找了许多朋友,联系到了当地政府,并将捐赠物资情况、订单详情、运输车辆信息等等全部交代清楚,终于拿到一份类似于战时物资运送的红头文件。

三辆载着满满救命物资的小货车,启程,奔赴武汉、宜昌和孝感!

晚上8点,江夏区第一人民医院停车场,深重的夜幕下,十多家医院的医务人员已经到达等待。物资在安静而紧张的氛围中被派分着,很快被提走一空。时间太紧迫,连一张像样的照片都没来得及拍。

随后的宜昌和孝感,也是同样的场景。

深夜,王莉的电话不断地响起,各个医院发来了确认单,以及一句句朴实的感谢:“王总,谢谢,真是救了命了。”每一张或手写或打印的确认单背后,都是无数直面生死的医生群体;每一个口罩,都成为医生的“盔甲”,罩住了安全,也安稳了他们的内心。

二

“路走通了,第一批物资捐出去了;第二批货下单了70万片口罩,也顺利发出;第三批近70万片口罩,却在临近交货的日子,工厂停工了……”

原来,2月初,湖北省开始对全省的医用物资生产企业进行统一管控。王莉对接的这家企业,一直做高端医疗产品的出口,有着日本、美国等多个国家的资质,

但没有国内资质。为了防止不符合标准的口罩流入市场,企业被叫停了生产。

王莉连夜打电话,找了许多朋友帮忙,终于想办法联系到了相关部门负责人。她把企业情况、海外资质、订购口罩的目的、要捐赠的医院等信息,一并发出,并诚恳地说,希望这家企业一定给予复工。

十天之后,好消息传来,在200多家被叫停生产的企业中,有24家复工了,为王莉供货的企业也在其中。

更可贵的是,即便停工,仙桃的这家企业也并未“休息”。爱心企业联系到了江苏金坛一家具有国内资质但并不生产口罩的医用物资企业。企业做了一个大胆的决定,把几台生产口罩的机器运到了金坛,金坛的工厂开工了!“真的非常感谢企业的帮助。我想,大家都知道这些事是善行义举,都尽全力在互相支持。”

随后,第三批物资也陆续发到了各大医院。之后又有了第四批……

三

这个春节,9岁的大女儿很有“意见”,常常抱怨妈妈天天抱着手机操心口罩。但孩子心里很明白。“有次女儿说,家里评选功劳最大的人,妈妈应该得第一名。妈妈一边给我们做饭、洗碗,一边还为了全国人民。小孩不太懂,但知道我在做重要的事。”女儿今年的寒假作业,准备写一篇作文,题目为《我家的口罩春节》。

“我觉得这次比较骄傲的一点,就是我们没有把捐赠做成一场秀。”王莉说,“所有参与其中的朋友,不管是在武汉的,还是在北京、上海、深圳的,都是每天通过物流或请司机到各大医院马不停蹄地送物资,收到货就送,只是为了保证在最短的时间内,送到最需要的人手里。”

接下来,王莉还想组织一批物资,捐给上海援鄂医疗队。“疫情没有过去,捐赠这个事就不能停。”平实的语言背后,透露着分外的果敢和坚定。

你的职责令你殒身不恤;他们的努力,使你的逆行不再孤单。疫情之下,没有旁观者,是共同的心怀希望和万分坚持,让我们可以一起渡过难关。上海九三

(作者为九三学社市委宣传部干部)

27天，防疫办的“硬核小姐姐”始终“在线”

持续27天，她，奋战在抗疫一线。女儿感冒发烧数日，她，选择坚守岗位。她，就是九三学社崇明区委社员、长兴镇防疫办主任梁金萍。

防控就是责任

“好的，收到。你们自己也要做好防护，我马上联系卫生院。”挂了电话，梁金萍立马拨通了镇卫生服务中心主任的电话，将刚收到的重点地区来岛人员信息快速判断后精准传达。“我这边也派人到现场，居委门口碰头！”这边话音未落，那边手机又响了，她一边礼貌迅速地挂断座机，另一边飞快而熟练地划过接听键，“喂，您好！”这样的场景在长兴镇防疫办里每天都要重复上演好多遍。

长兴岛约有6.8万常住外来人口，来沪务工人员数量多、分布广、密度高，疫情防控形势严峻。自长兴镇启动本次疫情防控工作以来，梁金萍便受命兼任镇防疫办主任、镇防疫联席办副主任。这些日子，她清晨六点多就开始在工作群里发布信息，每天的日程排得满满的，各类政策答疑、对接协调、信息汇总……在来沪人员返岛高峰期，她更是每天忙到晚上十点多才下班，大家亲切地称她为“硬核小姐姐”。

防疫初期，在防疫办人手增配到岗的动员会上，她坚定地说：“希望大家做好心理准备，这次的工作责任大、任务重，但我坚信，越是艰难，我们越是能建立起同袍之情，让我们一起加油打好本场防疫阻击战！”就这样，防疫办的小伙伴们在这位“硬核小姐姐”的带领下坚守抗“疫”中枢。

底盘要扎实，脑子要灵活

疫情之下，区域各类数据非常关键。“人员信息排摸是基础，是我们防疫工作的底盘。底盘扎实了，才



能精准高效施策。”梁金萍带领防疫办依照关键数据的汇总要求，分村居和企业同步推进排摸，实时接收退烧药购买记录、道口拦截人员、线索热线反馈等信息，加强全辖区的数据收集、比对和整合。

这些天来，梁金萍满脑子都是各种数据和政策。“这些都是基础，必须要掌握，因为我们平时碰到的问题千变万化，中间的解读和协调就是我们的工作，所以我们底盘要扎实，脑子要灵活。”

一次，某一重点地区来沪人员隔离期未满足即接到用人单位的复工通知，他急于复工，与社区管控工作就产生了矛盾。梁金萍带领防疫办的工作人员，一方面与本人沟通，另一方面还与该企业加强联系。“复工是企业行为，不等于您企业的员工个人可以不隔离。对他个人的隔离不仅是为企业好，也是对社会的负责。”经协调，该人员继续配合做好居家隔离工作，企业也明确要求其获得解除隔离证明后方可复工。

宝贝乖，妈妈尽量……

防疫办的小伙伴们都知道，“硬核小姐姐”其实很温柔，很体贴人。27天的高强度工作中，梁金萍最喜欢的是叮嘱人。“要当心身体劳逸结合，准备好复工期

这 17 天,我在浦东机场做“转运”

● 张 瑾

从 3 月 6 日到 22 日,周琪医生在浦东机场的“转运”大巴上已经坚守了两周多,跑了 20 多个来回了。她的工作正是接送和转运普陀的黄标入境人员。

作为普陀区人民医院妇产科的副主任医师,她很早就报名支援上海新冠肺炎疫情防控工作。“起初以为是到高速路口和道口帮忙,没想到最后是去浦东机场。”

根据早中晚班的安排,周琪每天先到位于普陀的留验点,换上二级防护装备,包括防护服、护目镜、N95 口罩、鞋套、手套。手机也要武装起来,她会用保鲜膜或者防护套包起来。

从留验点到浦东机场需要一个多小时,虽然工作并未开始,但是穿上防护服时,身体的消耗却开始计时:在这段时间内不能喝水,不能上厕所,最长的中班要从 10:30 到 17:30,加上路上的时间就更长了。有时,因为需要安排的入境人员多,为了让更多人上车,还要等待。

“现在天气热起来了,中午真的又热又干,我每天下班第一件事情就是补充水分。对于不上厕所,作为医生,我还比较能适应,因为工作中常常上了手术台就下不来。”

在浦东机场,有一个专门的停车场,每个区都有自

己区域。飞机降落后,先有工作人员进行防疫检查、信息登记和贴标,交到周琪手上的是黄标入境人员,他们都是来自或者

途经重点国家(采访当天重点国家从 8 个增加到 16 个,20 日又从 16 个增加到 24 个,截至发稿,重点国家范围一直在调整)。工作人员会联系他们住所的居委,确定是否满足居家隔离要求,如果满足则要进行核酸检测,确定无感染后,可以居家隔离;不具备居家隔离条件的则要到集中隔离点。

