



柔济之声·抗疫专刊

疫情就是命令，防控就是责任

坚决打赢新冠肺炎疫情防控阻击战

广州医科大学附属第三医院
广州医科大学第三临床学院

院报

第134期(总第370期)
2020.2.29

全国优秀医院报刊
内部资料 免费交流



医院党委成立防控领导小组 研究部署疫情防控工作

1月以来，源自武汉的新冠肺炎疫情牵动人心。为加强新型冠状病毒肺炎医疗救治、感染防控工作，医院党委贯彻落实习近平对新型冠状病毒肺炎疫情防控工作的重要指示精神，充分发挥党组织的战斗堡垒作用，带领医院全体党员干部职工主动担当、积极作为、精准施策、奋勇拼搏，全力做好疫情防控工作，让党旗在疫情防控第一线高高飘扬。

靠前指挥，下好一盘棋。一纸作战图揭开作战序幕。1月19日，医院党委第一时间成立了新型冠状病毒肺炎防控领导小组、临床救治专家组和感染防控组，陈德院长、党委苏广武书记担任领导小组组长，制定疫情防控工作实施方案，多次召开疫情防控工作布置会议、医疗线协调会议，全面排兵布阵，党委班子成员深入防控一线靠前指挥，及时跟进修订完善防控管理措施，抓深抓细，扎实做好各项防控工作。自疫情发生以来，医院领导班子



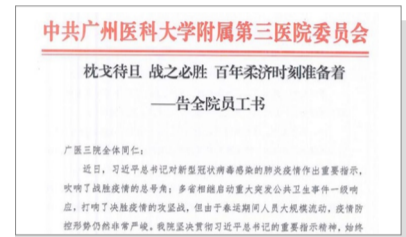
成员带头取消春节休假，坚守岗位，带领大家日夜奋战在抗疫一线，要求全体党员干部提高政治站位，把纪律挺在前面，强化担当作为，加强对疫情防控职责落实情况督导，切实以严明纪律确保各项疫情防控措施及时高效、不折不扣地落实到位。

戮力同心，拧成一股绳。一封动员书激发参战热情。自广州市启动重大突发公共卫生事件一级响应后，我院党委首先吹响抗“疫”号角，1月25日医院党委向全体党员干部职工发出了《广医三院致抗击新型冠状病毒肺炎柔济奋斗者的慰问信》《枕戈待旦战之

必胜百年柔济时刻准备着——告全院员工书》《倡议书——疫情当前，更需尊重科学、众志成城、共克时艰》“三封信”，高度赞扬我院医务工作者舍小家、顾大家，向奋战“疫”的职工给予真挚问候；向全院干部职工发出号召，以仁心仁术、扶危渡厄，在新冠肺炎防疫战中担当作为；号召全院职工尊重科学、做好防护，实事求是、理性对待，共同做好抗击新型冠状病毒肺炎的肺炎防治工作。动员书发出后，一封封请战书、一枚枚红手印、一句句铿锵有力的誓言，彰显了我院共产党

的责任与担当。同舟共济，筑牢一堵墙。一声集结号筑起红色堡垒。一个党员就是一面旗帜，一个支部就是一个堡垒。在医院党委和党支部的号召下，组建抗疫先锋队，将防控任务推向最前沿，1月23日，急诊党支部、医技三党支部等党支部成立党员先锋队，党员发挥表率作用，抗击疫情不忘医者初心，让党旗飘扬在抗疫一线。医院急诊科、内科系统、检验科、放射科等科室是防控新型冠状病毒肺炎的重要阵地，承担了繁重的医疗救治工作，这些科室的一线医护人员以严谨的工作态度和无畏的医者担当，为守护健康阵以待。

大疫当前党旗红，我院党委在此次疫情防控工作中，勇毅担当，团结带领全院上下众志成城、全力以赴，做实做细做好疫情防控各项举措，我们坚信，全院一心，没有翻不过的山；心手相牵，没有跨不过的坎。
(医院办公室)



学校领导慰问我院疫情防控一线医务人员

1月25日上午（大年初一），广州医科大学党委冉丕鑫书记、黄健清副校长与学校医管处李章生副处长一行来到我院，与我院领导班子一道慰问了春节期间坚守岗位、一线抗疫的医务人员。



冉丕鑫书记一行到我院门诊预检分诊、发热门诊、隔离病房等肺炎防控一线部门进行巡查、慰问，向战斗在抗击新型冠状病毒肺炎一线的我院医务工作者致以新春的问候和祝福，并反复叮嘱医务人员在与疫情作战时，一定要做好防护工作，坚定信心，以高度的责任感，守护人民群众健康。
(医院办公室)

主编：苏广武 陈德
副主编：陈耀勇 杨宁 杨进顺 范勇
编辑：刘丹 白恬 罗培玲 王练深 严丽暖 王慧

出征！我院重症医学科高元妹、毕赐成、段业英驰援武汉

2月7日，接到上级紧急通知前往武汉支援，我院迅速组建支援医疗队，重症医学科副主任医师高元妹、主管护师毕赐成、护师段业英等三位医护人员第一时间集结完毕，驰援武汉。我院党委书记苏广武、副院长杨宁等院领导，重症医学科医护人员，与医务科、护理部、医院办公室等职能部门负责人等一同赴机场，为三位战士送行。

我院三名援鄂医疗队队员均为重症医学科青年骨干，疫情发生后，三位队员主动请战、支援湖北。高元妹副主任医师为“呼吸+危重症救治方向”专家，是科室请战湖北的第一人；为驰援武汉，高元妹还提前为1岁的小女儿断奶。毕赐成主管

护师是重症医学科资深护理人员，专业技术扎实；在请战书中，他坚定写到：“我是党员，我应当上！”段业英护士为重症医学科护理骨干，为抗击疫情，段业英瞒着父母驰援武汉。三位队员用行动践行党员本色，展现了柔济医者的责任与担当。

党委书记苏广武对三位医疗援助队员危难时刻主动请战、舍小家顾大家的行为给予高度肯定，他希望三位战士发扬“柔济”精神，服从当地指挥，众志成城、不负使命，打赢这场抗击疫情的战争。党委苏广武书记在送行时宣布成立“广医三院驰援湖北临时党支部”，由高

元妹担任临时党支部书记。

杨宁副院长向三位战士送上寓意“平安”的苹果，并嘱咐大家在做好疫情斗争的同时，一定要按照规范流程，做好自身防护工作，医院是你们永远的坚强后盾，祝大家平安归来！

2月8日，我院三位援鄂医疗队队员顺利进入国家定点收治新冠肺炎危重患者医院——武汉华中科技大学附属协和医院西院区重症医学科，并加入广东医疗队开展医疗支援工作。高元妹担任医疗队组长之一，负责新冠肺炎危重患者救治工作。驰援武汉、一线抗疫，三位医疗队队员表示，将牢记医院嘱托，发扬“柔济”精神，不辱使命、坚决完成任务。
(医院办公室)



我院驰援武汉医疗队队员：高元妹(右)、毕赐成(中)、段业英(左) 成立临时党支部

我院牵头制定“妊娠期与产褥期新型冠状病毒感染专家建议”

孕产妇是新型冠状病毒的易感染人群，且更易出现并发症，甚至进展为重症。加强围产期新型冠状病毒防控的相关研究及临床指引对防控母婴感染十分必要且迫切。

为更好地防控疫情，保障母婴安全，2月，我院广州重症孕产妇救治中心牵头国内20多家医院、近30位产科专家制定了“妊娠期与产褥期新型冠状病毒感染专家建议”。该建议以指导临床处理为目的，就孕产妇新型冠状病毒诊断标准及临床分类、孕期胸部放射性影像学检查、妊娠期与产褥期感染新型冠状病毒治疗方案、孕期与



分娩期母婴管理、新生儿管理、孕产妇新型冠状病毒预防、心理干预等临床常见问题提出专家建议，为防控妊娠期与产褥期新型冠状病毒感染提供了权威、实用、有效的指引。

此次发布的“妊娠期与产褥期新型冠状病毒感染专家建议”集合了北京大学第一医院、北京大学第三医院、复旦大学附属妇产科医院、华中科技大学同济医学院附属同济医院、中国医科大学附属盛京医院、武汉大学人民医院等20多家医院的近30位产科专业医师建议，形成行业共识，用于指导临床更好地开展围产期肺炎防控工作。

