



患者站在三楼阳台,医生站在一楼空地——

一次“两两相望”的特殊心理治疗

两两相望的,除了恋人之外,还有可能是医生和患者。12日,在湖北黄石市下陆区的一个集中隔离点出现感人一幕:在黄石驰援的南通四院精神科主治医师王培涓站在楼下,与站在三楼阳台上的隔离人员李女士隔空对话,完成了一次特殊的心理治疗。这一幕被黄石当地同行的一位心理工作者拍照记录下来。

随着黄石疫情的改善,江苏援黄石医疗队的工作重心也逐渐转移到各基层医院中去。12日,王培涓和黄石当地的心理工作人一起去了下陆区一个隔离点走访,了解隔离人员的心理状态。在到达隔离点后,王培涓了解到在此隔离的李女士在此前住院治疗中因最后一次核酸检测迟迟不能转阴,导致其住院时间延长。出院后转到隔离点以来,李女士一直显得很焦虑,还经常失眠。按照隔离点的要求,她的隔离期已满,再做一次核酸检测就可以回家了。“但在我走访的前一天晚上核酸采样后,李女士的心理状态极其不稳定,对检测结果特别没有信心,害怕会像出院前一样因为检测结果阳性而不能回家。为此,她又一夜未眠,早上医生查房时坐立不安,甚至莫名哭泣。”王培涓在了解了这些情况



两两相望,隔空对话现场。

后,当即拨打了李女士的电话,与其沟通后表示可以进隔离点来与她面谈。但李女士表示并不希望心理医生冒着被感染的风险进来,说可以电话沟通。在电话中,李女士情绪十分不稳定,边说边哭了起来,整个人状态很不好。

从事专业心理工作多年,王培涓深知:在患者没有做好心理准备之前,心理医生贸然与其面对面沟通,并不是一个很好的方法。与此同时,考虑到她的情绪非常不好,如果只是电话沟通,又不能快速有效建立医患之间的治疗关系。王培涓

灵机一动,向李女士提出了一个建议:问她愿不愿意站到阳台上上来交流。终于,李女士答应了。

于是,一幕暖心的画面出现了:王培涓站在一楼空地,李女士站在三楼阳台,她们虽然只能通过手机才能听清彼此的讲话内容,但是肢体语言却可以看得清清楚楚。“我向她挥挥手,她也向我挥挥手。”在沟通中,王培涓了解到李女士一家三口中只有她一人被感染,所以一直很害怕传染给家人。对于自己生病后一直住院治疗和隔离,不能在家照顾丈夫和女儿,她也非常自责。特别是对于即将出来的核酸检测结果没有信心,李女士十分担忧如果再次出现阳性结果该怎么办。王培涓认真听完她的讲述,鼓励她如果想哭就大声地哭出来。很快,李女士多日来的情绪一下子就宣泄了,哭得上气不接下气。“在电话中,等到抽泣声渐渐弱了后,我又及时给予她鼓励与支持,教了她正念呼吸的方法,帮助她来缓解自己的焦虑紧张情绪。”为了让李女士进一步放松心情,王培涓还在楼下示范如何通过简单的运动来减压。王培涓做一遍,就让李女士在楼上重复一遍,很快她就学会了。经过半个小时的心理疏导,李女士的心情渐渐平复,表示感觉自己轻松多了。

本报记者冯启榕

心理疗愈+居家健身——

“碧波仙子”抗“疫”绽放美丽

阳春三月,花开之季。在抗击新冠肺炎疫情的特殊日子里,南通各行各业的妇女姐妹们奉献着自己的爱心和才智,静海百花丛中,散发着独特芬芳。南通市体育总会副秘书长吴莞,就是这道风景中的一抹亮色。

吴莞今年30岁,曾代表中国队夺得花样游泳世界青年锦标赛亚军。走上工作岗位后,“碧波仙子”表现出不一般的能力和魅力,工作仅5年就独自挑起处室工作担子。

一个多月前,突如其来的新冠肺炎疫情,让“南通体育社会组织”微信群人气有些淡。吴莞急中生智,2月中旬的一天,她在群里发了一个她演示的居家健身视频,吴莞优雅到位的动作,让沉寂已久的“南通体育群团组织”重新热闹起来,“吴莞这个点子让我们