其实当工作人员登记下入境人员的信息时,一条关于他或者她的工作线就从各区各街道各居委一路铺



的硬仗!”“出去要当心,做好防护,跑慢点!”“快回家吧,小朋友在家盼了一天了!”……

但是这一切在她这里都不“适用”,她从大年三十开始,不曾停歇;她走路带风,有次不当心滑倒了,笑笑起身,又继续步履匆匆;元宵节深夜发现湖北籍人员游荡,她在协调的同时瞒着家人赶赴现场……

深夜回到家中,梁金萍回看女儿参与录制的少儿春晚节目,桌上还摆着女儿留给她的字条:“明天回来吃晚饭吗?”她心中有诸多的不舍和愧疚,“每次电话里

总是说宝贝乖,妈妈尽量……小朋友每天都在期待,但每天都会失望。不过我想,防疫工作是我义不容辞的职责,守护好诸多央企所在的小岛是我的使命。希望待到春暖花开时,疫情阻击战胜利了,我就可以再多陪陪女儿了。”

在本场战“疫”中,梁金萍是众多基层抗疫工作者的缩影,这个春节,大家微信步数都是 3 位数,他们依然是 5 位数,因为有了他们,才有了大家的安心! **上海九三**

(摘自新长兴公众号)

疫情伤农,春光已来,他自驾千里只为这件大事

● 郭文绮

采访电话刚接通的时候,九三学社社员、远东宏信化工医药业务部总经理茅天翔的声音听上去略有些朦胧,或许是带着口罩通话的原因,又或许是他正身处距上海 1500 公里外的贵州省铜仁市……

特殊时期的这次出行,源于茅天翔一份特殊的牵挂。

过完春节,我国的春耕备耕就要从南到北陆续展开,身为远东宏信化工医药业务部总经理,他有很多化工企业的客户在云南及贵州从事磷肥生产。

早在年前疫情刚爆发的时候,茅天翔就牵挂上了他们。

设下去,一直到核实清楚居家隔离条件才能做出最后的安排。

所以,转运班车上的周琪,始终在双线甚至多条线工作:

一边,她要负责把入境人员安排上车,分散坐开,核实护照等信息,并努力记住他们;

一边,她要不停地刷微信群,弄清楚每一个入境人员最终要送去哪里;

一边,要尽力回答疑问,及时安抚他们的情绪;

一边,还要联系留验点和集中隔离点的同事,在到达前 20 分钟告诉他们,让他们做好接收的准备。

“起初,还有一位工作人员和我一起负责大巴上的工作,后来机场防疫工作实行 24 小时不间断排班后,只有我一个人了。”周琪说。

回忆起第一天的场景,周琪说“太狼狈了”,“第一天没有经验,护目镜一会儿就雾蒙蒙了,连人都看不清,水汽凝结成水,还会从边上流下来;套着手套点手机,一会儿锁屏,一会儿按错,群里跳信息,没法及时回答,一身身汗下来。现在,我会预先在护目镜里层涂上洗洁精,让雾气蒙不上去,防护服里就穿一件薄衣服,不然一动全身是汗。”

一辆转运大巴,分散坐的话最多能搭乘 17 人,现在满车越来越多了。“有时候外国人多,真的会分不清,他

们的名字也很难读。”周琪说到这里不好意思地笑了。

“有一次,有一位法国人和意大利人同时上车,两人外貌和护照对不上,而且这位法国人一点不会说中文,也没有开通手机在中国的通讯功能,街道工作人员怎么都联系不上他。这时一位留学生很主动地过来帮忙翻译,才把情况弄清楚,也把政策和他们交待好。那个小伙子真的让我心里一暖。当然,在没有热心人的时候,我就英语和翻译软件齐上阵,一定把情况和他们说明白。”

当然,也常会遭遇不理解和埋怨。“其实,我也能理解他们,毕竟经历了这么长时间的飞行后,已经很疲劳了,所以,我会尽量安慰他们,做好疏导工作。作为医生,我们经常和不同人群打交道,我觉得,方法总比难题多。”

目前,流程 and 规定还在不断调整,重点国家数目也在增加,工作节奏越来越快,交给周琪的入境人员也越来越多。“入境人员的转运工作还在不停优化,让各个节点更好衔接,但是工作人员非常辛苦,很多已经满负荷运转,这场持久战要打好,真的不容易。”周琪感叹。

这周一,刚完成周日最后一天转运工作的周琪医生已回到医院的岗位上,对于无缝衔接的工作节奏,周琪淡淡地说:“我们的工作就是这样。不过,经历了这两周,有了对比,才发现原来生活的美好。”上海九三

(作者为九三学社市委宣传部分部长)



化肥是春耕期间不可或缺的重要农资，农作物生长需求最多的就是氮、磷、钾三大营养元素。其中，磷肥在中国的主要产地为湖北、云南和贵州，总产量占比超 70%。

若是往年，节后正是各大化肥生产企业最忙碌的时候，但今年受疫情影响，湖北企业多数停工，大部分磷肥需要由云南和贵州两地提供。

这次疫情会如何发展？化工企业在交通运输方面是否会受到影响？会不会出现资金问题？

带着这些担忧，春节期间茅天翔一直密切关注客户的生产情况，与他们保持联系。“交通运输的通畅对化工企业非常关键，因为装置开车（即装置投料，也意味着正式生产）后就不能停车。一旦运输不畅，货物便开始积压，资金链就有断裂的风险。过年时企业本身不会备大量现金，大多在年前发给了员工。而开工后，生产所需的原材料、员工工资、水电煤气都需要资金，受疫情影响产品积压，短期内又没有收入，各类开支怎么付？拿什么付？”

农时不等人。我国春播粮食面积占全年粮食面积的一半，事关两季收成。如果因为化肥无法及时、足量供应而影响到农事活动，对国家经济造成的影响将无法预估！

过年期间茅天翔接到客户反馈，因为运输问题农资无法运到有需要的地方。他看在眼里、急在心里，连

忙通过九三学社浦东区委提交社情民意，希望国家能为农资运输车辆开辟“绿色通道”，设立全国统一的车辆通行证，避免各自为政，阻碍农资的跨省运输。

等到疫情略微稳定后，茅天翔又立即整理行囊，带领团队成员奔赴一线。

出发前，茅天翔电话告诉客户们他要过来，大家的第一反应都是半信半疑；等到他抵达后逐一走访企业时，客户们既吃惊又感动：“现在这样的疫情之下你还能出差过来，为我们解决问题，真的是患难见真情！”

茅天翔也特意提前采购了一批口罩，带去分发给有需求的企业，为他们的安全复工多添一份保障。对确实遇到资金困难的化工企业，只要他能在现场直接确认复核的，都以最快速度提供融资支持。

“刚到这边的时候，确实感受到一些通行的不畅，但随着疫情逐渐缓解，交通明显恢复了，路上货车来来往往也多了起来。相信在资金的支持下，度过这段最困难的时期，企业各环节周转起来，就能重回正常的生产节奏。”

从 2 月 25 日至本文推送时，茅天翔一直在出差的路上。他已行驶了 2000 多公里，拜访了十多家企业。

奔走在中国云贵川鲁农业春耕复产的道路上，他的脚步一直没有停歇。

“疫情对整个国家经济的影响很大，看到有那么多医护人员冲到湖北一线，作为金融机构，我们也希望能够从经济层面，在最困难的时候帮助企业解决一些资金问题。”

考虑到特殊时期的安全保障，茅天翔与同事全程自驾，汽车后盖成了他们最常用的饭桌，泡面、面包轮流成为每一餐的主食，偶尔遇到路边小店开门，都是一顿来之不易的“大餐”。

不负春光、不误农时！春耕生产一线，也是战“疫”最前沿。

对于这次疫情期间的“逆行”，茅天翔说并没有想太多，“我只是觉得自己应该做些什么，就去做了。越是这个时候，客户越需要我，只要大家需要，我的脚步就不会停歇！”^{上海九三}

（作者为九三学社市委宣传干部）

那一天,第一片口罩从生产线上出来

● 张 瑾

“如果我能每天生产 20 万片口罩,开足马力一周,就能生产出 100 万片,这是我的最大梦想。但是此后的事情发展让我倍感艰难。我承受的压力之重,始料未及。”

第一难:购买设备

疫情发生开初,对数字十分敏感的九三学社青浦区委入社积极分子、上海即索实业有限公司董事长王辉忠发现,感染人数上升很快,但口罩用无纺布的供应链几乎在青浦区没有销售。如果疫情严重,口罩不够,怎么办?

