

抗疫进行时

在这里,他们重拾信心

心情树洞

“只要有烦恼,就来看一看我吧!让我将你的烦恼都吃进肚子里!”近日,在上海临港方舱医院里,浙江省医疗队五队设置了一个“心情树洞”箱,引起了患者的兴趣。

“不少患者在方舱这种密闭的环境里,会出现一些心理上的困扰和烦恼。”五队队员、温州医科大学附属第一医院胡伟珍主治医师在日常巡房中发现,一个小姑娘拿着剪刀在被子中扎孔。经过交流,小姑娘告诉胡伟珍,她患有抑郁症,经常会情绪低落。征得小姑娘同意后,医疗队领队、温医大附一院副院长吴高俊联系了该院精神卫生科专家杨闻,为小姑娘提供线上心理疏导。杨闻耐心倾听和沟通后,逐渐取得了她的信任。小姑娘也慢慢地开始吐露自己的内心,敢于表达自己的情绪了。

吴高俊和随队心理医生、舟山市第二人民医院心理科心理治疗师孙舰洲商议后,决定为患者准备一个“心情树洞”箱,接受他们的倾诉,医疗队根据需要安排心理医生为患者疏导开通。

孙舰洲介绍,“心情树洞”是心理学上的一种心理疗法,当心中感受到“一丝委屈”,无人或无法找到信任对象可以倾诉的时候,对着“树洞”陈述你想说的话,是一种调试心灵的好办法。

在“心情树洞”设立的当天,孙舰洲在黑板上写道:“它可以承载你的烦恼、你的困惑,你可以将你的秘密告诉它……在这里,你可以碎碎念你的喜怒哀乐、你的故事、你想说的话,只需要写一封信(画画也行哦)投入信箱,把心思交给我。”孙舰洲介绍,患者可以不署名,以写信的方式往信箱内投递自己的烦恼或憧憬未来的生活;如果需要给予心理支持和疏导,也可以在信上留下自己的床号,医疗队就会安排心理医生前去与其沟通。

“心情树洞”设立后,很快就收到了不少信件。有希望自己早日康复出舱的,也有人在信中表达了对医护人员的感谢,还有十几名患者则是遇到了心理上的困扰。一名在方舱中接受治疗的患者在信中说,因为疫情,他的工作和情感都遇到了难题,感到非常焦虑和难过,认为生活完全偏离了自己的计划。接到这封信后,孙舰洲第一时间回信,给予患者心理安慰和鼓励。经过专业的心理疏导,这名患者慢慢重拾信心,并利用这段“空闲”为未来做准备。

微笑“大白”

近日,在上海世博方舱医院H11舱区,即将出舱的8岁双胞胎姐妹——大宝和小宝来到护士站,给福建援沪医疗队队员、南平市第一医院呼吸内科医生康伟芳和同事们送上自己制作的黏土模型。

“你看,这个‘大白’人偶的眼

帮助

4月23日晚,在上海世博方舱医院,医护人员帮助感染者黄阿婆登记相关信息。

新华社记者 金立旺摄



睛笑起来眯成了一条缝,手里还捧着爱心。”大宝指了指康伟芳的护目镜说,“叔叔的眼镜(护目镜)里有时会有白白的雾气,肯定不舒服吧,我们捏的微笑‘大白’不用戴眼镜。”

孩子的贴心话语,让队员们很感动。康伟芳告诉记者,他的孩子平时在家也爱用黏土捏花朵、小动物等,做好后会送给喜欢的人。下班后,他要把这个“大白”人偶的照片发给家里的孩子。“就像心里最柔软的那个位置,被触动了一下。”他说。

“母亲和孩子们住在相邻床位,方便照顾。这对双胞胎姐妹挺乖的,独立性也很强,每次查房或者路过,大多看到她们在安静地画画、读书、做手工。”康伟芳介绍,当天上午10时许,他与队友一起,推着行李车、陪宝妈、大宝小宝一起出舱。到方舱门口,接送车辆已在舱外等候。

告别孩子们,队员们表示,虽然相处的时间很短暂,但每次送舱友们出院,心里都多了一份牵挂和祝福。

临时党支部

“我是患者,更是党员!”4月10日10时,上海浦东新区新国际博览中心方舱医院W3舱内,由武汉大学人民医院(湖北省人民医院)援沪医疗队队员领誓,15名具有党员身份的舱内隔离人员发出铿锵有力的誓言。

当日,在武汉大学人民医院援沪医疗队党支部的组织下,由舱内15名隔离人员中的中共党员组成的新国际博览中心W3舱临时党支部正式成立。经推选,病友临时党支部书记产生了1名临时党支部书记、4位党小组成员。