我院广州重症孕产妇救治中心主任陈敦金教授为文章第一作者，全文刊登于《中国围产医学杂志》2020年2期。

(妇研所办公室)

众志成城 坚定信心 百年柔济抗疫进行时

庚子新春，一场新冠肺炎疫情牵动着14亿国人的心。习近平总书记就疫情防控作出重要指示，指出要“以更坚定的信心、更顽强的意志、更果断的措施，紧紧依靠人民群众，坚决把疫情扩散蔓延势头遏制住，坚决打赢疫情防控的人民战争、总体战争”。

面对抗击新冠肺炎这场没有硝烟的战斗，我院党委贯彻落实习近平总书记关于疫情防控的重要指示精神，始终把人民群众生命安全和身体健康放在第一位，把防控作为最重要的工作；按照国家和省市卫生主管部门要求，结合医院工作实际，制定方案，周密部署，全力做好防控工作，保障人民群众和医务人员的健康安全。

迅速响应 周密部署

面对疫情，医院党委迅速响应，于1月19日成立了新型冠状病毒感染的肺炎疫情防控领导小组、临床救治专家组和感染



防控组，由医院院长陈德、党委书记苏广武担任领导小组组长。一个多月来，医院多次召开疫情防控工作布置会议、医疗线协调会议，传达省、市卫健委会议和相关文件精神，加强对防控工作的领导与部署，明确工作重点，多学科、多部门协作，形成合力开展感染防控工作。

疫情防控期间，我院要求严格按照部署开展各项工作，积极协调医疗资源，加强门急诊管理、住院和手术管理，明确重症孕产妇病例救治策略，强



化医疗机构内感染预防与控制。

医院领导多次到预检分诊、发热门诊急诊和其他相关重点临床科室召开工作协调会，全面落实“早发现、早诊断、早隔离、早治疗”防控措施，全力以赴阻击疫情。

制定方案 规范指引



按照新型冠状病毒感染的肺炎防控工作要求，医院制定了《新型冠状病毒感染的肺炎医疗救治工作方案》《关于新型冠状病毒感染的肺炎疫情防控期间应对门诊住院高峰工作方案》《新型冠状病毒感染的肺炎院内诊疗工作方案与流程（第一版）》等文件，形成了《广医三院发热患者预检、诊疗处置流程（第一版）的通知》等流程指引，保障医疗质量和医疗安全，让防控工作更加有序。

医院重新规范门诊预检分诊点的设置，在医院入院处便设置了“发热患者预检分诊点”，加强发热门诊、疑似病例隔离区的管理，尽最大可能减少人群交叉感染机会。

部门联动 提供保障

为保障防控工作有序进行，医院医务科、设备科、院感科、总务科、保卫科等多个职能部门联动，做好物资采购与储备、院内消毒通风、医护人员生活关怀等工作。

医院紧急调配应急物资储备，增加N95口罩、医用外科口罩、隔离防护服、消毒药械配备，做好充足的物资

保障。

在门诊楼7楼，紧急增加医务人员休息区，尽最大可能满足新冠肺炎防控期间的住宿、饮食、休息。加强全院公共区域的保洁、清洁消毒工作，增加院内通风。安排饭堂进行糖水供应，送到生活区，做好生活关怀。



医者无畏 严阵以待

医院急诊科、内科系统、检验科、放射科等科室是防控新冠肺炎的重要阵地，承担了繁重的医疗救治工作。

门诊预检分诊点、发热门诊为防控疫情守住第一道防线，隔离病房近距离照护疑似病例，急诊科和全科医学科医护人员冲锋在前、不惧风险；内科系统多名医护人员主动请缨支援急诊，放弃休假在岗待命；检验科、放射科等医技科室和基建、总务以及采购部等后勤保

障的“幕后”英雄为疫情防控加班加点、不计辛苦……



加强培训 全院覆盖

为进一步提高医务人员防控意识，医务科、预防保健科和感染科通力合作、精心组织，开展多场新型冠状病毒感染的肺炎防控教育系列讲座，内容包括新冠肺炎诊疗方案、疫情报告、消毒隔离、院内感染控制、个人防护等相关知识，培训对象覆盖全体医务人员以及行政管理、后勤等

人员，实现全院覆盖。利用多种形式组织职工加强新冠肺炎防控知识学习，包括观看健康科普视频、组织网络考试等。

在新型冠状病毒感染的肺炎防控重要环节和策略知识培训的过程中，医院班子成员亲自到各重点科室参加培训并督导，确保相关培训落实到位。



慰问关怀 鼓舞士气

疫情初期，我院院长陈德、党委书记苏广武到医院急诊科进行视察，并慰问急诊科医护人员。陈德院长对急诊科

医护人员放弃休假、坚守岗位、勇担重任的精神予以高度肯定，嘱咐医护人员务必做好个人防护，保障医护人员个人安全，医院将为急诊科医护人员提供充足的保障与支持。

苏广武书记对急诊科医护人员的休息保障表示关心，勉励急诊科党员发挥先锋模范作用，做好“打硬仗”的准备；勉励急诊科青年文明号青年医护人员，发扬青年“不怕苦、不怕难”的精神，在考验中成长成才。



防控宣教 服务群众

为加强对前来就诊的患者的宣传教育，医院门诊和住院部的各视频平台滚动播放新型冠状病毒防控的视频文件，在电梯间、候诊处等张贴了关于新型冠状病毒防控知识和注意事项。通过医院官网和官微向市民和患者及时发布疫情期间就诊指引，告知患者按照预检分诊等指引规范就诊，为广大患者及家属营造安全有序的就医环境。

为了减轻交叉感染几率，医院于1月29日开通线上问诊平台，主要针对



发热患者和我院较多孕产妇、生殖医学患者提供在线咨询咨询服务，初步判断患者是否需要来院就医，减少人员聚集。

时刻待命 共同战斗

疫情当前，医院取消全院领导、中层干部休假，从1月27日起正常上班，节假日期间要求各科室正副主任至少一人在院在岗，各科室根据实际情况，合理有序安排人员轮休，确保各项工作正常开展。2月底，继续严防死守，在确保院内零感染的目标前提下，稳步推进院内各项工作常态化。

在这个特殊时期，“柔心济世 尚道精医”的医院精神仍是柔济医院全体职工的所秉承的信念。护佑生命这个医者的初心和使命，激励着所有医护人员向着疫情的危险处前进，也坚定着所有人“战斗”胜利的信心和决心！

战“疫”仍在继续，守土有责、守土担当、守土尽责仍在书写。

策划：医院办公室

【党支部战“疫”】

疫情当前，众志成城；直面战“疫”，党员先行。日前，习近平总书记作出重要指示强调，各级党组织和广大党员干部必须牢记人民利益高于一切，不忘初心、牢记使命，团结带领广大人民群众坚决贯彻落实党中央决策部署，让党旗在防控疫情斗争第一线高高飘扬。一个党员一面旗帜，一个支部一个堡垒，我院各基层党支部发挥战斗堡垒作用，党员迎难而上、冲锋在前。

“请相信我们一直和你一起共渡难关”！
急诊党支部党员先锋队抗“疫”

“众志成城、勇于担当，我们志愿加入急诊科党支部党员先锋队/急诊科青年文明号先锋队，抗击新型肺炎，拯救生命，守护健康！”1月23日中午，铿锵有力的誓词在急诊科医护休息室内响起。

急诊，抗击疫情的一线科室，是与新型冠状病毒作战的高风险战场。疫情面前，急诊党支部发挥堡垒作用，不仅率先成立急诊党支部抗击新型肺炎党员先锋队，支部党员更是主动请战、冲锋在前。

责任

我院是广州市15家具有负压转运能力的医院之一，急诊科承担了新型冠状病毒肺炎确诊患者的转运工作。在一次转运患者中，党员祝森志见一位同事值班较为辛苦，在自己的工作之余，主动要求替这位同事出车。“我是党员，有风险就该党员上”祝森志说道。

奉献

“当前疫情形势严峻，我留在医院，如果有紧急任务，我可以随时到



急诊党支部成立抗击新冠肺炎党员先锋队

位”彭丽霞说。从除夕前一天开始，彭丽霞就一直在岗待命，并且好几天都没回家了。作为医院团委副书记的她，组织号召科室团员青年担当作为，自己则以身作则，协助进行核酸检测、抽血检查等。