“我的公司拥有无纺布材料和洁净车间,只要有设备就能开工生产口罩,就能救人。”

1月25日,王辉忠开始接洽远在东莞的设备厂商,26日商定,27日付款,几乎没有迟疑。但是,随着疫情的发展,对方厂家订单瞬间暴涨,从零点以后才能通话到陷入失联,“我虽然很理解厂家的立场和无奈,但是心里急得上火,疫情一天比一天严重,我却有心使不上力。”

5日,王辉忠情急之下买了飞东莞的最晚一班机票,想直接飞过去,最终被大家冷静劝下。

为了解决这个难题,青浦区委、区政府各方都紧急伸出援手,领导们拉了微信群日夜跟踪、协助,九三学社青浦区委主委朱国健通过九三学社组织联系到社东莞市委,社员兼好友黄河生委派东莞分公司员工直接闯到对方公司,“人工”接通电话,多方合力,终于有了进展。

第二难:上线

8日晚,设备经历千辛万苦终于运到,但是全自动设备降格成了手动,标签上赫然印着的“2014年”,显示这是仓库里好不容易挖出来的存货。“虽然用劳斯莱斯的钱买了台QQ,但是毕竟可以开工了。”王辉忠自嘲。

但是,说明书、电器回路书缺失,技师电话不接,面对着设备,王辉忠又一次急得跳脚,“枪和弹药都有了,

却只能干瞪眼。”第二天,王辉忠召集来过去折腾机械和生产线的老朋友、老同事,一起研究,终于在10日调试出了第一片口罩。

10日晚上,生产线一个零件出现故障,需要激光焊接机,“经过区里领导的协调,直接找到青浦工业园区的一家叫‘纳峰’的企业,把已经下班的工人请来才解决问题。”

多少天的压力终于得到了纾解,那一天晚上,王辉忠终于睡踏实了。

第三难:提高产能

“现在最关注的是提高产能。目前这个设备,每天产量只有1-1.5万片,只有自己动手改装,尽快实现自动化,才能加大生产量。”王辉忠说,“我在和时间赛跑,多生产出一只口罩,就少一人感染。”他把复工工人都召集到口罩车间,甚至推迟了已有面膜的订单。

“42年,这是我唯一一个春节,至今没休息过一天。”王辉忠有满腹的苦,最后只化为一句话,“从没想到2020年会走这么艰难的路,好比西天取经。但是政府、‘九三’组织支持我,公司员工冒着风险挺我,我没有理由放弃。”

11日采访当天,口罩的生产设备在改造中。今天,当我们再次联系王辉忠时,他坦言,老设备产量有限,正在采购新机器,希望尽快提高产能。但是波折不断,“心情就像过山车,既有好消息,也有坏消息。这些天,工人每天14小时加班工作,昨天(16日)是周日,8小时工作后,我让他们回家休息了,老设备没人维护改装,只能自己干!”

我们真心盼望着,第100万片口罩尽快能从线上出来。**上海九三**

(作者为九三学社市委宣传部副部长)

第一次读到九三学社社员、长宁区卫生学校彭灿老师的日记,就被他细腻的观察和乐观的文字所感染。

3月19日,他正式上岗,到长宁区集中留验点做志愿者,也开启了他朋友圈的日记模式。

采访中,他说,我是一个不发朋友圈的人,这次写出来的初衷就是告诉大家,基层工作人员他们的工作状况,他们为守护上海做出的努力。我不想只说简单的苦和累,我想让大家读了也能体会到其中积极而有感染力的东西,更关注我们正在做的事情。

为了保持彭灿日记的原汁原味,我们把采访所得以注解形式补充在每篇日记的文末。

——编者

我在长宁区留验点迎来日出,送走晚霞……

● 彭 灿

3月20日 星期五

手忙脚乱的第一个夜班

凌晨零点^①,我站在钱玮医生^②身后,看着他飞快写着标签^③,一抬头门口已经排好了一队人。这些人手里拎着大包小包,有的还抱着正在哭闹的小孩,焦急、疲惫和不耐烦写在了他们的脸上!

钱医生热情娴熟地指引着这些飞行接近两天、经过各种转机才得以回国的人们。“填好表格,请将行李放到指定位置,然后跟随彭老师到白色帐篷处等候核酸检测!”当最后四个字“核酸检测”从钱医生嘴里蹦出来的时候,他们的脸上又添了一份忐忑……

凌晨1点,电话响了,电话的那头传来侯晓斐老师焦急的声音:“彭老师,快来帮忙,留置点这边快忙不过来了!”我将放行人员的行李和婴儿车递给司机后回到了9号楼,只见侯老师脚下生风,递杯子、发毛毯、开油汀一气呵成,嘴里还念叨着:“毯子不够再找我们要,洗手间在走廊尽头!”

凌晨2点,留置点的人们基本已经入睡,时不时有人因担心核酸检测结果前来询问,“结果什么时候出来?出来后我们要不要被隔离?”“我是这里第一个进来



的,我是不是最先拿到结果?”

凌晨3点,我和侯老师的眼皮子开始打架了,偏偏一位从美国回来的大叔端来一碗泡面放在我们桌上,自顾自开心地吃了起来,边吃边说:“这是我从美国机场买的泡面,你们发的面包和牛奶还有热饭我都不

吃！”瞌睡虫一下子溜掉了，可是我们的胃又开始翻腾起来……

凌晨4点半，一个孩子的哭声惊扰了大家：“不要，不要，就不要，我不要戴口罩。”孩子对父亲拳打脚踢地哭闹着，孩子妈妈快速把孩子抱了出来，连声说对不起。我和侯老师连忙安慰大家：“睡不着的可以去隔壁房间，还有空位子，我们检测点刚开，设备简陋，大家多包涵！毯子不够的我们再帮你们去拿。”人们情绪稳定了很多，我和侯老师有点后悔来的时候没带点能哄孩子的玩具……

凌晨5点半，大多数人已经醒了，不断有人来问检测结果。人群开始不安分起来，三三两两聚集起来。“你从哪儿回来的？”“你转了几个国家才回来的？”我和侯老师有点焦虑，“检测结果还没出来，大家聊天的时候要戴好口罩保持1米以上距离噢！”我们轻声提醒着大家。

早上6点多，核酸检测结果出来了，全部阴性，大家都高兴疯了，一个劲儿对我和侯老师说谢谢，说Thank you！

早上8点半，交接班的同志来了，卸下一身装备的我们早已面目全非！12小时没喝一口水，没进一粒米，没上一次厕所^④……

请原谅我们开工前的摆拍，因为忙起来了真的没精力拍，图像质量不好是因为手机装在袋子里。仙霞街道社区卫生服务中心的医生比我们志愿者更辛苦，掌声应该给他们！我很乐意做一个记录者……

①凌晨零点：3月19日是彭灿第一天到集中留验点上岗，也是令他难忘的一个夜班。在这里夜班从晚八点到早八点，早班从早八点到晚八点。志愿者夜班后可以休息两天，其中一天基本上在补觉；但医护人员则每天上班，很辛苦。第一个夜班的前5小时，彭灿在信息登记区维持秩序，后7个小时转战留置区，帮忙引导放行李、提供帮助等。因为来自或者经过重点国家的入境人员需要核酸检测，所以辟了专门区域，供他们简单休息，同时等待核酸检测结果。

②钱玮医生：钱医生来自仙霞街道社区卫生服务中心。在留验点的各个环节上都有来自服务中心的医

生在忙碌。

③标签：入境人员到达留验点后，工作人员会在同车旅客的护照、采样告知书上贴上相同颜色的贴纸；还有一张，则会贴在旅客的行李箱上。登记完的旅客可将自己的行李从消杀区拿出，放置在自己居住街镇的行李摆放区域内，离开时也方便寻找。

④12小时……：志愿者的防护服是有保证的，可以做到工作时间内更换一次，这样就能用餐、喝水和上厕所。但是因为夜晚人手较少，所以不少志愿者就会忍一忍、拖一拖。

3月22日 星期日

核酸检测点取暖三宝之首：油汀

油汀是什么？有很多小伙伴很好奇，趁今天我上的是白班，回来后尚有余力，给大家科普一下：

其实它就是一种油汀取暖器，是我们核酸检测点取暖三件宝之一！它是通过电加热导热油来起到取暖的作用，因为表面温度低一般不超过85℃，即使触及人体也不会造成灼伤，而且制热分布均匀，人体感觉比较舒适，且导热油无需更换！总之安全、舒适和方便的特点让油汀取暖器成为我们核酸检测点的取暖首选！

有小伙伴可能要问了，就不能开个空调吗？还真不行，因为我们要保持一个通风环境，防止交叉传染，所以门窗都是大开的！

但这种油汀也有缺点，那就是功率过大，电表容量小或电压低的地方无法使用，这也是为什么第一个夜班时我们的钟组长^⑤不得不抽身去处理频繁跳闸的原因了！

毕竟，同时开十多个油汀，不跳闸才怪呢……

⑤钟组长：彭灿所在留验点（采样点）第三组的组长。

3月23日 星期一

和小家伙的话题转移之战

小伙伴们，上海的疫情防控措施又升级了。3月22日疫情防控新闻发布会上透露出信息——上海将对来自非重点国家和地区的来沪人员进行100%核酸检测（原先只对24个重点国家和地区或者途经过这些地方

的来沪人员进行核酸检测)!