深受启发。”“我们协会也可以做一个视频,引导大家健身。”……大家七嘴八舌地交流着,这个大家庭重显往日的魅力和温馨。一两天后,“南通体育群团组织”掀起了一波又一波热潮:市跳绳协会精心编排的6套跳绳训练计划,小鱼儿国际象棋俱乐部的卷腹轮运动、马拉松协会陆军编排的腹肌核心训练……大家你方唱罢我登场,十八般武艺样样端上。通过线上的超强传播,近日,不少健身盲纷纷加入到居家健身行列。吴莞说:“我有个预感,这个疫情过后,南通全民健身热情将上升到一个新高度。”

作为南通市第十二届政协委员,近几年,吴莞积极参政议政。新冠肺炎疫情暴发后,吴莞心系疫区同胞,她在鼓励各体育单项协会、俱乐部捐款捐物,积极参加市政协、全市体育系统献爱心倡议活动的同

时,撰写了一篇角度独特的民情社论,这篇题为《关于重视疫情期间心理疗愈的建议》的建言,以独特的视角得到南通市政协主要领导的好评,江苏省政协网站及时刊登,得到相关部门的重视。

吴莞说,她关注疫区同胞的心理疏导,缘于她的叔公张作是世界卫生组织疾控顾问,平日的耳濡目染让她产生了一个想法:随着全球疫情形势的逐渐严峻,对疫区同胞的关爱不仅仅是物资支持,还应体现在精神层面的关爱。“带着这样的想法,我写了一些心理疏导方面的意见,请叔公过目并修改后交给市政协。能为疫区人民做些力所能及的事,我很欣慰。”吴莞如是说。

静海花开,彰显大爱。在抗击疫情传递真善美的大道上,“碧波仙子”吴莞一路前行,绽放美丽。

本报记者王全立

执行来通境外人员接驳与转运任务——

一群穿着尿不湿的“押车员”

在抗击疫情这场没有硝烟的战斗中,被誉为警界“尖刀”的南通公安巡特警队员用忠诚、勇毅、奉献在疫情防控的第一线筑起一道坚固的“防护墙”。

陆良坤,南通市公安局巡特警支队副政委,2月18日圆满完成集中隔离医学观察点值守任务回到支队。3月6日,他接到一项特殊任务:奔赴昆山执行来通境外人员接驳与转运任务,全力防范境外疫情输入。

又一次向险而行,没有丝毫犹豫。陆良坤说,在警察的字典里,没有“害怕”两个字。这一次,陆良坤担负特殊任务的还有7名民警。

“目前增加到7个转运组,每组一个民警、一个医生、一个司

机,每执行一趟押车任务,从准备到结束往返行程,再到车辆消毒,前后将近五六个小时,一直穿着闷热不透气的防护服。为了方便工作,民警们个个穿着‘尿不湿’。”陆良坤说,即便单次航班转运至南通的旅客仅有1人,参战民警也是随到随走,24小时待命,严防交叉感染。

随着疫情防控形势的变化,来通境外人员增多,国际航班频次较之前也有增加。参战的巡特警24小时连轴转,每人每天连续工作超过10个小时。由于夜间任务多,昼夜颠倒的高负荷工作使很多民警双眼布满血丝,但没有一人叫苦叫累。

南通市公安局巡特警支队四大队副大队长刘震强忍腰痛带头参加转运任务,并将接驳点24小时值班。

工作安排得井井有条。由于住宿的酒店席梦思床垫太软,他每天只能打地铺稍作调整。年过半百的民警曹广国患有高血压,已连续多日凌晨2点回到酒店,凌晨4点又匆匆出门执行接驳与转运任务,没有半句埋怨。3月9日,赶赴昆山增援的民警陈桂华当天上午刚刚无偿献血,下午就投入战斗中。民警冯臻臻毅然将怀孕4个多月的妻子托付给家人,主动请战。入党积极分子、民警张小林,把执行任务当成是党组织对自己的一次考验,时刻保持冲锋在前。而在上海浦东机场前方工作组,南通市公安局出入境管理支队民警朱俊也在不知疲倦地战斗,日夜开展接驳与转运工作。