不惧

“我要尽最大可能保护急诊的同事们，因此所有的诊疗指引一定要明确、具体，不能有错漏、疏忽”。黄宝红时常在凌晨12点还在忙工作。她常激励着科室后辈：“我们是医务人员，是患者

的希望，如果连我们自己都害怕了，病人还能依靠谁？信任谁？”

信心

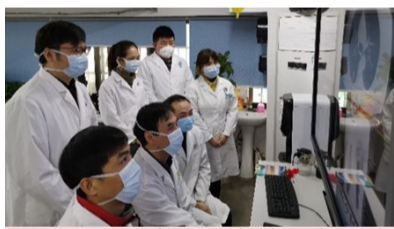
“你不要害怕，你这么年轻，你要对自己的身体有信心，对我们医护人员有信心，你要相信我们一直和你一起共渡难关。”在梁朋的宽慰下，这位为自己的病感到恐惧的患者放下焦虑，甚至对梁朋说：“你们有信心，我就有信心！”在抗击疫情这场战役中，患者的信任、信心、托付是医者前行的不竭动力。

担当

“如果有疑似病例救治，无论什么时候，你们都要第一时间告诉我”陈德雄主任曾这样对科室同事说。疫情期间，急诊科党支部陈德雄从未休息过一天，他尽心尽职做好科室部署防控工作，在急诊党支部党员们心中，陈德雄是抗疫阻击战的指挥官，让大家心往一处走，劲往一处使！

让新冠肺炎病毒“现形”的放射科抗疫战士
医技第四党支部战“疫”

抗击疫情，需要多个科室密切协作、共同作战。影像学检查作为疫情防控中的重要一环，其中CT能为新冠肺炎的诊断提供重要依据，从而做到早发现、早诊断、早隔离、早治疗，发挥着举足轻重的作用。医技第四党支部放射科党员在党支部书记宋亭的带领下，肩负重任与使命，始终坚守在战“疫”一线。

疫情吹响集结的号角
放射科“战士”第一时间集合

支部书记宋亭带领大家学习NCP诊治方案

放射科全体职工主动放弃休假，党员们更是带头请战，主动要求到第一线的检验岗位上。放射科技术人员要和新冠肺炎患者或疑似患者直接接触，询问病情、过床、摆位等，更要安慰病人，在扫描过程中还要密切关注患者。

17年后再次战病魔
“老兵”信心满满

主管技师陈展航是一名参加过2003年抗击SARS疫情的老党员，当今年新冠肺炎疫情暴发之时，他马上向党支部申请：“作为一名共产党员，我应当冲锋在前，其次我抗击过SARS，熟悉这些呼吸道感染的防控和影像学检查，也有经验，请把我安排到最前线。”

回忆起17年前，最令他难忘的是，当时他的妻子正处于孕期，作为每天接触疑似患者的他来说非常担忧，害怕自

己感染，更怕传染了妻子。但每天都做好了充分防护和消毒和清洁措施的情况下，最终全科室医技人员无一例感染发生。

“和17年前相比，如今的防护措施更好，检验的仪器设备更加先进，医疗技术也更高超，我有信心我们会用更快的速度战胜疫情。”陈展航说道。

“和在武汉的同行们相比，
我没有资格害怕”

“和在武汉的同行们相比，我没有资格害怕。”党员邓雅梅说，面对值夜班发热患者就诊数量增加，在发热门诊和新住院患者的CT检查在不同区域来回跑，她并不害怕，累并快乐着。刚刚结婚不久的她本打算和丈夫一起回老家，但疫情来临，作为党员的她，第一时间退了车票，选择坚守岗位。

致敬柔济最美
“逆行者”
内科第四党支部
主题党日活动

1月30日，内科第四党支部召开“致敬柔济最美‘逆行者’”主题党日活动，为本支部首批援助湖北医疗队员高元妹、毕赐成、段业英召开动员会。党支部徐仲书记传达习近平对新型冠状病毒感染的肺炎疫情防控工作的重要指示，号召全体医务党员积极响应上级号召，坚决打赢疫情阻击战。

会上，徐仲书记与王懿春主任向援鄂队员们表示感谢并致敬，殷殷嘱托：“服从命令听从指挥，配合当地医院做好相关工作，务必保护好自己，国家和医院是队员们的坚强后盾。”

为国援鄂，我请战！三位援鄂医疗队员在会上表态：“疫情就是命令，祖国需要，就是医务人员的责任，是一名共产党员的初衷，我们义无反顾，不忘初心，牢记使命，我们保证完成任务，安全归来。”



全体党员在徐仲书记的带领下重温入党誓词，时刻准备为抗击疫情奉献一切。

柔济检验人的检“疫”之战
医技第三党支部党员抗“疫”

自新型冠状病毒感染的肺炎疫情爆发以来，医技第三党支部检验科的党员时刻待命，与新型冠状病毒“面对面”。检验科医师成了这场没有硝烟的战争中外人看不到的“侦察兵”。

与“毒”相伴，
我们时刻做好准备

1月23号下午，医技第三党支部随即召开了一次特殊主题的党日活动，医技第三党支部全体党员、检验科医师们在国旗下许下誓言，整装待命，时刻准备与疫情作战。

为防控疫情，党支部书记夏勇主任对科室的生物安全进行全面检查，逐一排查风险点，并组织编写下发《疫情期间检验科加强生物安全防护措施》《新型冠状病毒核酸检测样本采集和运输工作指引》等规范性指导文件；医师们认真学习和熟练



检验科党员重温入党誓词

掌握疾控中心的规范流程，主动请战，无一退缩，每一支标本都严格按照标准操作规程去做；为了避免防护用品多次穿脱导致浪费及污染，医生们工作前尽量少喝水，下了班再大口喝水。疫情面前，检验科医生义不容辞。

“每份标本都要及时准确地
送达疾控中心。”

主管技师邓穗燕是微生物室的一员，由于微生物要收患者的痰标本及肺泡灌洗

液做培养，也是高危地带。同时作为一名党员，她也承担着送检高度疑似标本去市CDC的工作。有一次，刚送完标本，正回家休息，急诊科致电又有疑似病人标本要送检，她立刻赶回急诊。她说：“我们也不知道疑似病人什么时候出现，但大疫当前，每份标本都要及时准确地送达疾控中心。”

“我只是在做我的本职工作，
没什么特殊的”

李磊是科室第一个上阵进行核酸检测的人。从标本编号、核酸提取到加样扩增，他每天要全副武装不吃不喝不入厕地工作数个小时，由于人员没办法即刻到位，李磊更是一周七天不休息。同事们都觉得李磊“太难了”，他却说“既然成为一名检验人，就是职责所在，我只是在做我的本职工作，没什么特殊的。”

一场疫情阻击战，就是一块“试金石”，我院基层党支部充分发挥战斗堡垒作用，700多位党员冲锋在前，让鲜红的党旗，高高飘扬在疫情防控第一线。

策划：党委办公室

【党支部战“疫”】

党委全方位的暖心关怀

让“疫”线医护人员拥有更充盈的“战斗力”

自新型冠状病毒感染的肺炎疫情爆发以来,我院作为三甲公立医院,时刻在抗击疫情的前线。为进一步加强新型冠状病毒感染的肺炎医疗救治、感染防控工作,医院党委贯彻落实习近平对新型冠状病毒感染的肺炎疫情防控工作的重要指示精神,高度重视,迅速响应,全力做好防控工作,保障人民群众和医务人员健康安全。



陈德院长(中)在门诊了解情况并指导相关工作



苏广武(右一)在发热门诊了解疫情防控情况并作相关工作部署

“主心骨”亲自部署 深入一线

为了及时了解抗疫一线的需求、及时解决存在问题,医院党委和班子成员常常在一线现场办公,迅速研讨并制定解决措施,对于现场不能解决的问题第一时间落实责任、全力整改,务求以最快速度解决。陈德院长、苏广武书记多次深入疫情防控一线的急诊科、发热门诊、检验科、放射科,及感染疾病科、呼吸与危重症医

学科、ICU等科室,了解各项工作情况,并不断为广大医护人员鼓气加油。同时,医院领导班子成员还分片区联系临床、医技等科室,建立机制,每周到现场听取各科室的需求和建议,传达部署医院的工作要求并督导落实情况,让抗疫一线的医护人员拥有最有力的“主心骨”和最坚强的后盾。