也就是说上海会更安全了。而我们“临时集中留验点”的任务将更多更重了!

其实从昨天下午开始,就陆陆续续有来自菲律宾和印度的旅客到我们检测点接受检测,当时我就想菲律宾和印度不在24国的名单内,怎么也要进行核酸检测呢?晚上看了新闻才明白过来。

说到菲律宾,昨晚一对菲律宾母子给我的印象深刻。因为小孩子要喝奶粉,而奶粉在行李箱里,所以由我带他们去前台拿行李!小家伙一路嚷着:“I want to go home.(我想回家。)”

我笑着说:“I am afraid you have to stay here for a night!(恐怕你不得不在这里过夜了!)”

“why?(为什么?)”

“Because of the coronavirus,all will have been observed for 6 to 8 hours.(因为新冠病毒,所有人将会被观察6到8小时。)”

小家伙好像还是有点不理解,为了缓解他焦虑的情绪我决定转移话题,“Do you like China?(你喜欢中国吗?)”

“No,I don't,I like Shanghai,my home is in Shanghai,I want to go home!(不,我不喜欢,我喜欢上海,我的家在上海,我想回家!)”

听到这些话,我和他妈妈一起哈哈大笑起来,显然这小家伙没搞清楚地理位置,但他却成功地阻止了我转移话题……

说到地理位置我要给大家普及一下。我们的检测点在临空一号公园,位于整个临空经济园区的最北边,靠近苏州河,是一座非常漂亮的音乐公园。整个检测点承担了机场分流来的所有目的地为长宁区的归国来沪人员的核酸检测任务!

有人说彭老师你辛苦了!其实最辛苦的是仙霞街道社区卫生服务中心的30位医护人员。他们排班比我们密集得多,每一个关键位置都有一位他们的人来扛大梁,我们这些志愿者(主要是公卫大楼机关事业单位的人)和一些工作人员主要任务是协助。我只是以一个志愿者的视角把这些已经发生或者正在发生的事情展

示给大家,所以这可能会是个系列,大家看就好了!

3月24日 星期二

新挑战! 100%核酸检测

如我所料,非重点国家来沪人员(原先机场直接放行的绿标人员)的核酸检测任务也落到我们检测点!

检测点立刻搭起了帐篷,新设立了绿标区,为了让绿标区和黄标区分开,绿标区被设在大门旁边的一个角落,我也被抽调过去做信息登记!

可能有小伙伴不太明白什么是绿标黄标和红标人员,在这里给大家科普一下。归国来沪人员在机场经过登临检疫、体温监测、流行病学调查和健康申明卡审核后分流为绿标旅客、黄标旅客和红标旅客。

绿标(护照会贴上一个绿色标签)无需隔离,核酸检测后立刻放行;

黄标需居家隔离或集中隔离,核酸检测结果如果为阴性,将被街道接回去居家隔离或者集中隔离;

红标旅客,立刻在机场隔离点隔离!

所以我们检测点此前接待的都是黄标人员,绿标人员在3月22日前都是机场直接放行的,也不用进行核酸检测!

既然现在绿标人员也要进行检测了,检测点的任务自然也就一下子重起来了!我们的绿标检测流程大家看看图就能明白了,这里就不再赘述了!

唯一要提到的是因为机场那边没有共享绿标人员的信息,信息登记过程成为整个“水桶”的短板,要不然整个流程可以压缩在10分钟以内!

昨晚是我人生的第二个夜班,感觉比第一个夜班好多了,就是夜里有点冷,即使身后有油汀支撑仍然瑟瑟发抖^⑥。当然昨晚最受冻的还不是我,是一位泰国小哥,穿着短裤露着大腿就敢下车做检测!那个抖啊!他同伴实在看不下去了,脱了上衣给他,兄弟情谊还是蛮深的!

⑥瑟瑟发抖:因为要保持通风,也要和黄标留验区域分开,所以绿标区域是临时搭建的帐篷,又正对着一个车库,夜晚特别冷。上海九三

(作者为九三学社长宁区委社员,长宁区卫生学校老师)

110年前,29岁的他曾经被征调赴湖北指导防疫

● 沈轶伦

颜福庆创办的“上医”的校歌，由黄炎培作词。数代学生都曾唱着这首歌走上从医之路：

“人生意义何在乎？为人群服务。服务价值何在乎？为人群灭除病苦。可喜！可喜！病日新兮医亦日进。可惧！可惧！医日新兮病亦日进……勛哉诸君！利何有？功何有？其有比亚东几千万人托命之场。”

1910年11月初，哈尔滨报告了第一例鼠疫病例，震惊世界的东北鼠疫开始为世人知晓。为阻止鼠疫沿着京汉铁路向南蔓延，1911年春，两湖总督向长沙雅礼医院紧急求助，请求征调一名医生到湖北指导防疫。

这位被征调的医生是上海人，时年29岁。他当机立断地在京汉铁路成立卫生服务部，给服务部每个成员注射鼠疫疫苗，同时组织发动起社会各界，包括使用防鼠警察、奖励民间捕鼠者、在京汉铁路沿线各主要车站设立监视员、在黄河以北各主要公路沿途城镇及黄河以南的手推车道和人力车道设立巡警……

经过他临危不惧的协调，华中

地区这场全民参与的防疫战完成了。湖北防疫公所奖励给这位医生一枚奖牌。

这位医生，就是湘雅医学专门学校（中南大学湘雅医学院前身）、湖南仁术医院（今湖南省人民医院前身）、国立第四中山大学医学院（1932年独立为国立上海医学院，简称上医。1952年更名为上海第一医学院。1985年更名为上海医科大学。今为复旦大学上海医学院）、上海中山医院、澄衷肺病疗养院（上海市肺科医院前身）的创办者，著名医学教育家、公共卫生学家、九三学社上海先贤颜福庆。

在辗转于两湖、北京、香港等地后，颜福庆于1942年回到上海。1943年到1950年间，颜福庆居住在上海武康路40弄4号。这是一幢建于1923年的砖木结构假三层英国乡村别墅式花园住宅。屋面覆盖红色机平瓦，南北皆设置高耸的老虎窗。建筑外墙为淡黄色水泥拉毛，窗边框以隅石形红砖贴面装饰。1945年，颜福庆的长孙颜志渊出生后，就在这里度过了童年。

福尔马林里的姐姐们

1943年3月21日，和颜福庆携手40年的夫人曹秀英在武康路家中突发中风，颜福庆虽然当即在房间里施救，但曹秀英还是在当天下午去世。而就在曹秀英去世前，颜福庆的次子颜士清因为罹患骨痹刚刚告别人世。

接连经历丧子、丧偶之痛的颜福庆悲伤之余，要求34岁的长子颜我清尽快成婚。经小女儿颜湘清牵线，这年冬天，颜我清与沪上著名留日牙医高长顺之女高舜华结婚。1944年，高舜华早产生下一对双胞胎女儿，但两个婴儿一出生就夭折了。行医多年的颜福庆此时做了一个特别的决定：请医学界同仁将这对小生命精心制成标本，安放在医学院解剖教研室里供师生们学习研究。至今，在复旦大学上海医学院的人体科学馆内，一进门，还能看到这一对已经成为标本的婴儿。