武汉大学人民医院援沪医疗队临时党支部书记、领队沈波介绍,自4月6日进驻W3区后,他们在日常管理中发现,舱内人员有1300余人,大家的需求多种多样,医护人员管理起来难度较大。同时,他们在摸底隔离人

员情况时也发现,很多具有党员身份的隔离人员主动表示愿意承担一些力所能及的工作。

基于这些原因,武汉大学人民医院援沪医疗队萌生了在W3舱内成立病友党支部的想法,希望患者中的党员发挥积极作用,协助医护人员进行一些隔离人员管理、秩序维持、卫生清洁等方面的工作。

据悉,这正是借鉴了2020年武汉战“疫”期间的“红色方舱”经验。当时武昌方舱医院成立临时党委,共吸纳420名党员。舱内各级党组织发挥战斗堡垒作用,确保了武昌方舱医院有序、规范、高效运转。

光明身份

“半个多月来,看到身边的党员不计得失,我感受到了共产党员的骄傲和担当……”4月15日,在吉林长春工方舱医院,四川省简阳市人民医院内分泌科副主任吴锡向医院支援吉林医疗队临时党支部递交了入党申请书。

4月1日,医院按照上级要求,组建了一支12人的医疗队支援吉林,其中11人是共产党员,于是医院党委成立了援吉林医疗队临时党支部。

因为防护服上不能佩戴党徽,临时党支部按照医院党委要求,让所有党员在工作时把“身份”写在防护服上,做到“光明身份在一线”。患者最需要的地方党员先到,防疫最困难的时候党员先上,攻坚最险重的担子党员先挑。

方舱里的小朋友,看到护士聂姜防护服上的“党员”二字,便围着她“党员阿姨”喊个不停。她把长春市分发给自己的巧克力、水果等生活物资分发了给孩子们,有空的时候与孩子们一起画画、玩耍,孩子们与她格外亲近。

身边的党员处处冲在前,吴锡也受到了影响。一位79岁的大爷独自

住在方舱,晕倒在厕所里,浑身是粪便。接到电话后,吴锡迅速赶到现场,确认生命体征平稳后,作为医生他可以将后面的事交给护理人员,但是他没有离开,而是和护士一起为大爷清洁身体。

疫情发生以来,简阳市人民医院先后有350余名共产党员主动请战。

方舱日报

“今天的‘北湖方舱日报’来了,昨天大家关心的内容解答都在上面,一会儿再给大家发电子版……”在吉林省长春市北湖方舱医院内,6区“区长”张天(化名)正在他负责的片区分发“方舱日报”,让病友们传阅。

这份每日发行的“方舱日报”出自西安交通大学第一附属医院医护人员之手。据西安交大一附院院长助理、援吉林医疗队领队韩建峰介绍,自接管方舱医院以来,有数百名患者进院,医护人员有时候不能及时为患者答疑解惑。

面对这一难题,医疗队将410张床位分为10个区域,每个区域选一名“区长”来解决日常患者的需求问题,没办法逐一解答的,就通过“办报”来广而告之。

说干就干。西安交大一附院医疗队副队长、护理部主任辛霞介绍,团队人员将前两天的问题进行了梳理。次日,第一份“北湖方舱日报”问世。

谈到“方舱日报”的内容,西安交大一附院医疗队副队长、医疗组组长姚煜教授介绍,“方舱日报”共有3个版块,第一版块是解答前两日患者较为关心的热点问题,第二版块是感谢每天默默付出的志愿者,第三版块是关于医疗区建设、患者健康的提示以及热点新闻等。

据介绍,“方舱日报”每天打印出来后大家互相传阅,医护人员都会将电子版发送至会使用智能机的患者手机中。患者表示:“这既解答了我们的疑问,也缓解了我们的焦虑情绪。”

八段锦

在上海市浦东新区新场镇古丹路方舱医院内,湖南中医药大学第一附属医院援沪医疗队队员把八段锦带到了进来。在早餐后的空闲时间,护士长朱芙蓉便率先带领大家练习起来。

八段锦是中医引导术的一种,历史悠久,具有祛病健身的作用。“左脚开步,与肩同宽,屈膝下蹲,掌抱腹前……”在医护人员的带领下,八段锦的练习颇受患者欢迎,大家积极性特别高,每天都准时加入八段锦的“打卡”行列中。

不少患者回到病房后,还会继续练习,成为古丹路方舱医院一道独特的风景。“但她脑子里只有青蒿,回家满身都是酒精、乙醚等有机溶剂的味道,还得了中毒性肝炎。”那段攻坚期在屠呦呦的丈夫李廷钊的回忆里,满是刺鼻的味道和妻子的早出晚归。