饭堂准备送往抗疫一线的餐食

从安全防护到身心关爱 一个也不能少

为了给医务人员做好防护保障,医院紧急调配应急物资储备,增加N95口罩、医用外科口罩、隔离防护服、消毒药械配备,紧急采购电动消毒雾化器、移动式灭菌消毒站、空气净化器等,紫外线消毒车等,做好充足的物资保障,确保一线医护人员的安全防护。

为解决疫情期间部分医务人员“连轴转”无法回家的难题,医院总务科组织综合维修部快速对门诊七楼的原来空阔区域进行了改造,加装水电和洗漱区域,安装布置床铺,使该区域成为医务人员劳累时舒适的休息区。

医院饭堂每天不间断地为医护人员准备一日三餐,并为不能按时吃饭的一线抗

疫人员贴心的准备了点餐,配送牛奶、酸奶及有助于提升免疫力的汤水、凉茶等,增加医务人员营养健康。

为了遏制病毒的蔓延,预防在院内发生交叉感染,在疫情防控期间,后勤物业确保对人员流动大又密闭的电梯进行每天早中晚三次消毒。

为了做好疫情防控工作,保卫科在春节期间在人员短缺的情况下,主动取消休假,全天24小时,不论昼夜,保安集体在线,为疫情防控工作做好守门人。

这些后勤的忙碌身影中,还有许多为了采购防护物资和救治药品,与厂家反复接洽沟通,常常半夜里才能运送物资回来的采购人;也有在需要转运疑似病人时,

二话不说,用娴熟的驾驶技术将病人安全运送至新冠肺炎指定收治医院的司机;为了保障医院用电稳定,为新改造的区域进行用电配给,不断忙碌着的配电班师傅;不断盘点登记入库出库的仓库工作人员……他们虽然都是后勤人员,却也无时无刻不在参与着这场艰辛的战斗!

为了缓解一线医务人员心理的紧张、焦虑等情绪,医院工会、医务科面向抗疫一线医务人员开设了“阳光驿站”等的免费心理咨询服务,对有需要的医务人员进行心理疏导。



抗疫宣传 不断输入“正能量”

医院对疫情防控相关工作部署,以及在抗疫工作中涌现出的典型案例、人物事迹,通过多种渠道全方位积极报道,累计媒体刊发相关报道逾200篇,深入挖掘武汉、广州两地抗疫中逆行的感人事迹,其中,13篇报道被学习强国采纳刊登;高元妹武汉抗疫事迹入选广州市委宣传部“最美逆行者”故事汇宣讲;多篇抗疫报道在新华社、人民日报数字广东、央广网等主流央媒报道,有效传递了正能量,鼓舞了员工战胜疫情的信心,增强了一线医务人员及其家属的荣誉感。

抗击疫情的道路虽然艰险,医护人员却从未退缩。我院通过安全防护措施、生活保障、心理保障、人文关怀等全方位覆盖的暖心举措,帮助全院职工团结一心,同抗疫情,也让在抗疫一线的医护人员没有后顾之忧,更加全心全意地投入这场抗击疫情的“战斗”!

策划:党委办公室

关爱援鄂医疗队队员及家属 解决后顾之忧

疫情就是命令。我院驰援武汉医疗队队员2月7日在接到通知后立刻出发,与他们一起出发的,还有医院贴心准备的十大箱防护物资,同时医院工会还为出征的“战士”购买了专项商业保险,给予援鄂医疗队队员全面贴心的保障。

队员到达武汉后,医院第一时间向他们了解情况,根据实际需求,再分批次邮寄了防寒衣物等物资,让他们能够更专注、更安全地投入到任务艰巨的工作之中。收到物资的前线队员们直呼“暖心”“感动”,这也是医院对他们光荣完成任务并平安归来的希望和祝福。

为了妥善照顾驰援武汉医疗队队员家庭,让驰援队员安心,医院工会对其家属进行慰问关怀,并与援鄂医疗队队员所在科室以及党支部进行多方联动,及时了解家属生活存在的困难和相关需求尽力予以协调解决,并为他们联系落实妇联发起的免费配送无公害蔬菜到家服务、为援鄂队员家中幼儿提供母婴关爱项目。

援鄂医疗队队员梁赐成的妻子是本院心内科的护士,医院党委考虑到双职工可能无法照顾家庭,特意让科室安排她不用值夜班,以便照顾家人。通过各种方式,为援鄂医疗队队员解决后顾之忧,将贴心的关爱送到医疗队队员和家属的心坎上。



icub毕赐成 #每日一报#收到后方小伙伴给我们寄的快递,感动得不要不要的,暖暖的,很贴心。PS:还有很多同学、同事,亲戚发来关心和鼓励的微信,有你们,我们一直都不孤单!武汉加油,中国加油。

【柔济人战“疫”】

主动请战 同心抗疫

关键时刻站得出,危急时刻豁得出,是共产党人的政治本色。随着疫情形势日益严峻,各党支部发挥堡垒作用,广大党员纷纷积极请战:“若有战,召必回,战必胜!”短短百余字的请战书,没有太多的豪言壮语,却饱含广大党员对使命担当的坚守和决战疫情必胜的信心。疫情凶猛,在使命面前,他们挺身而出,冲锋在前!

Collage of handwritten letters and forms. Includes '请战书' (Letter of Intent to Fight), '医技第四党支部“战疫”突击队' (Medical Technology 4th Party Branch 'War of Epidemics' Strike Team), and '广医三院疫情防控青年突击队“战疫”突击队承诺书' (Guangdong Medical College 3rd Hospital Epidemic Prevention and Control Youth Strike Team 'War of Epidemics' Strike Team Commitment Letter). The documents are filled with signatures and red stamps, showing the active participation of staff members.

换个战场并肩作战

广医三院援鄂医疗队临时党支部武汉抗“疫”



2月7日,根据省卫健委统一部署,广医三院选派三位医护人员:重症医学科副主任医师高元妹、主管护师毕赐成、护师段业英,在华中科技大学附属协和医院西院区开展工作。三位党员成立临时党支部,高元妹为党支部书记。作为我院重症医学科青年骨干,三位柔济战士不惧风险、迎难而上,驰援湖北,在新的战场默契配合、密切合作,竭尽全力为新冠肺炎重症患者赢得生机!

“昨天脱机拔管后病人情况非常稳定,应该很快就可以转出ICU了,我们的治疗已经成功了一大半!”

“谢谢医生,真的太感谢您了……我都不知道该说什么了,您自己不要太累,一定要注意防护,注意休息……”

2月21日下午,高元妹依旧和病人的家属沟通病情。“党支部是临时的,初心是炽热的”,放下电话的高元妹和患者的家属一样内心激动、难

以平静,这是她支援武汉半个多月来最开心的一天。

20日中午,高元妹医疗组的一位新冠肺炎危重症患者成功脱机拔管,成为广东医疗队接管武汉协和西院ICU以来,首例成功拔除气管插管的患者。该患者从2月16日转入协和西院ICU,高元妹带领团队医护人员与死神赛跑、争分夺秒救治,仅仅四天便让患者成功脱机拔管,于2月22日转出ICU。



首例拔除气管插管的新冠肺炎危重症患者与我院援鄂医疗队临时党支部3名党员(高元妹、毕赐成、段业英)合影

每一个生命都值得尊重,挺身而出、不留遗憾

坚定信心,迎难而上。在广东医疗队队员眼中,高元妹是个名符其实的“拼命三娘”,娇小的身躯蕴含着蓬勃的力量,发挥党员先锋模范作用。“我是党支部书记,我先上”,从2月8日到协和西院ICU报到后,高元妹便一直奋战在一线。每天不到5点起床,6点多便驱车前往医院;每天坚持到危重病区进行床边查房,仔细查看患者心电监护、呼吸机参数、胸片等,检查患者停留的每一条引流管,随时根据患者病情变化调整用药。

敢于作为,冲锋在前。新冠肺炎传染性强,ICU的医疗操作更是风险极高。高元妹从不惧怕高风险操作,亲自给患者做纤支镜吸痰,当看到患者床旁胸片显示气胸未明显缓解时候,她甚至用注射器为患者手动抽取,丝毫不惧与患者体液密切接触。