1945年初，再次怀孕的高舜华住院待产。一天晚上，颜福庆照例去医院看望儿媳。因为已经过了探望时间，新来的印度门卫不让他



进去。颜福庆只能回家。第二天再到医院探望时，颜福庆不但没有责备门卫，反而表扬他尽忠职守，并嘉奖一双皮鞋。

这年2月，高舜华又一次分娩，这一次又是早产，又是一对双胞胎。这回是两个男孩。老大一出生就夭折了，颜福庆请求妇科专家将老二送进人工暖箱。孩子终于活了下来。颜福庆用“志在颜渊”的意思，为来之不易的长孙取名“颜志渊”，希望他像孔子的弟子颜渊般正直有德。

“我决定不退休了”

1946年5月后，因战事而内迁的上海医学院分批从重庆回到上海，颜福庆在上医担任公共卫生学

的教学工作。1949年，在武康路的家里，一家人迎来上海解放。

此时的颜福庆，已经67岁了。他又一次燃起工作的热情。作为当时上海医事事业董事会的总干事，他将董事会的财产全部交给政府。1949年8月下旬，上海市军事管制委员会

批准成立上海医学院及其教学医院临时管理委员会，颜福庆为副主任委员。他说：“新中国的教育制度和医药卫生事业，已经从为达官显贵和富商巨贾服务转变成为人民大众服务了。看到医学教育有着极其远大的前途，给我很大的鼓励，加强了我的信心和决心。我不但决定不退休了，相反倒工作得更加勤奋了。”

在医学院内外，人们都尊称颜福庆为“颜老”。颜福庆还把正在美国纽约州立大学专攻国际政治的小儿子颜瑞清叫回国内，让他改行学医，到上海市防痨协会工作。

为上医拓展校园

早在1924年2月，在南京举

行的中华医学大会上，颜福庆就倡议在我国东部地区创建一流的中国医事中心。

20世纪二三十年代的上海，有市民300余万，而医院病床不足5000张，且多为外国人在租界设立的医院。颜福庆倡议创建上海医事中心，核心计划是创建一所医学院和一家设备齐全、规模宏大的医院，培养中国人自己的医生，让普通的中国人也能就诊。1935年，颜福庆出售洛氏基金会捐赠的法租界天文台路（今合肥路）135亩土地中的部分，在华界枫林桥换置100亩土地，用以建造医院和医学院。他的想法很简单：一家属于中国人的医院，应该完全建立在中国人的土地上。这里成为颜福庆理想中的“上海医事中心”的起点。

20世纪50年代初，不断增加的师生让原有的上医校园显得有些拥挤了。如今复旦大学上海医学院枫林路校区的中轴线东安路，在当时叫东庙桥路。东庙桥路以西，还是农田。1952年，颜福庆被华东卫生部任命为上医副院长，主管基建。他为拓展校园一直奔走，终于为上医争取到了东安路以西的土地，建成了六、七、八号三幢大楼。

1956年除夕，上医第二学生餐厅举办新年晚会，师生济济一堂。忽然，主持人宣布：新年老人来了。只见一个穿着红装，眉毛胡子都粘着棉花的老人走了过来，向师生致意，并发表了新年祝词。说完，他脱帽卸装，原来，他就是慈祥的



颜老。大家一下子欢呼起来。

晚年枕下的金铃子

颜福庆对饮食不挑剔，日常饭桌上就是四菜一汤。最常见的菜是芹菜牛肉丝、凤尾鱼、炒蛋等几样家常菜。除此之外，颜福庆喜欢吃叉烧（要广茂香的）、涮羊肉（带颜志渊去八仙桥吃），还喜欢吃火锅（在家吃，叫暖锅）。

他也喜欢旅游，80岁时还去崂山、雁荡山、庐山旅游。晚餐后和休息天，颜福庆会打开留声机，播放柴可夫斯基的《天鹅湖》、比才的《卡门》、美国电影《魂断蓝桥》插曲《友谊天长地久》等音乐，还常播放一首《船歌》，这是妻子曹秀英生前最喜欢的。

颜福庆家里先后养过一对虎皮鹦鹉、一缸热带鱼、一条黑背狼狗、一只烟灰色波斯猫。1949年后，武康路颜家还在花园里建造鸡舍

鸡棚，聘请专家指导，开起了“大生养鸡场”，一度小有名气。

有段时间，九三学社上海医科大学支社常常在颜福庆家里举行活动。议完正事后，往往会举行家庭舞会。有时男宾多于女宾，颜福庆就“惩罚”落单的男宾抱着沙发靠垫跳舞。他自己并不跳，只在边上欣赏。为了锻炼脑力，颜福庆会在外地度假消遣时打桥牌。上医教授沈克非、李家耿（原麻风病医院院长）都是他的牌友。渐渐长大的颜志渊也加入了大人的牌局。

颜志渊的印象里，这个日常在家穿旧长衫的爷爷特别宠爱他，从来没有骂过孩子一句。但孩子们看到他，总是会有天然的害怕。老人有一种不怒而威的气场。

但老人在夜里是寂寞的。颜福庆最喜欢的是金铃子和蝈蝈。在他的枕头下，一直有一只装有金铃子的牛角小盒。老伴去世早，夜里

的虫鸣声陪伴颜福庆进入梦乡。

1950年后，颜福庆搬到枫林路女儿家，和上医更近了。家里的客厅就成了颜福庆的会客厅。有时家人正在与客厅相邻的餐厅吃饭，客人来了，就把客厅和餐厅中间的帘子拉起来。

一次，外国客人来找颜福庆，家人照例又拉起帘子，在帘子后吃饭。可巧这天桌上有螺蛳，众人用餐时发出“嘍嘍”的声音。外国客人不明所以，临走时实在忍不住，对颜福庆说：“你们家里人亲嘴，怎么这么长时间？”

1970年，颜福庆离开了女儿家，住到了与上医一墙之隔的肇嘉浜路687弄16号小儿子家中。11月29日早晨，隔开上医和颜福庆住所的围墙忽然坍塌了一部分，大家都去看热闹。这时，保姆过来告诉人们，老人神色不对。这天中午，颜福庆去世了。临终之前，颜福庆希望自己能把遗体捐献给上医师生用于医学解剖。

在如今的复旦大学上海医学院，离开老人最后的住所不远，一尊高大的颜福庆全身雕像坐落在一片开阔的草坪上。雕像面对的东西向道路，被命名为“福庆路”，路的另一边，正是校史陈列馆。在馆内，电子屏幕循环播放着上医院歌。

在献身医学60年的颜福庆的注视下，几代学生唱着这首歌，走上从医之路。上海九三

（作者为《解放日报》记者）

听谢丽娟回忆 32 年前的上海甲肝大爆发

● 谢丽娟(口述) 张路亚 丁元元(整理)

当时政府的信息透明度还无法做到位，这是一个回避不了的话题。

1988年初，上海的甲肝大爆发震惊全国。那年3月召开的全国两会上，来自上海的人大代表、政协委员在北京“享受”了点特殊待遇：食宿都和其他地区的代表委员分开，近乎“隔离”。

一些同志感到自己受到了很多限制，被视为不受欢迎者，情绪比较大，回到上海后就责怪卫生部门怎么不把关，任由甲肝爆发。

当时我作为分管卫生工作的上海市副市长，不少人大代表、政协委员把矛头指向了我，甚至一些老同志也发了话：谢丽娟是不是应该做个检讨或者引咎辞职？

这时我担任上海市副市长才两年多，确实感到了很大的压力，但我当时根本没有想过“引咎辞职”这回事儿。我要给那么多的病人安排病房，做事情还来不及，根本没有时间去想其他的。

早有预感

对于1988年1月开始的上海“肝炎大爆发”，我其实早就有预感。

在1982年和1983年，上海也曾经有过一次规模较小的疾病爆发，致病源就是江苏启东的毛蚶。启东的毛蚶多含甲肝病毒，但是江苏省的商业部门说，当地的毛蚶储存量很大，不用起来很可惜。而当地毛蚶主要就是销往上海。其实启东得甲肝的人也多，但是得多了之后，他们大多有抗体了。

卫生部门认为疾病爆发和毛蚶有关，商务部门则希望对方提出充分的证据。但当时没有对毛蚶进行检测。



这次甲肝爆发后，上海出台了规定，禁止销售启东来的毛蚶，但还是不能完全抵挡住来势汹汹的毛蚶。原因在于，当时荤性食品比较贵，而毛蚶只要六毛钱到八毛钱一斤，是很受市民欢迎的美食，不忍舍弃。

