宁波市驰援湖北医疗队配备两名心身医学专家

“阳光处方”让重症病房持续晴朗

宁波市驰援湖北医疗队的不少队员没有重大传染病救治、大批量危重患者救治经历，也没有长时间在严密防护下的工作经历。尽管他们做了充分的思想准备工作，但真正进入隔离病房，身心还是受到了重大冲击。

医务人员的身心健康是医疗队首要考虑的，医疗队管理层先后采取了多项举措实施预防性干预。

昨日，医疗队临时党委书记阮列敏说：“市卫生健康委在医疗队里配备了2名心身医学专家，就是考虑到重大疫情可能带来的群体性心理问题，以及由此引发的对治疗效果的影响。”

武汉话拉家常、水果牛奶来传“传情”，迅速让紧张、焦虑的患者放松下来；唱歌跳舞来做操，必要时候各种萌，也让病房的整体氛围活跃起来了！

调动队员身心晴朗“小宇宙”

医疗队对200多名来自20多家单位的队员化整为零、科学搭配成9–11人不等的固定班组，既可以实现技术、经验的“互补”，又利于迅速消除陌生感、形成稳定的团队支持系统与协同效应。

生活保障上，精美的电子生日贺卡与“穿城”采购的生日蛋糕，不断提升的饭菜质量，随时取用的水果、牛奶等，微波炉、烘干机、羽绒服、电热毯、雨靴，以及备有各种药品的医务室等，医疗队管理层动足脑筋让医务人员生活无忧。

为了让分散在2个驻地、“四班”制轮班工作的200多名队员迅速融为一体，医疗队创建了“队报”“队号”。“队报”就是每日一期的驰援湖北医疗队专题工作简报，上面刊登着医疗队工作信息，以及获得的各类社会支持。“队号”就是“甬鄂同心”医疗队微信公众号，专门讲述队员的“身边人、身边事”，传播医疗队正能量。

在此基础上，心理专家对医务人员实施了全面的心理筛查，并开展一对一的心理支持。

“先想办法做好团队建设与保障，努力减少队员们生活上的不便、工作上的顾虑，在这个基础上再实施心理支持与干预，才有意义。”阮列敏说，“医务人员心理建设做好了，团队的可持续战斗力也就稳定下来了。”

打开重症患者心房

宁波市驰援湖北医疗队接管了华中科技大学同济医院光谷院区医疗队，面临近百位重症甚至危重症患者，医疗队承受着巨大的医疗工作压力，而患者的情绪状况则对医疗队提出了更大的挑战。医疗队迅速制订了“心身同治”多学科治疗模式，心理医生全程参与患者治疗。

第一步，向全体队员发出了两份“书”。

一份是“倡议书”。与其说是倡议，不如说是指导书，手把手指导医务人员面对隔离的重症患者，怎么说、怎样做。

还有一份是“武汉方言与普通话互译书”。在此前网络上热传的“武汉方言普通话翻译版本”基础上，医疗队专门组织宁波市第一医院武汉籍医学专家编写，新增了一些用于缓解患者情绪、拉近医患距离的语言。

在这两份专业“指导书”的帮助下，医疗队的医务人员很快找到了打开重症患者心房的“钥匙”。2月16日，医疗队收到了第一份惊喜，这是第一位打开心扉表示感谢的患者。

这封特殊的感谢信让好多队员欢呼雀跃，并纷纷使出了自己的“十八般武艺”：武汉话拉家常、水果牛奶“传情”，迅速让紧张、焦虑的患者放松下来。唱歌、跳舞、做操，以及各种卖萌，也让病房的整体氛围开始变得活跃。