“与时间赛跑,与病魔战斗,必须争分夺秒”高元妹用行动践行着她写在日记中的这句话。她全心扑在患者的救治上面,无论半夜或清晨,只要患者的血气分析化验单结果出来,高元妹都一一查看,一旦发现危急值,她都会立刻询问值班医生有无处理,处理后有无复测,复测结果有无改善等。“有一次凌晨四点钟群里发血气结果,高医生还第一时间回复处理”同为援鄂医疗队临时党支部的段业英党员说到。

破釜沉舟,扎实工作。除了时时刻刻关注患者的病情,高元妹也关心着患者和家属的心理。在与失语的王先生沟通时,高元妹耐心地询问患者感受,每一个治疗步骤都不厌其烦地与王先生解释、沟通。疫情爆发至今,很多家属都没能与患者见面,只能通过医生的电话了解病情。无论多晚结束工作,高元妹都坚持和每一个她负责的患者家属沟通,事无巨细地告知病人每一天的变化与进步,宽慰家属的忧心与牵挂。电话那端,家属们哽咽的哭声、感激的话语就像无形的力量激励着高元妹。

新冠肺炎合并严重感染,难度升级、从容不惧

37岁的王先生(化名)年纪虽不大,但病情却复杂棘手。2019年12月,王先生突发急性脑梗塞,手术后留下了失语、偏瘫等后遗症。1月30日,尚在住院的王先生开始咳嗽、发烧,被确诊为新冠肺炎,于2月9日转入武汉协和西院区。随后病情加重,2月15日突发呼吸困难、休克、多器官衰竭,转入ICU治疗。

负责王先生诊疗的是广东支援协和西院ICU医疗队高元妹副主任医师带领的医疗组,主要包括广药大附一院的茹晃耀副主任医师和李文丰主治医师、广医五院的方向明主治医师、广医肿瘤医院李仕成主治医师,以及协和西院的孟磊、赵鑫、熊一全、李超逸等医生。

“他转入ICU的时候情况十分严重,意识不清、严重缺氧休克”高医生介绍,王先生除了新冠肺炎,还合并了严重的细菌感染,造成了严重的脓毒性休克,出现高钾血症、呼吸衰竭、肾功能衰竭、凝血功能紊乱等问题,甚至影响到心脏,出现严重的心率失常,随时



工作中的高元妹

可能心脏停跳。

战斗在前,引领在前,冲锋在第一线,战斗在最前沿。作为医疗组组长之一,高元妹带领团队在帮助患者继续经口气管插管接呼吸机通气治疗的同时,予适度镇痛镇静、抗感染、抗病毒、监测炎症指标变化、行床旁连续性血液滤过等对症和生命支持治疗。病情多变,需要密切监测和治疗。高主任每天多次到床边仔细检查,认真观察他的呼吸、尿量、心电监护、呼吸机和床旁血液滤过机等的参数,及时调整呼吸机参数、镇痛镇

静药的剂量等诊疗方案,想方设法维持患者内环境的稳定。

在高元妹团队的治疗下,王先生的情况一天比一天好转,对呼吸机的依赖逐日减少。2月20日,经过认真评估后,高主任团队顺利为王先生拔除了气管插管。拔管的那一刻,ICU隔离病区、医生办公室不约而同响起一片掌声,这是广东医疗队接管武汉协和ICU以来,首例成功拔除气管插管的患者,对于整个团队来说无疑是令人振奋的一刻。

站在王先生身旁的高元妹书记第一时间为他戴上了口罩,就在这时,无法言语的王先生,竖起大拇指、望向高医生,用一个简单的手势表达内心的喜悦与谢意。那一刻,高元妹感到,连日来的辛苦都是值得的,所有的努力与付出都有了最好的回报。



高元妹医生查房时为患者行支气管纤维镜检查

援鄂临时党支部:党员携手、柔心济世

“高书记,我们又可以在一起战斗了!”得知被调整到高元妹书记医疗组的党员段业英兴奋地说到,在新的战场,我院三位驰援武汉的党员——高元妹医生和毕赐成、段业英护士又一次站在了一起,践行出新使命。

作为拥有9年临床经验的重症医学科“老”党员护士,毕赐成和段业英一到武汉便投入战场,专业技术扎实的他们成为了医生的“最强辅助”:不仅对ICU里所有的操作、治疗、医疗设备马上上手,在密切护理观察患者情况后,还会及时发现患者的问题,提醒医生进行相关的治疗;

对待每一个医嘱,他们反复核对,谨慎地保证每一个环节无误,医护配合、亲密无间。疫情在哪里,党员就要战斗在哪里。

一个党员一面旗,投身防疫第一线就是体现责任担当的试金石和磨石刀。毕赐成护理的是ICU病情最危重的几个患者,时刻盯紧患者的病情变化,毕赐成不敢有一丝松懈。有一次,他发现一位危重患者在用药后生命体征仍很不稳定。多年的护理经验让他直觉,问题可能来自药物送药的速度与方式出了问题,送药速度不均匀导致生命体征波动。于是他第一时间予以调整,果然患者的情况有所好转。由

于熟知ICU所有器械的操作,毕赐成无形中承担了医疗队护理教学的任务,医疗队其他护理同行都来向他请教;每次交接班的时候,毕赐成更是认真细致地和下一班的护理人员讲解,时常是最后一个交班离开的人。

沉着应对,接受考验,力争交出人民满意的答卷。段业英是我院驰援武汉三个队员中年纪最小的一个,但战斗的“韧性”却很强。由于长时间在隔离病房护理,支援的第二天,段业英的鼻头和额头便出现了压疮,却没有向任何人



援鄂临时党支部开展支部组织生活后留影

提及,半个月来压疮反反复复地长好又溃破,脸上也出现了明显的印记,但段业英却开玩笑地说:“这说明我防护做得很到位。”

从广州到武汉,重症医学科的三位党员配合默契、奋战“疫”线。关键时刻冲得上、危难关头豁得出来,以坚定的信念和行动,彰显了“疫情就是命令,防控就是责任”的政治自觉,展现了当代共产党人的英雄本色。“柔心济世 尚道精医”的柔济精神、护佑生命的医者初心与使命激励着他们在疫情危险处前进,坚定信心、战斗到底。

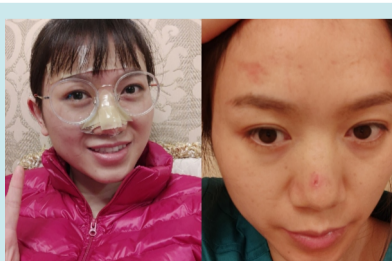
(医院办公室 白恬、严丽暖)



毕赐成指导护理同行进行相关操作



柔济三战士:高元妹(右)、毕赐成、段业英(左)



段业英护士脸上的压疮



驰援武汉，一线抗疫，柔济医者看到了什么？有何心声？

驰援日记，带你走进我院援鄂医疗队三位队员在武汉华中科技大学附属协和医院西院区的抗疫故事。

驰援日记

专业救治与人文关怀并举，击退新冠病魔

讲述者：重症医学科副主任医师 高元妹

在风险最高的岗位上救治患者，只为与死神抢时间

重症医学科的救治工作是新冠肺炎危重症患者的生命希望，但操作多、被传染风险高让医者面临巨大的挑战。新冠肺炎的危重患者会出现血氧差、呼吸困难，而提供呼吸支持时的各项操作——气管插管、建立人工气道、呼吸机支持、纤支镜检查 and 吸痰等等，都是

医护人员被感染的高风险操作。

为了尽最大可能救治成功，我和我的战友们都深知，一定要做好自己的防护工作，必须更加小心谨慎地进行防护，一定不能发生医护人员感染。如果因自身的不小心而发生医护感染，不仅拖累同行，更失去了支援的意义。



成功转出ICU的重症孕产妇：从抗拒、不信任到全心托付

一位重症孕产妇感染了新冠肺炎，剖宫产术后转入ICU，之前做了心脏瓣膜置换术，剖宫产术前长期口服华法林抗凝药物，而手术后也需要继续抗凝治疗。但剖宫产术后，既怕产后出血，又



因为产后血液处于高凝状态，容易出现凝血异常，引起心内血栓、心脏卡瓣。

作为广州重症孕产妇救治中心，我们在救治危重孕产妇可谓驾轻就熟，对于治疗方案已经非常熟悉，不同的是，这位孕产妇目前合并新冠肺炎，治疗多了一些复杂性，需要考虑更多的因素。但有以往的经验 and 团队的力量，我们抱以较大的信心，有条不紊地进行规范治疗。