那时我还在上海市卢湾区中心医院做医生，身在一線对于情况有着直观的了解。1984年，我由卢湾区中心医院副院长升任卢湾区副区长，一年之后又出任了上海市人民政府副市长。

1987年12月中旬，时任上海市卫生局局长王道民告诉我，他们接到报告，最近很多医院都收治了不少腹泻的病人，请我一起去看看。我们到了医院看到，确实腹泻病人大增，经过询问之后发现，这些病人特殊的饮食史就是吃了毛蚶。

根据流行病学调查，可以判断腹泻病人的骤增与毛蚶有关。腹泻病人的粪便里检测出了痢疾杆菌，毛蚶之中也检测到了——它们所在的河道受到了粪便的污染。痢疾的潜伏时间很短，少则几个小时，多则两天，就开始发病。

看到大量腹泻病人，我和王道民局长已经意识到，如果这些痢疾都是由毛蚶引起的，那甲肝很可能再次

爆发。

禁售毛蚶

面对极有可能到来的肝炎爆发,如何未雨绸缪?我立即和另一位分管财贸的副市长通了电话,提出准备禁止毛蚶销售,对方当即表示同意。于是,上海市政府迅速出台了紧急规定,禁止运输、销售毛蚶,已进入菜场的统统作为污染物填埋,有些则直接被倒进垃圾箱。

当时官方宣布的禁销理由是食用毛蚶会引发腹泻,还没有提到会传染甲肝。一些市民对问题的严重程度不了解,也对禁售的举措不甚理解。有人依然在偷偷贩卖毛蚶,甚至还有人到垃圾箱里捡拾被倾倒的毛蚶,带回家吃。但大部分市民还是遵守政府的相关规定的。

同时,还有一项更隐秘的举措在悄然执行——腾出床位准备接收甲肝病人。当时上海所有医院的床位加在一起只有 5.5 万张,肯定不够。为了把床位腾出来,医院被要求,能不收的病人就不收了,可以出院的病人就请他们出院。我们还制订了报告制度,要求医院对于甲肝病人的出现进行传染病报告。

1987 年 12 月中旬起,甲肝病例陆续上报。甲肝的潜伏期是 2 至 6 个星期,平均是一个月。1988 年 1 月之后,病人开始集中出现。

最初每天发现的甲肝病人有两三百,再往后数量越来越大,每天都是上千人,其症状无外乎发热、乏力、胃口不好、腹痛、呕吐,约 70% 的甲肝病人都有黄疸。

当时大部分人不清楚甲肝的传染途径,人们陷入了恐慌,有的走路都不敢扶楼梯扶手。

甲肝病毒的主要传播渠道是粪便等排泄物。甲肝患者的粪便如果处理得不好,其他人用餐前手没有洗干净、沾了厕所的门把等,都有可能“病从口入”。所以很重要的就是粪便的处理,此外就是强调餐前洗手,提倡餐桌上分食,那时候大家吃饭都用公筷了。

但问题在于,当时上海居住条件非常紧张,人均居住面积只有几平方米,很难在患者家中对病人进行有效的隔离。

一个办法就是尽可能把病人收住入院,实在收不

进的病人,由防疫站到其家中进行消毒。聪明的上海市民也会想点子,比如在公用自来水龙头上绑一根木条,开关水龙头时不用手,而是用胳膊肘去推。

争取床位

到了发病高峰的 1988 年 1 月 18 日、19 日两天,上海每天新增病例竟然高达 1.8 万人。

病人和家属拥进医院,排队办入院手续,后来干脆不排队了,看到有空床位就直接抢,以致于一些医院不得不请警察来维持秩序。

对于每天动辄上万的病人来说,全市仅有的 5.5 万张床位实在是杯水车薪,只能开设“临时医院”。作为分管卫生的副市长,当时我最大的压力就是尽一切努力让病人能够得到隔离和治疗。

为此,我和卫生系统的相关负责人只能四处去做动员工作。比如有些国有企业有几千名甚至上万名员工,这其中可能会有几十人、上百人患上甲肝,那就要请他们腾出一些库房,作为临时收治病人的场所。我们要求街道也想办法把一些空余的空间利用起来,一些小旅馆干脆关门作为临时医院。还有一些刚造好还没有分配的居民住宅、放假中的学校的教室和宿舍都被动员起来,作为临时病房。同时,我们明确要求,这些征用的场所,尤其是学校,使用后必须经过严格消毒。

我清楚记得,当时自己做得最多的工作就是走访基层,了解发病的情况,然后向各区的区长们提要求,要开出多少床位,必须让绝大部分病人都能住院。但各个区也有自己的实际困难,有时候也难免遇到一些障碍。

于是,时任上海市市长的江泽民同志召开了一次党政干部动员大会,明确提出要“打一场扫除甲肝的人民战争”。开完这个会后,大家统一了思想。

如果说有什么比在这么短的时间里增加数万张床位更大的难题,那就是医护人员的短缺。但医护人员不可能在短时间内快速得到增加,所以不得不夜以继日地工作来应对病魔。

有一次,一位病人向前去走访的我大声抱怨说:“我从早上发烧进来到现在,一口水都没有喝上。你们

就忙到这种地步啊？”事实上，医护人员的确是忙到没有时间去给所有病人倒水，更不用说自己去喝一口水。回想到这些，我至今仍然会觉得鼻子发酸。

有些街道也动员了一些非专业人员来帮忙。医生都知道，只要做好防护措施，事后把手洗干净，是不会被传染的，但是非专业人士不太了解这些，就会很紧张。

面对质疑

那段时间，我始终和时任上海市市长江泽民保持直线联系，汇报每天的甲肝病情。那时朱镕基刚刚调到上海担任市委副书记，并被提名为下一任市长，他每天一早只要碰到我就问：“谢丽娟，今天的甲肝病人是多少？”

有一次，我向他报告了一个数字，他问：“你说的这个数字准确吗？我怎么好像听说不是这么回事儿？”我表示再去核对一下。第二天我汇报说自己做了核实，昨天报的数字是正确的，以后朱镕基就没有再表示怀疑。

那段时间里我晚上很难好好睡觉，幸好躺下去能睡得着。因为休息时间实在太少，开始出现耳鸣甚至重听。在一次开会，我突然发现自己听不清楚发言者的话，只能请对方说话声音尽量大一点。配合我工作的市政府副秘书长说：“你实在太辛苦了，出现了听力迟钝。”

不仅是我，当时整个医疗系统都承受着巨大的压力。我的一位大学女同学当时正担任南市区卫生局长，她给我打电话，说病人数量很大，不得了啊，说着说着，喉咙越来越嘶哑，最后连声音都发不出来了……这些我现在还记忆犹新。

对我个人，老百姓倒没多说什么，也没有太多的责难。他们就是希望能尽快解决病房问题，让患者早点接受治疗，不要再传染给别人。

在上海市人代会期间，我参加了一次讨论会。我会进行了说明。

我说我们都应该吸取经验教训，不管是自己的还是别人的。如果我不是在1982年、1983年遇到过这样的事情，也不会把预防工作做在前头。这次我们在毛蚶身上检测到了甲肝病毒，拿到了直接的证据；及时禁止

销售毛蚶，又请环卫部门清理毛蚶，把几乎不可能开出来的病房都开出来了，虽然不能说善尽善美，但我们已经尽了最大的努力，是尽职尽责的。

听了我的说明，了解了那些起初并不完全清楚的情况，人大代表们点头表示理解了。

江泽民也表达了“力挺”的态度。他对我说：“如果说追究责任，追究我的责任，我有领导责任。”他还亲自到市政协作解释，说明我和整个医疗卫生系统是在如何努力工作着。

终于，“追责”的声音渐渐低了下来。

“心灵药汤”

经历过那场肝炎大爆发的人，都知道一种据说可以防治甲肝的“神器”——板蓝根。

其实一般情况下甲肝病人是会自愈的。西药里也没有治疗它的特效药，治疗过程中也不过是吃一片维生素B、两片维生素C。有时候病人实在恶心呕吐得厉害，为了防止脱水，就输一点液。虽然板蓝根未必多么有效，但因为有了“吃中药板蓝根可以防治甲肝”的传言，一时间，全国各地的板蓝根几乎都向上海运输。尽管价格不断上涨，依然供不应求。