随后,屠呦呦申请亲身试药,确保药物临床安全性。后一张照片,就是那段经历的证明。手中的杯子里,是屠呦呦的心血和期望。

从这间工作室往下几层,是中国中医科学院如今的青蒿素中心实验室;出楼向东几十米,是该院医学实验中心传承创新实验室。短短的距离,提示着50年间的巨变。在这些地方,参观者看到了现代化的实验、检测设施设备,甚至中医药机器人智能提取装置。50年后,屠呦呦的后辈们有了更好的工作环境,也在奋力产出不让前辈失望的科研成果:2019年,屠呦呦团队在“抗疟机理研究”“抗药性成因”“调整治疗手段”等方面获得进展,提出新的治疗应对方案。在扩大二期临床试验预计今年9月揭盲……

“近些年屠老师身体不太好,但她从来没有放松过对疟疾防控和青蒿素研究的关注。去年中国成功消除疟疾,她特别高兴。高兴过后她又问,还有哪些国家没有消除疟疾,我们能做些什么。这两年全国团结抗击新冠肺炎疫情,她也总问,所里是不是要捐款,捐款一定要告诉她……”屠呦呦的学术秘书袁亚男说,在与屠老师的密切相处中,她感受最深的是老人对科研、国家的赤诚之心。领悟诺贝尔奖时,大家担心她身体吃不消,她说自己是代表国家去领奖,要把这份责任承担好。共和国勋章颁奖排练时,上台台阶对体弱的她来说是巨大挑战。大家告诉她可以坐轮椅,但她考虑的是,不要给工作人员添麻烦。

袁亚男说:“屠老师对年轻的同事要求很严格,一再叮嘱要根据国家需求,实事求是,做最原创的研究。”这话与此次钓鱼台芳华苑内展览的结束语遥相呼应:“回望历史,我们深感自豪;展望未来,我们深知责任重大。”

二是提高房间周转速度。目前,隔离周期调整为“7+7”,有效提高了房间使用效率,有些隔离点7天转出率超过70%。上海市还将推动进一步规范阳性房间终末消毒、加密核酸检测频次等措施,进一步提高房间周转速度。

三是优化转运过程各个环节的衔接。各区会根据疾控部门提供的密接人员名单,对接隔离房源,合理设计转运路线,组织车辆闭环转运,确保密接人员安全转运到集中隔离场所。

感染者转运慢的原因与之相似,目前,通过大力建设市、区两级定点医院和方舱医院,以及出院和出舱人数逐步增加后,这一问题也正在逐步缓解,新增感染者在16个区已实现“日清日结”。

重庆沙坪坝 宣传《职业病防治法》

本报讯(通讯员赵杰昌 记者黎军)4月25日,重庆市沙坪坝区2022年《职业病防治法》宣传周活动在东风小康汽车有限公司沙坪坝分公司启动。启动仪式上,沙坪坝区卫生健康委、总工会、人社局保局为获得2021年“重庆市健康企业”荣誉称号的重庆水泵厂有限责任公司、重庆康明斯发动机有限公司、重庆医药集团和平物流有限公司授牌。

据悉,从4月16日开始,沙坪坝区卫生健康委已通过组织移动车辆展播宣传片、现场科普、线上“二维码”答题等系列活动,全面宣传职业病防治工作和相关法律法规,提高全社会职业健康意识,助推共同守护广大劳动者的职业健康。

新疆学校食堂 “明厨亮灶”率达100%

本报讯(记者邢靓 夏莉娟)大力推进智慧监管等工作,全区学校食堂“明厨亮灶”率达100%，“互联网+明厨亮灶”率达67.5%。这是记者近日从新疆维吾尔自治区人民政府新闻办公室举行的新闻发布会上获悉的。

据悉,自2021年以来,新疆把校园食品安全作为学校管理工作的重点,教育、市场监管、公安、卫生健康等部门协同实施“校园食品安全守护行动”,取得了阶段性成效,目前全区98%以上的学校落实了校领导陪餐制度和师生同餐制度。下一步,新疆将对校园食堂、校外集中供餐单位、小饭桌和校园周边食品生产经营者开展全覆盖风险排查;加大县、乡学校及幼儿园的食品安全监管抽检和检查力度。

50年后的 青蒿素和屠呦呦

(上接第1版)