“我不要在这里，你们不要碰我！”然而，这位产妇从进入ICU的那一刻便十分抗拒。尽管知道自己也是新冠

肺炎的感染者，但她认为自己住在ICU可能会加重感染，不仅拒绝触碰ICU的任何物品，更不让医护人员为她进行任何的治疗与护理，只反复要求马上离开ICU。为了缓解她的心理恐慌，我和队友们轮流去安慰她，到床旁拉着她的手，不断鼓励她，向她讲解治疗情况、下一步的计划，一点点打消她心头的恐慌。

逐渐地，她不再抗拒，愿意按时吃药、接受各种护理与治疗。从怀疑、抗拒、恐惧到接纳、信任、托付，这样的转变让我倍受鼓舞。

拒绝转出ICU的患者，让我看到人文关怀的重要

从患者角度来看，ICU是个令人惊恐不安的地方：灯24小时亮着，各种检测仪、呼吸机都在不间断地发出声音，穿着防护服的医护人员像“外星人”一样忙碌，身边的病友极其危重，随时都可能上演生死抢救，甚至亲眼目睹鲜活的生命逝去，这会给予清醒的患者无穷的压力。

患者杨先生（化名）感染新型冠状病毒后肺功能严重受损，缺氧明显，即便在给足了100%纯氧的情况下仍十分痛苦，不断指责医护人员舍不得给他氧气，插管时他情绪紧张、较难配合。我感受到杨先生强烈的恐惧



与不信任，但治疗却一分也不能耽搁，我紧紧地握着杨先生的手，对他说：“请你相信我们，我们会尽全力帮你！”通过不断的安慰，他也逐渐增强了对我们的信任。在随后的治疗中，我每天都会去床边查看杨先生的状

况，沟通安抚。

就这样，杨先生病情好转很快，可以转出ICU，我告诉他这个好消息时，没想到他却连连摆手：“不不不，我不要这么快转出去，我要在这里多待两天，在您这多治两天，情况更加平稳了再走。”我问他：“别人都怕在这里面，你怎么不怕？”杨先生一脸坚定地说：“你们在我有什么好怕的！”几句话就像春寒中的暖阳驱散了我心头的阴霾，看着病人病情好转、被他们深深信任，没有什么比这些更能让我们感到欣喜、骄傲的了。

穿上防护服 我就是来打“硬仗”的！

讲述者：重症医学科主管护师 毕赐成

“到了武汉，就是战士，战士就要马上上战场！”这是我支援武汉第一天的感受。7号晚到达，8号上午培训，下午3点就立马进入重症医学科开始护理工作，这样的紧迫感让我意识到，我确实是来“打硬仗”的！

协和西院区ICU收治的是新冠肺炎危重患者，医护人员的防护是最高级别的，因此每天要用的防护物资很多、用具消耗大，所以管控严格，每一天都是严格按照上班的人数来领取，甚至在派送的时候还会再三确认人员是否确实要进入ICU里面工作，以保证物资的数量精确，一件也不能多拿。



确保防护到位是首要的，每天我和同事都会互相确认一下防护用具穿得严不严，防护是否到位。协和的老师教我们要在防护目镜、眼睛上涂抹洗手液，让目镜上形成一个薄膜，这样可以防止呼吸时目镜上有雾气，影响视线。但因为经验不足，前两天涂抹不到位，护目镜和眼睛戴上后还是不可避免地起雾了。加上防护服、防护鞋套等将全身包裹得密不透风，工作时整个人又热又闷，就像在蒸桑拿，出的汗、呼出的雾气有时甚至会形成水滴，滴到自己的脸上。

工作几个小时，眼罩上的雾气很大，时常看不清眼前是什么，仿佛在迷雾里识物。给患者用药或者进行微量泵等操作时，会看不清上面写什么；要给患者抽血时，有时找血管都要费一番力，平时两三分钟都能完成的事，竟然



要5到10分钟才能做好。我和同事调侃说“我们现在全副武装，但好像武力值减半了”。

作为一个工作了9年的“老护士”，来到武汉，我仿佛又体会到了护理“新人”的感受。陌生的城市、环境、医疗操作，一切都需要我尽快去适应。战“疫”于我而言才刚刚开始，尽管有诸多困难，但这里的老师、同行，支援的队友们彼此都团结一致、互相帮助与支持，一起想办法、一起克服困难。困难是暂时的、也是正常的，我相信我们可以一个个克服，形成我们的工作模式、生活模式，真正发挥自己在这里的作用。

我们并不是要来当英雄 可如果不来 心里就会不安和愧疚

讲述者：
重症医学科护师 段业英

来武汉前，我对病毒“杀伤力”的认知，来自累计增长的死亡数字。亲身进入战场才知道，在疫情面前，生命是多么脆弱。刚到时，差不多每天都有人死亡，最多时一天5人死亡，这让我们所有人都感到压抑。有一天晚班，有位危重患者抢救无效死亡。他对床是一位意识还清醒的阿叔。虽然抢救过程中我们用一个屏风挡住他的视线，但抢救结束后我去看那位阿叔时，只见他两眼发直，眼睛里满是恐惧。



当时支援的消息还没出来的时候，我就决定要来。我是党员，又没成家，经验也比较丰富，挺合适的，第一时间就报名了。对于疫情，我心里肯定是怕的。

从疫情发生到赴武汉前，我也有过焦虑，睡不好觉，每天盯着新闻看。

我是瞒着父母来武汉

的。春节在家时，我悄悄试探了一下父母的口风，他们担心我的安全，并不太赞同我去武汉。从报名到出发，都不敢跟家里人提半句。我甚至想一直瞒着，等到疫情结束回到广州，再和爸妈说。但没有瞒住，被老家一位朋友知道了。到达武汉第二天，我给家里打了电话。母亲虽然有点生气，却不停地叮嘱我保护好自己，安心在武汉工作，每天给家里报个平安。

在协和医院重症医学科的一张桌子上，我看到一首手写的《凉州词》。我猜这是曾在这里奋战的某位同仁，为了激励自己和同事而写下的。在我们到来之前，本院医护人员连续作战一个多月，在疫情最恐怖之时苦苦支撑，我能想象到那种心情。我们并不是要来当英雄，但做了这份工作，这就是我们的使命，要对得起这身白衣。如果不来，我心里会不安和愧疚。

在武汉这段时间，当看到交警日夜守城查岗，酒店人员尽心尽力做好后勤，志愿者用心帮我们理发，我就觉得只要每个人站好自己的岗，难熬的日子一定会过去。



辟谣! 9个新型冠状病毒防控谣言, 千万别信!

新型冠状病毒感染的肺炎疫情备受关注, 各类信息铺天盖地, 其中不理性、伪科学的谣言也流传开来, 给市民朋友科学防控新型肺炎带来困扰, 加剧了人们心理上的恐慌。

谣言1 用电吹风强档, 面部手部各吹30秒即可消毒

新型冠状病毒要在56℃以上30分钟环境中才能杀死, 而身体任何一个部位用56℃的高温来吹容易导致烫伤。

谣言2 口罩蒸煮后可重复使用

口罩的设计是由不同的纤维组成几微米的孔径防止病毒的入侵, 用水蒸, 容易造成孔径结构改变, 无法达到过滤病原体。

谣言3 洗热水澡可减少新型冠状病毒传播?

洗热水澡不同于高温消毒, 通过洗澡的方式, 并不能减少新型冠状病毒。

谣言4 坚持少量多次饮60℃的开水可杀死病毒?

病毒侵害的是呼吸系统, 热水进入的是消化系统。饮60℃的开水并不能杀死病毒。

谣言5 毛领或绒外套更容易吸附病毒?

新型冠状病毒一旦离开人体肺泡上皮细胞, 存活时间不长, 在空气中2小时以上, 活性就明显下降了。所以和衣服的关系并不是很大。

谣言6 酒精浓度越高越容易杀死病毒

消毒酒精确实可有效灭活病毒, 但并非酒精浓度越高就越好。太高浓度的酒精, 对病毒蛋白脱水过于迅速, 病毒表面蛋白质形成一层包膜, 反而不能很好地渗透病毒内部杀死病毒; 而酒精浓度太低, 渗透性降低, 也会影响杀死病毒的能力。所以浓度为75%的酒精可以较

好地灭活病毒。

谣言7 用75%的消毒酒精+风油精雾化可杀死体内病毒

使用75%的乙醇擦拭经常接触的生活用品, 可以杀死可能附着在上面的病毒, 但并不是要靠吸进去杀毒, 这样的操作刺激性太强, 还没杀死病毒, 可能本人就倒下了。

谣言8 吃抗生素能预防新型冠状病毒感染?