本报记者张亮 本报通讯员曹钰华

湖北大治迎来“双清零”

江苏医疗队转战社区开展巡诊



晚报讯 昨天上午,湖北大治最后两例确诊的新冠肺炎患者在大治市人民医院康复出院,标志着大治新冠肺炎救治工作实现了“双清零”的阶段性目标,即所有定点医院收治的确诊病例清零、疑似病例清零。

当天上午11点,在江苏和当地医护人员的陪同下,两位女患者缓缓走出了隔离病区。“经过两次核酸检测,这两名患者的核酸检测结果均已转为阴性,符合国家卫生健康委新冠肺炎确诊病例出院标准,现在可以出院。按照要求,出院后还需要居家隔离14天,我们也会随时进行动态追踪。”挂职大治市人民

医院副院长、党委委员,南通市第一人民医院呼吸内科副主任、主任医师马航告诉记者。

在隔离区外,医护人员为两位患者送上了鲜花,而她们则竖起了大拇指为医护人员点赞。患者陈元珍说:“感谢江苏和大治的医护人员们,他们不遗余力地对我进行专业的治疗和精心的护理,让我恢复了健康,我感觉很幸福,很温暖。”

“双清零”并不意味着江苏医疗队将立即撤离大治。”南通市第一人民医院党委书记、副院长、大治市疫情防控指挥部挂职副指挥长仲崇俊说:“下一步我们医疗队将在当地发热门诊、留观点的制度建设、流程管理、院感管理、医院恢复正常秩序上进行指导,我们还将深入乡镇、社区进行巡回指导。”

记者李波

最美逆行者 闪耀南通城

援湖北医护人员公益广告亮相公交车

晚报讯 昨天,细心的南通市民发现,在南通市区的5条公交线路上,通大附院援湖北医疗队队员的大幅照片作为公益广告亮相公交车车身,一时间成为通城一道流动的风景。

据了解,此次推出的含有公益广告的公交线路共5条,分别是101路、85路、11路、36路、41路,沿途涵盖了我市各主要景点、政府机构、商业区域等站点。

2月2日、2月11日,通大附院连续两批共18名医护人员组成的医疗队分别赴武汉、黄石,投身新冠肺炎患者的救治,18名“逆行者”舍

小家为大家,在抗疫最前线已经奋战一月有余。疫情面前,他们挺身而出、冲锋在先的责任担当,为战胜疫情坚守前线、无私奉献的家国情怀深深感动了社会各界。

前不久,南通市公共交通有限公司、南通文华广告传媒有限公司专门联系到通大附院,主动要求将援湖北医护人员的照片作为“最美逆行者”车身公益广告,以此弘扬这种救死扶伤的精神,扮靓通城,成为城市文明形象的流动名片,鼓舞和激励市民同心协力,共克时艰,战胜疫情,为建设美好南通贡献力量。

通讯员薛晓慧 记者李波

企业和个人捐赠不断升温

疫情期间,市财政局窗口仅公益票据发放数量已达6000余张

民来电咨询,慷慨解囊。

据了解,截至记者发稿前,仅公益事业捐赠统一票据,市财政局窗口就已发放6355张,发放单位除了市慈善总会外,还有疫情防控指挥部医疗物资保障组,疫情定点收治医院南通大学附属医院、市第三人民医院,以及红十字会、江海青少年发展基金会、市扶贫基金会、五度空间爱心基金会等。

记者李彤



夜幕下的坚守

连日来,在如皋水苑、百岁苑,志愿者们通宵达旦坚守在防控新冠肺炎疫情一线,赢得了居民的理解与称赞。

通讯员郭齐赴