上海的卫生部门还自己“发明”并制作了“大锅药”——用几味中医里清热解毒的药，如黄连、大黄、甘草等，放在大锅里煎制成汤药，每天送到病房给病人喝一碗。

甲肝的传染期是在发病后一个星期到十天，病人住院治疗十天到两个星期后就可以回家，后阶段主要靠休息和保养。两到四个月，病人就可以完全康复，所以甲肝不吃药也会好。但这样的医学常识那时候并没有太普及，而且病人和家属们即使知道了也不太会相信的。

给病人服的“大锅药”其实是一种“心灵药汤”，这是一种心理暗示，病人会感受到自己正在接受治疗，心理上得到了安慰。不过，按照中医的理论，吃清热解毒的药对治疗甲肝有一定的好处，所以这药还是有助于病人的康复的。

作为一名专业的医务工作者，我清楚知道，甲肝这种疾病虽然死亡率不高，但一定会有病患死亡，死亡率

通常是0.1%。比如一个慢性肝炎、乙型肝炎病人,本身已有肝硬化,又碰上了甲肝,那肯定凶多吉少。我的职责就是努力杜绝“不应有的死亡率”。

经过各方面的不懈努力,甲肝疫情在一个月之后终于得到了有效控制。过了1988年2月20日的最高峰,发病人数马上就下来了,到了2月下旬已经降到了和日常差不多的发病率。由于全市消毒、隔离工作做得好,没有出现第二波疫情。对于这样一个周期,我们是有预判的:只要把传染源、粪便的问题解决了,注意饭前便后洗手,我们预计一个半月左右的时间就可以解决甲肝爆发的问题。

上海食用毛蚶计有230万,患病者35万,最后有28个死亡病例,最终死亡率是万分之八,按照国际标准来说是非常非常低的。我们国家卫生部的领导和专家后来参加了一次国际防治甲型肝炎的研讨交流会,与会的外国专家认为,我们的应对经验是非常宝贵的。

2月17日是春节。这一年,邓小平又一次来到上海过春节。那几年他都是到上海来过春节的,当时市里也做了考虑,劝老人家是不是今年就不来了,最后小平同志表态还是要来。

小平同志来过春节,当时影响蛮大的。市里要求,为他提供的餐饮要特别注意。此外,他每年到上海都会参加一些群众性的活动,看完演出之后会和演员握手,那这一次握手就免了,这个老人家也同意了。但是他的到来起到了稳定人心的作用,告诉人们,上海不是一座“瘟城”。

回避不了的话题

早在1983年,国家和上海市层面都曾出台过相关条例和规定,但当时还没有形成合力来禁止毛蚶销售、防治疫情。1988年甲肝爆发期间,我们制定了食品卫生联席会议制度,让各个部门都尽好自己的责任。因为这不是卫生部门一家的事情——其实卫生系统不是肇事者,而是救火队。这个联席机制一直延续至今。如果我们能再早一点建立这个机制,大家统一认识,恐怕也不会有这么多的毛蚶进来。

经历过那次甲肝大爆发,上海市民在饮食习惯上

也吸取了教训。山东人也吃毛蚶,但他们是捣碎了包在饺子里。由于甲肝病毒在摄氏100度的水中待5分钟就无法存活,所以山东的甲肝发病率就很低。而上海人习惯用开水对毛蚶简单地泡烫一下就鲜血淋淋地吃。这看起来很新鲜,而且味道好,但其实是一种非常不好的饮食习惯。

中国人吃饭不习惯用公筷,不采用分餐制,这也是一种不良卫生习惯。现在很多人知道幽门螺旋杆菌,它可能引起胃炎、溃疡甚至胃癌。螺旋杆菌从哪里来?其实也是病从口入,相互传染。不能老是靠吃药解决,我们还是要以预防为主,从改变不良卫生习惯做起。

回顾上海三十多年前那场甲肝大爆发,还有一个回避不了的话题——保守的观念。

当时由于各种原因,政府的信息透明度还无法做到位。虽然1987年12月有关方面已经预计到了甲肝可能会大规模爆发,但却没能广泛宣传其预防措施,而是被要求“保密”。

要求保密的原因是多方面的。首先是因为上海人在外面感觉受到了歧视,到了外地都垂头丧气,甚至有的旅馆竟然真的不收住上海来的人。其次,当时的人脑子里还有一种“家丑不可外扬”的传统观念,传染病更是特别要保密。还因为,改革开放之初经济建设备受重视,大家担心一个地方有了传染病,人家都不来跟你做生意了,外贸出口的货物人家也不要了。

因为有这样的顾虑,导致卫生系统连具体情况都不能写出来。虽然很多情况事先都预计到了,但是一些群众性预防的积极措施还是受到了影响,不能执行得很到位。

而当15年后的2003年,“非典”爆发,国人再一次面对一场来势汹汹的流行性疾病,就采取了公开透明得多的态度,靠着全社会的合力,有效遏制了疾病的发展,最终战胜了疾病。这就是时代的进步。

这样的进步步伐是不应该停歇的,这也是我们回顾当年那场甲肝大爆发的现实意义所在。■上海九三

(作者为上海电视台纪实频道编辑,根据2012年12月上海电视台纪实频道播出的《往事——谢丽娟:我与甲肝大流行》整理)

这段时间,没有“岁月静好”,也要有滋有味

新冠肺炎疫情防控已成为一场持久战。习近平总书记强调,“加强群众心理疏导和干预”。对民众而言,在疫情持续的过程中,如何正确认识、科学应对,为心灵撑起“安全伞”?

九三学社市委教育专门委员会副主任、市政协委员、上海市教育科学研究院院长、华东师范大学心理学教授桑标提出,要做好三个方面的工作:正确理解、坦然面对、科学处置。

怎样正确理解疫情所带来的心理影响?

答:疫情给民众带来的心理影响主要是:首先是应激,其次是焦虑,再就是孤独。

应激。当个体面临紧张性刺激物(如令人感到可怕的动物、病毒传染等)时,会引起一些非特异性反应,这就是应激。从生理上看,应激反应表现为交感神经兴奋、激素分泌增多、血压上升、心率加快和呼吸加速等;从心理上看,应激反应包括情绪反应与自我防御反应(逃避)等。天灾人祸,都会导致民众的应激反应。当然,应激反应不仅仅由刺激物引起,还与个体对应

激源的认识、个体处理应激事件的经验等有关。

焦虑。个人对即将来临的、可能会造成的危险或威胁所产生的紧张、不安、忧虑、烦恼

等不愉快的复杂情绪状态,就是焦虑。疫情发生后,初期以应激为主,后续逐渐过渡到以焦虑为主。因新冠肺炎患者的临床表现以发热、乏力、干咳为主,多种信息表明病毒传染性强,这加剧了民众的恐慌和焦虑。大家觉得病毒似乎无处不在,无孔不入,一旦身体有类似症状,就怀疑、担心肺炎降临到了自己身上。例如,喉咙有点不舒服,就有意识开始干咳,反复测量体温,非常害怕自己体温升高。控制感和安全感降低,焦虑渐增。

孤独。走亲访友是节假日的传统,热情好客是民族的特征。在人们毫无防备之际,新冠肺炎疫情已来势汹汹,冲淡了春节的节日氛围、隔离了人与人之间的交往,使



本就计划在春节期间热闹一番的民众顿感心理失落,加之严格要求居家不外出,导致不少人出现无伴、无聊、孤独感。也有个体会伴随躯体化症状,例如感到无力、疲乏、无食欲、胸闷等。

怎样才能做到坦然面对疫情所带来的心理影响?

答:首先,降低消极应激反应。应激引起的心理反应可分两类:一种是积极的心理反应,如适度的皮层唤醒水平和情绪唤起、注意力集中、积极的思维和动机的调整。另一种是消极的心理反应,如过度唤醒与紧张、过分的情绪唤起(激动)或低落(抑郁)、认知能力降低等。积极反应有利于机体对传入信息的正确认知评价、应对策略的抉择和应对

能力的发挥;消极反应则相反,往往使个体感到大难临头、手足无措等。一般来说,每个人在经历重大负性事件后都会有应激,重要的是要正确对待,降低消极心理反应。

其次,缓解日常焦虑情绪。新冠肺炎疫情信息过载会加重个体的恐慌和焦虑,不仅如此,有些虚假信息更增加了心理不安。民众应关注必要的权威发布,不要把过多的精力用于去过多了解疾病方面的信息。此外,把注意力集中在自己可控的事情上,把每一天过好,是我们自己可以做到和掌控的。日常生活中“该追星的追星、该追剧的追剧”,这样有助于缓解焦虑的情绪。多做正向思考,对一些中性事件、负性事件赋予积极的价值。如,出行受限导致生活上的诸多不便,但增加了家庭成员沟通和交流的机会;被要求隔离观察,比患病住院要好吧?