心理专家还进舱实施床边心理疏导与支持。“大概在我们接管的一个星期左右吧，病房的气氛明显改善了很多。”队员禹海航介绍。

2月20日，一名患者自己谱曲填词的献给宁波市驰援湖北医疗队队员的歌在病房里传唱，再次让医疗队队员们热泪盈眶。

当病房斗舞的视频传遍网络后，病房里的患者纷纷传看。立即有一位患者大哥表示“不服”，认为并不能代表武汉市民的舞蹈水平，于是，重症病房里的兼职“舞蹈教练”及新一届“舞王”诞生了。

记者 陆麒雯 通讯员 鲁苏霞

我市又有5名医疗卫生人员驰援湖北

2月22日上午，宁波又有5位医疗卫生人员出发前往湖北抗疫。

根据省卫健委《关于抽调疾控人员赴湖北荆门支援开展疫情防控工作的通知》，宁波市疾控中心此次抽调了1名流调统计、1名消杀和1名实验室人员参加荆门的对口支援。他们分别是宁波市疾病预防控制中心结核病防治所平国华，健康教育所贺天锋，消毒与生物媒介防治所杨思嘉。

贺天锋是此次出征湖北公卫医疗队的队长，主要是负责流行病调查的工作；平国华主要是负责实验室的检验工作；杨思佳主要负责消杀工作。

2月22日上午11点半，3位公卫人员乘车前往杭州，将和省内其他公卫人员一起，到湖北荆门参加抗疫工作。

据了解，此次宁波市疾病预防控制中心出征的三名队员是我市首批驰援湖北的公共卫生人员。

自新冠肺炎疫情发生以来，我市已先后派出了多批共305名医务人员驰援湖北。2月22日，宁波大学医学院附属医院也有一名医生和一名护士驰援湖北。他们是宁波大学医学院附属医院消化内科副主任医师丁勇和急诊科护士黄務磊。

记者 孙美星 通讯员 王锋 庞赟

市民最关心复工后如何加强自身保健

市中医院和甬上APP联合举行的线上咨询中医药公益活动结束

为满足复工复产人员和广大市民对疫情的预防保健方面的需求，2月22日，宁波市中医院联合“甬上”APP举办“防控疫情线上咨询中医药公益活动”，为复工复产人员和市民线上答疑、提供中医药预防服务，吸引了不少市民参与。

据专家反馈，市民最为关心的问题是复工后如何进行自我防护，希望专家能够提供一些建议；此外还有常见慢性疾病的日常用药、保健、康复等相关问题，还有不少市民上传化验单、检查单或舌苔、皮肤情况等进行咨询。专家们表示：“特殊时期，要引导市民防疫、抗病两不误。”对于一些无法线上解决的问题，专家们会引导患者来医院门诊进一步诊治，并叮嘱其做好防护及其他注意事项。

据悉，此次参与线上咨询的十位专家都是高年资中医药专家，并且有5位医生都是宁波市中青年名中医，分别来自内分泌科、妇科、皮肤病科、风湿免疫科、肿瘤科、脾胃病科、治未病科、肾病科、肺病科及儿科，基本涵盖了老百姓常见病的各个领域。线上问诊正式开始时间是上午9点，“早上7点就有患者在线等了！”市中医院治未病中心主任刘宏飞博士说。

据悉，截至当日17点，该活动访问人数达8000多人次，几百位市民参与了线上互动。

此次活动受到了市民们的广泛青睐与好评：“问了专家后心里踏实了很多，复工复产只要做好防护就行了！”“特殊时期去医院总有各种各样的担心，听了专家的建议，知道怎样保护自己，没有之前那么紧张了！”“待在家里就能得到名中医专家的免费指导，很不错！”不少市民表示，希望今后能有更多这样方便的和名医面对面的机会。

此次活动的顺利举行，凸显了“互联网+”中医药诊疗模式及线上线下联动结合的特色优势。据了解，宁波市中医院自2月17日起还开通了线上“中医药防疫保健门诊”，后续市民朋友如有预防、保健、咨询等方面的需求，也可关注宁波市中医院微信公众号参与网上咨询。

记者 孙美星 通讯员 陈君艳