新型肺炎的病原体是新型冠状病毒, 而抗生素针对的是细菌, 目前没有循证医学证据表明对于新型冠状病毒感染有预防作用。

谣言9 乳铁蛋白能抑制新型冠状病毒?

乳铁蛋白是乳汁中一种重要免疫蛋白, 帮助婴幼儿抵抗细菌、病毒等有害微生物, 但并无科学证据证明对新型冠状病毒有作用。 (感染科 潘兴飞)

疫情之下 更需关注心理安全感

疫情期间, 许多民众担心“封城”, 疯狂抢购和囤积物资, “双黄连口服液可以抑制新型冠状病毒”消息发布后民众将相关药品抢购一空, 这些非理性的行为, 正是“集体无意识恐慌”外化的表现。从心理学角度来看, 这可能是对过往如2003年SARS疫情创伤记忆的应激反应。

出现这七个症状要留意

如果出现以下七个症状, 则意味着可能出现心理安全感缺失或心理危机。

1. 不断搜索疫情信息。
2. 睡眠障碍, 出现失眠、早醒、易惊醒的情况。
3. 过度担心、焦虑不安。
4. 不自主的间断发作性心悸胸闷, 胃肠痉挛症状, 但是, 心率正常, 症状

缓解快。

5. 出现类似呼吸疾病症状, 嗓子疼、咳嗽, 呼吸不舒服, 不过症状不恒定, 易消失。
6. 过于惧怕去医院就诊。
7. 担心身边所有人的健康。

五个方法, 提升心理安全感

可以通过以下五个方法, 提升自我心理安全感。

- 1. 加强原生家庭或其它关系的情感沟通
防控疫情期间, 应接纳自己的焦虑和恐慌, 主动和亲人表达担心和焦虑, 进行情绪宣泄, 切忌压抑恐慌情绪。
- 2. 用个体的正能量强化社会安全环境
祖国就可以看作是第二个层次的原生家庭。在这个大家庭里, 舍小我, 爱大家, 互相给予正能量和爱的关怀, 社会安全环境得到了强化。

● 3. 树立积极平和的生存信念

疫情出现后, 无数医护人员逆行而行, 这是“向死而生”精神的典型体现。作为普通民众, 应尽可能平和面对, 直面疫情, 接纳疫情, 沉着应对。

● 4. 自我认可的提升

提升自我认可, 包括接纳自我过去的一切, 集中精神专注当下, 增强自己的自信, 提高战胜疫情(困难)的能力。

● 5. 培养战胜疫情困难的能力

学习新型肺炎的相关防控科普知识, 用科学的态度了解医学知识, 用理性的态度看待疫情发展情况, 掌握必要的防范措施。

疫情当前, 人们在做好对新型冠状病毒的防控措施之外, 也需要对自己和身边的亲人朋友可能出现的心理危机进行有效地疏导, 这不但有助于缓解人们紧张焦虑的情绪, 平稳乐观的情绪也有助于提升自我安全感。

(精神医学科 周伯荣)

孕期遇上新冠肺炎 怎么办?

新冠肺炎疫情期间, 特殊人群“孕妈妈”应该如何做好防护, 保护母婴安全呢?



一 衣食住行加以预防

1. 根据天气条件, 随时增减衣物;
2. 注意饮食, 多补充蛋白质和维生素;
3. 居家时定期开门窗, 注意通风散气;
4. 保持充足睡眠, 适当锻炼;
5. 尽量避免出门。须出门的, 务必戴口罩, 避免乘空气流通不良的交通工具;
6. 勤洗手, 勤换衣;
7. 避免接触疫区归来人群、有发热、咳嗽等疑似感染人群。

二 产检要继续 分娩更是耽误不得

1. 提前咨询拟就诊医院;
2. 就医前做好充分的个人防护, 随身携带免洗手液或消毒湿巾;
3. 选择人少的地方或户外候诊;
4. 回家后清洗双手及脸部, 洗脸要包括清洗耳、鼻, 更换外在衣物;
5. 住院期间避免亲朋来医院探视;
6. 分娩后返家前, 要对居家环境进行强消毒, 母婴返家后, 经常对居室进行通风换气;
7. 科学坐月子, 适度锻炼, 合理膳食;
8. 坚持母乳喂养, 有助于提高婴儿免疫力。

三 孕妈妈发烧咳嗽这么办

1. 监测体温, 记录个人健康情况;
2. 勿自行用药;
3. 居家隔离, 出现高热、呼吸困难等及时到发热门诊就诊。

此外, 孕妈妈出现这些情况应及时前往医院: (1) 腹痛, 先兆临产或临产; (2) 阴道出血; (3) 阴道流水; (4) 胎动异常; (5) 其他急诊症状, 如敏感部位疼痛: 全腹痛, 右下腹痛, 腰部局部点痛, 头痛眼花等。

(产科 贺芳)

五类汤品可提高抵抗力 居家隔离营养食谱助阵战“疫”

雪耳莲子百合排骨汤

百合: 百合味甘、性微寒, 归心、肺经, 具有养阴润肺、清心安神、润肺解渴、止咳止血、开胃安神之功效。

推荐汤水——雪耳莲子百合排骨汤

材料: 雪耳75克、百合100克、排骨500克、莲子数粒。

做法: 清洗后加水把材料一起放入煲内, 煮至一小时即可。

功效: 此汤清热润燥, 清肺止咳。对于肺热导致的咳嗽现象有很好的改善作用, 可以消痰化痰。

茉莉银耳羹

银耳: 银耳具有强精补肾, 补气和血, 强心壮身之功效。

推荐汤水——茉莉银耳羹

材料: 茉莉花3克, 银耳25克, 冰糖适量。

做法: 将银耳发开摘净, 加水炖烂, 调放冰糖、茉莉花, 煮沸即成。

功效: 此品可滋阴养肺, 适用于干咳少痰、头昏、眼睛干涩等。

白菜豆腐汤

豆腐: 《医林纂要》云: “豆腐清热, 止咳, 消痰。”

推荐汤水——白菜豆腐汤

材料: 白菜叶200克, 豆腐4块, 紫菜25克, 熟猪油50克, 味精5克, 料酒10克, 细盐4克, 高汤1000克。

做法: 白菜切段, 豆腐切块, 豆腐和



白菜下水焯, 锅中倒油烧热, 放入姜蒜葱, 炒香, 放入豆腐略煎一下, 加水小炖, 放入白菜翻炒, 最后调入盐和鸡精即可。

功效: 补充维生素、多种微量元素。

合掌瓜无花果瘦肉汤

合掌瓜: 合掌瓜可利尿排钠, 有扩张血管、降压之功能。经常食用对增强人体抵抗疾病的能力有益。

推荐汤水——合掌瓜无花果瘦肉汤

材料: 合掌瓜1000克, 无花果5粒, 鲜百合150克, 川贝母20g, 陈皮5g, 蜜枣2粒, 瘦肉半斤。

做法: 合掌瓜去皮去心切件。蜜枣, 无花果洗净备用, 瘦肉洗净余水备用。将水煲滚, 放入所有材料, 炖至一小时。

竹蔗红萝卜马蹄汤

荸荠: 俗称马蹄, 皮色紫黑, 肉质洁白, 味甜多汁, 清脆可口。荸荠中含的磷能促进人体生长发育和维持生理功



能, 调节体内酸碱平衡。

推荐汤水——竹蔗红萝卜马蹄汤

材料: 红萝卜250克, 马蹄250克, 竹蔗500克, 鲜百合150克, 蜜枣4粒, 瘦肉半斤。

做法: 红萝卜去皮切小块, 马蹄去皮, 竹蔗每节都从中间破开, 新鲜茅根洗净备用, 瘦肉洗净余水备用, 将所有材料放在汤锅内, 加入适量的清水, 开大火烧开, 用汤勺将浮沫撇去, 再转小火慢慢煲1.5个小时左右, 关火前5分钟加盐即可。

(临床营养科 刘佳)

“疫”区家书

给驰援武汉的丈夫一封“情书”

赐成:

见字如面! 算算日子, 你去武汉已有一周, 日子过得很快, 但又觉得很慢, 我和女儿都很想你。去之前同你说, 要多多跟我报平安, 你做得蛮好, 每次上下班都会告诉我, 让我安心不少。你同我说一到那边就开始上班, 我想你定是很忙碌的, 不知你是否已经适



应了那边的环境? 身体可还吃得消?