另外,要善于感受与品味孤独。“孤独是一个人的狂欢”。群体活动受限,有助于个体沉浸于自己想做的事,如阅读名著、练习书画等;也有助于个体反思自我,更多地思考人—人、人—自然、人—社会之间的关系。此外,哲学家周国平说:“世上有味之事,包括诗,酒,哲学,爱情,往往无用。吟无用之诗,醉无用之酒,读无用之书,钟无用之情,终于成一无用之人,却因此活得有滋有味。”个体行动受限之时,便也是学习与品味“无用之用”的良机。

科学处置疫情所带来的心理影响,有哪些途径?

答:疫情期间,没有“岁月静好”,人人不可能置身于外,心理建设极为重要。

第一,保持生活规律。尽可能不要打破日常生活时刻表。根据时间管理的“帕瑞托原则”,可以依据事情紧急、重要与否设定时间安排的优先顺序,如将事情划分为重要且紧急、重要但较不紧急、较不重要但紧急和不重要且并不紧急的例行工作等四大类,每天或每个时间单元重点完成重要且紧急的事。生活规律了,心情自然会放松。尽量避免外出,确实需要外出,也要有科学的认知(防护知识)与行为,如按规范要求戴口罩、勤洗手、不聚会等。

第二,居家健身锻炼。家里一块小小的地方,就可以进行平板支撑、拉伸、俯卧撑、哑铃、瑜伽等健身锻炼。不要小看体育锻炼的作用,锻炼不仅仅有助于增强体质,还有助于提高免疫力。免疫力是抵抗病毒的最强武器,更重要的是还能促进心理健康。运动促使大脑多巴胺释放,从而使人产生轻松、愉悦的心理体验,这对调节情绪、促进心理健康有非常积极的意义。

第三,合理宣泄情绪。人脑带有“负面偏见”,这是随进化而来的自然现象,更容易受负面信息的影响。负面事件和思想对我们记忆与心理状态的影响比正面事件更大。疫情阶段,出现恐慌、焦虑、愤怒情

绪,或者感到沮丧、孤独,固然是不可避免的,因而适当的情绪宣泄很有必要。比如,尝试肌肉放松训练:握紧拳头—松开—再握紧,不停循环,直至肌肉有明显放松;还有其他方法,如呼吸放松训练、给亲朋好友打电话倾诉、唱歌跳舞等,释放压力和负面情绪。还可以主动提升正面思维和积极情绪,选择一些积极的、肯定式的、富有激励性的语言,并反复强化、鼓励自己,如“我今天精力比平时更充沛”“我今天一定能完成这个目标”等。

第四,理性筛选信息。我们身处信息爆炸时代,可以说,未来的文盲,并非是不识字的人,而是不会分辨、提取有价值信息的人。但由于疫情信息不断轰炸,不仅使举国上下都处在焦虑与不安之中,也大大降低了民众的思考力与判断力。我们能做的,是确保有正确信息来源、不被信息所淹没、不受虚假信息的蒙蔽、能从信息中得出有价值的结论。合理、正确的信息获取,有助于形成正确的认知,从而保持理性的行为。

第五,寻求专业咨询。如确因疫情或隔离造成认知、情绪、行为等方面引起明显心理问题的,就要寻求专业机构和专业人员的帮助。目前上海各大中小学校的心理咨询中心、各区的精神卫生中心、市精神卫生中心等机构,可以为民众提供全方位的心理咨询服务。■上海九三

(摘自《联合时报》)

换季时节,感冒、流感和新冠,怎么区分?

普通感冒、流感与新冠病毒感染的症状有何区别?不同场合是否应戴不同口罩?一个口罩一般能戴多长时间?如果要去发热门诊,应做好哪些防护工作?

九三学社上海交通大学医学院委员会副主委,社市委医疗卫生专门委员会副主任、瑞金医院感染科主任谢青教授为我们答疑解惑。

提问:这次疫情恰逢冬春交替时节,流感、感冒也较多,流感、普通感冒与新冠病毒感染的症状有何区别?

回答:冬春季本就是普通感冒和流感高发季,以呼吸道症状为主的疾病非常多,今年新冠肺炎也正好在全国流行,所以大家都非常担心,是不是发烧了、感冒了,就是得了新冠肺炎?我们可以先初步评估一下自己的情况。

普通感冒不止冬春季节,一年四季都有,症状以咳嗽、流鼻涕、鼻塞、喉咙发痒为主,绝大多数病人不发烧,偶有发烧也只是一两天,时间较短。感冒是能够自愈的,多休息、多喝水,或者吃一点VC泡腾片,体温就降下来了,这是自限性的普通感冒,不用药,三五天就可以自然好,不用太担心。

流感有轻有重,首发症状和普通感冒类似,另有一些其他表现,比如发烧、咳嗽甚至咳痰,流感性的肺炎可能有气急胸闷的情况。较重的病人会全身关节酸痛,就像被别人打了一样,人乏力、没胃口。发烧时体温会超过39度,相对较高,且持续时间较长。如果出现了长时间的高体温或者上述的全身症状,就说明流感比较重,需要到医院就诊。

新冠如何自行初步鉴别?虽然新冠也有乏力、肌肉酸痛等全身症状,但它的特点是干咳、痰很少,另外还有一个特点是胸闷,有时候气喘不过来。最重要的是,新冠病人一开始都有武汉等的接触史,比如到过武汉、接触过武汉人,甚至出差经过武汉等等,类似的流行病学史是非常重要的。我们排查时除了症状外,一定还要注意流行病学史。

提问:如果要去医院看发热门诊的话,在个人防护上需要做哪些工作?

回答:去看发热门诊,首先建议戴上口罩,保护自己的同时,也保护别人。无论是流感还是新冠肺炎,都是通过呼吸道传播的,也就是通过咳嗽、咳痰、讲话时候产生的飞沫传播,戴口罩就可以切断它的传播途径。

提问:什么样的口罩才能起到防护作用?不同场合是否应该戴不同的口罩?

回答:任何时候都戴口罩没有必要,分人群、分不同的场合,戴合适的口罩非常关键。

在户外,比如人员密度不大的马路、广场上,戴一般的口罩完全可以;在家里,通风较好、人口密度也不是高,完全可以不戴口罩;如果到了人口比较密集的地方,或者接触、护理普通病人(非新冠肺炎),戴一般的医用口罩也完全可以。

要提醒的是,复工后人流也慢慢增多,上下班在地铁、公交车这样相对密闭的空间里,可以戴医用口罩。

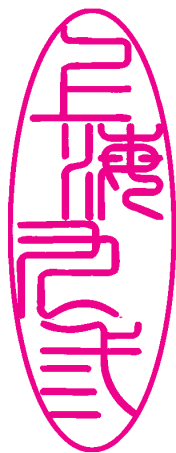
戴口罩的方法有讲究,方法不对起不到防护作用。比如有些人会把口罩戴到鼻子下面,这是错误的;正确的方法要戴到眼下,口罩上沿有一个金属条,要在鼻梁上稍微压一下。口罩正反面不能搞错,一般的口罩都是外面颜色深,里面是颜色浅。如果是医用口罩,基本外面是淡蓝色,里面是白色。

提问:对于口罩的使用来讲,一个口罩一般能戴多长时间?

回答:一般来说要看口罩使用的频率高不高,还有戴口罩的时间长短。

如果你一直戴着口罩,那么4小时就基本需要更换了。但如果是出去买个菜或者倒个垃圾,只有10分钟的时间,也不接触任何的高危人群,就不一定需要换,用了后挂在通风的地方,就可以重复使用。当然口罩是专人专用,不能混合用。■上海九三

(上海交通大学医学院附属瑞金医院)



SHANG HAI JIU SAN

网址：www.sh93.gov.cn
宣传部邮箱：xchb93@163.com