“文化大革命”期间,很多业务工作停了,没有药厂可配合。课题组“土法上马”,用7个大水缸替代实验室常规提取容器。设备设施简陋,没有通风系统,没有试验防护,大家顶多戴个纱布口罩。提取用的乙醚等有机溶剂对身体有害,日复一日,科研人员除了头晕眼花,还出现鼻子流血、皮肤过敏等反应。“但她脑子里只有青蒿,回家满身都是酒精、乙醚等有机溶剂的味道,还得了中毒性肝炎。”那段攻坚期在屠呦呦的丈夫李廷钊的回忆里,满是刺鼻的味道和妻子的早出晚归。

随后,屠呦呦申请亲身试药,确保药物临床安全性。后一张照片,就是那段经历的证明。手中的杯子里,是屠呦呦的心血和期望。从这间工作室往下几层,是中国中医科学院如今的青蒿素中心实验室;出楼向东几十米,是该院医学实验中心传承创新实验室。短短的距离,提示着50年间的巨变。在这些地方,参观者看到了现代化的实验、检测设施设备,甚至中医药机器人智能提取装置。50年后,屠呦呦的后辈们有了更好的工作环境,也在奋力产出不让前辈失望的科研成果:2019年,屠呦呦团队在“抗疟机理研究”“抗药性成因”“调整治疗手段”等方面获得进展,提出新的治疗应对方案。在扩大二期临床试验预计今年9月揭盲……

“近些年屠老师身体不太好,但她从来没有放松过对疟疾防控和青蒿素研究的关注。去年中国成功消除疟疾,她特别高兴。高兴过后她又问,还有哪些国家没有消除疟疾,我们能做些什么。这两年全国团结抗击新冠肺炎疫情,她也总问,所里是不是要捐款,捐款一定要告诉她……”屠呦呦的学术秘书袁亚男说,在与屠老师的密切相处中,她感受最深的是老人对科研、国家的赤诚之心。领悟诺贝尔奖时,大家担心她身体吃不消,她说自己是代表国家去领奖,要把这份责任承担好。共和国勋章颁奖排练时,上台台阶对体弱的她来说是巨大挑战。大家告诉她可以坐轮椅,但她考虑的是,不要给工作人员添麻烦。

袁亚男说:“屠老师对年轻的同事要求很严格,一再叮嘱要根据国家需求,实事求是,做最原创的研究。”这话与此次钓鱼台芳华苑内展览的结束语遥相呼应:“回望历史,我们深感自豪;展望未来,我们深知责任重大。”

(上接第1版)

在办公室、车间、班组、电梯、食堂、教室等同一场所所有近距离接触的人员;密闭环境下共餐、共同娱乐以及提供餐饮和娱乐服务的人员;探视病例的医护人员、家属或其他有近距离接触的人员;乘坐同一交通工具并有近距离接触(1米内)人员,包括交通工具上照料护理人员、同行人员(家人、同事、朋友等);暴露于被病例或无症状感染者污染的环境和物品的人员;现场调查人员评估认为其他符合密切接触者判定标准的人员等。

■记者:在集中隔离医学观察期间,密切接触者的隔离时长有多久?被发现的阳性感染者数量比例有多少?

韩宏:多措并举“应隔尽隔”,实现“动态清零”

韩宏:根据奥密克戎变异株的特点,大多数人从感染到发病时间小于7天。因此,上海市探索将调整隔离周期为“7+7”,即将原有的14天集中隔离时间缩短为7天,经评估符合居家隔离条件的人员,将后7天的集中隔离调整为居家隔离。

通过走访一些隔离点了解到,密接人员转为阳性感染者的比例在10%至30%。《新型冠状病毒肺炎诊疗方案(试行第九版)》指出,潜伏期为1至14天,多为3至7天,在潜伏

期即有传染性,发病后5天内传染性较强。其中,经呼吸道飞沫和密切接触传播是主要的传播途径。此外,在相对封闭的环境中也可经气溶胶传播,接触被病毒污染的物品后也可造成感染。因此,公众仍要做好个人防护。

■记者:采取了哪些措施加快并实现“应转快转”“应隔尽隔”?

韩宏:密接人员转运速度慢的主要原因是隔离资源相对不足。因此,

上海市主要采取了以下措施:

一是积极筹措隔离房源。为切实做好本地密接人员集中隔离,各区通过征集、腾挪、归并等方式,尽力做好房源储备。可以看一下数字:截至4月12日,可用于本地密接的房源是77645间,4月17日就达到86023间,在5天时间内增加了8000余间。目前,筹集的房源基本可以满足当天新增的密接人员隔离需求,同时,在上海市密接隔离房源筹集过程中,国家相关部门还积极协调了江浙等省提供房源。