不瞒你说, 你去武汉我心里多少有点“怨怪”。这几日, 柔柔总是问我“爸爸呢?” 睡觉前没有爸爸说晚安, 她心里很是失落。其实, 失落的不止她, 你是咱们家的顶梁柱, 是个工作负责、孝顺长辈、照顾家庭的十全十美的丈夫、父亲, 女儿离不开你, 我也一样。

可我一想到, 在武汉也有无数像我们这样平凡快乐的家庭等待着医护人员去救治, 我便知道我不能“儿女情长”。同为医务人员, 我心里更理解你想要去一线战疫的心情。

我知道, 你心里一直有“英雄”情结, 平日里总是谁有困难便去帮忙。我总担心你去那边会逞英雄。之前, 听说那边物资紧缺, 我便担心你会不会一

“冲动”为了照顾他人将自己的防护用品给队友, 所幸, 你到了之后告诉我, 那边目前防护物资是够的, 我真是大呼一口气、心里的大石头落下。可我还是想对你唠叨一句: “一定要量力而行, 保重自己的身体。”你一切安好, 便是我最大的期盼。

那天, 你电话里同我说, 你护理的一位阿伯床空了, 你说得很快, 只是一语带过, 但我却听出你话里的伤感。我知道你心里会感到压抑难过, 甚至因此责怪自己。我也曾在重症医学科工作过, 明白那种眼看着生命逝去的无力, 但我相信只要我们尽力了, 情况一定会慢慢好起来的。你一定不要灰心、要加油, 你可是我和女儿的“大英雄”呢!

今天2月14日, 情人节。往年, 如

书信的收件人毕赐成
为我院驰援武汉
医疗队队员



果我俩
没值班,

都会去大搓一顿。真不巧, 今天你在武汉值班, 而我在广州值班。虽然不能一起过情人节, 但这个情人节还是很有意义的。我相信2020的这天一定是我们最难忘的情人节。庆祝只能等你回来再说了, 记得到时候要带我大搓十顿!

爱你的话都在心里, 千言万语, 只有一句, 盼你平安, 盼你归来!

(心血管内科: 唐炜菁)

“疫”线关怀

您去前线保“大家” 我来为您护“小家”

新冠肺炎疫情发生以来, 医院工会主动落实疫情防控各项工作, 持续关注战斗在疫情防控一线的教职工及其家属, 为他们解决工作和生活中的实际困难, 送去组织的关心和温暖, 做教职工贴心的“娘家人”。

2月8日, 正值元宵节, 医院党委苏广武书记十分挂念医疗队队员家属, 委托医院工会副主席吴兆红、女职委副主任张瑜协同重症医学科主任王懿春和护士长伍丽婵前往驰援武汉队员所住小区慰问家属, 给他们送去节日的慰问和组织的关心。

随后, 医院工会、团委和女职委联合组成工青妇3人保障组, 联合队员所在党支部, 落实医院对驰援武汉队员及家属保障工作, 为他们提供强有力的后勤保障服务。通过联系、落实妇联、工会、共青团等多部门发起的“您家的菜我来送”“您家的活我来干”“家事我来帮”、“母婴关爱项目”“青情小果篮”等系列送温暖慰问活动, 每周至少两次为医疗队队员家属配送果蔬生鲜, 为



元宵节慰问援鄂医疗队队员家属

有需要的队员提供家政保洁、婴幼儿关爱等服务; 为队员的家属送去各爱心团队提供的免费幼教服务、抗疫书籍、食品、生活用品等, 保障队员家属的日常所需。

保障组听说我们驰援武汉医疗队队员在寒冷的天气里拖着疲惫的身体手洗衣服, 立刻想办法通过网上平台购买洗衣机并联系相关物流, 确保能够尽快把洗衣机送到队员手上并安装使用; 想到我们的双职工因为其中1人驰援武汉家中人手紧缺, 马上联系家属所在科室做好相关排班协调, 保证其能够在兼顾工作的

同时不误照顾家庭; 听说我们队员的孩子所喝的奶粉所剩无几, 因为疫情影响无法按原来的途径购买放心奶粉, 立刻联系对应的奶粉公司, 为他们购买奶粉送到家; 想到我们的队员家属缺口罩, 立刻为他们多次送去医院给予的口罩、免洗手液及75%酒精等消毒防护用品……保障组经常性的问候, 点点滴滴的温情相助让医疗队队员及家属深深地感受到组织的温暖。

医院党委苏广武书记、陈德院长、陈耀勇副院长还亲自带队慰问队员家属, 为他们送上慰问金, 把组织的关怀亲自传达给各位家属。陈德院长在百忙之中录制加油视频, 慰问驰援武汉的医疗队员。

“君赴前线, 我来保障!” 援鄂医疗队员用生命在前线抗疫, 守护千千万万的家庭, 作为他们的“娘家人”, 医院党委、工会以及各职能部门将努力做好后勤保障工作, 在后方尽心为你们守护“小家”, 待君凯旋归来时, 合家团聚, 共庆胜利! (工会 张瑜)



院领导慰问毕赐成家属(中)



院领导慰问高元妹家属

元宵战“疫”

柔济医者的别样团圆

元宵节, 本是一年一度家人团圆的传统节日, 新冠肺炎疫情仍然严峻, 许多医护人员此时身处疫情防控前线, 无法与家人团圆。



为了让坚守在抗疫一线的医护人员感受到节日的气氛, 医院饭堂的师傅们特意动手包了汤圆, 给抗击疫情前线的急诊、发热门诊、重症监护室的同事们送去了暖心的节日加餐。自新型冠状病毒感染的肺炎疫情爆发以来, 许多在一线工作的医护人员取消了休假, 坚守岗位。而因担心家人被感染, 大多数在“高危”岗位工作的医护人员, 也自觉和家人进行了隔离, 每天只能通过视频和家人“见面”。这一碗代表团圆甜蜜的汤圆, 是暖心的关怀和最温馨的祝福。(医院办公室)

疫线故事

被护士妈妈“赶出家门”的孩子 却寄来了暖心甜点

2月6日, 急诊科收到了几大箱雪花酥, 都是曾丽平护士长的女儿莹莹在春节期间自制的, 用来感谢忙碌在疫情一线的医护叔叔阿姨们。快递寄来时, 莹莹已经快半个月没有见到自己的妈妈了。

“她这么懂事, 我真的很欣慰。”曾丽平很感动的说道。大大的快递包裹背后, 何尝不是孩子对母亲浓浓的思念之情。新冠肺炎疫情防治工作中, 曾护士长负责医院隔离病房的工作, 几乎每天都会接触到疑似病人, 稍有不慎就极易发生感染。虽然很不舍, 但还是决定把自己和家人隔离开来。先生在老家陪伴老人, 13岁的女儿则被她送去了自己妹妹家住。

女儿开始很不情愿, 也不理解, 后来在许多关于疫情的新闻报道中, 她看到医院的许多医护人员穿着防护服“全

副武装”的样子, 逐渐知道了此次疫情的严重性, 也明白了妈妈在医院急诊的一线工作确实风险很高, 这么做其实是为了保护自己。“妈妈, 刚刚我忽然想开了, 您不用担心我了, 要努力打胜仗喔!” 2月1日, 莹莹在发给妈妈的微信中说道。

莹莹在小姨家闲来无事, 想到自己也可以为医护人员做点事情, 于是就和小姨一起, 在小姨的指导下动手做起了雪花酥。

“医院的所有医务人员辛苦了!” 可爱的孩子们表示, 最近医院的叔叔阿姨们都很忙, 万一错过了饭点, 饿的时候吃点雪花酥, 还可以补充一点能量。这些孩子们用稚嫩的双手亲自做的甜点,



承载着满满的爱, 这也是家属对医护人员充分的理解和支持。

(急诊科 彭丽霞)