

# 我市40名医护人员驰援上海

## 投身抗疫一线



十堰援沪医疗队部分队员打出“爱沪十堰”的标语。

■文、图/记者 周仑

本报讯 近日,上海的疫情牵动着所有中国人民的心。按照市委市政府要求,4月3日,我市抽派40名医护人员紧急驰援上海,助力上海筑牢疫情防控防线。目前,十堰援沪医疗队已经开始此次援沪的核酸检测工作。

记者获悉,此次抽派的40名医护人员来自市太和医院、市人民医院、国药东风总医院等多家医院和市疾控中心,一同加入到湖北援沪医疗队。

高波是市太和医院检验科的一名医生,作为此次援沪医疗队太和医院的领队,他带领太和医院其他3名男医生一同前往上海。“我曾代表医院前往天津支援疫情防控工作,作为一名有经验的‘老兵’,此次前往上海更是职责所在、义不容辞。”高波告诉记者,跟他一起的3名医生分别出生于1988年、1990年和1991年,年纪都较小。

高波说:“我们是4月2日晚上7点多接到的任务。4月3日早上7点,十

堰40名队员集合后,统一乘坐大巴到武汉,到武汉后已经是下午1点多,我们又乘坐下午3点的专列赶到上海。”

据悉,40名十堰援沪医护人员都被分配在上海浦东新区的之江医学检验所,主要从事新冠病毒核酸样本的检测工作。40人同时进入检验所工作7小时,在熟悉流程后可以检测超过2500管样本。记者粗略算了一下,在保证准确性的前提下,每名队员每小时可以检测约9管新冠病毒核酸样本。

“我是十堰市人民医院的医生,医院此次派出4名检验科的医生。”市人民医院援沪医疗队队长陈鑫说,他今年30岁,去年结婚到现在,已经两次支援抗疫。今年他曾去支援武汉,此次再次出征上海。“我们一定能战胜疫情,上海必胜。”陈鑫表示。

在此次十堰援沪名单中,大多是90后。年龄最小的仅有24岁,是来自丹江口市疾控中心的沈翰林;年龄最大的50岁,为郧阳区疾控中心的赵宗芬。

## 市中医医院专家走进市委机关开展健康心理讲座

■通讯员 肖平

本报讯 如何正确对待压力和情绪,如何营造积极的阳光心理,中医心理及养生保健有什么特点?近日,十堰市中医医院心理卫生专家易天军教授受邀到市委机和保密局,为40余名领导干部作“靠近我 温暖你——心理健康和中医保健”专题讲座。

易天军首先向大家介绍了市中医医院和精神卫生中心的基本情况、优势技术和诊疗特色,结合近30年的临床诊疗经验,从健康的基本理念、中医心理体系的形成、情绪压力对身心工作的影响和处理、中医养生保健的原则和方法,以及中医辨证论治、整体观念的精髓,从专业角度进行了系统诠释。

特别是在分享过程中,易天军根据机关干部的工作特点,传授自我调节、有效排解不良情绪、调整和谐人际关系、缓解焦虑压力等方面的九种技法,即自我接纳法、积极应对法、理性思维法、成功闪回法、经验重组法、举重若

轻法、适中定位法、放松训练法和中医调理法,并传授了几个简单实用的减压策略和放松小妙招。易天军不时进行互动交流,现场气氛活跃,大家听得津津有味。

讲座结束后,市委副秘书长、市委机和保密局局长朱宗宇作点评。他说,易天军教授的讲座通俗易懂,很接地气,从心理健康、中医保健等方面系统阐述了许多内容,为我们打开了思维空间,提升了对心理健康的认知;通过讲述心理健康与哲学、心境、压力、情绪的因果联系,让人开悟启智,对工作和生活以及处理各项矛盾具有很强的指导意义。同时,将心理与道德相结合,倡导做一个道德高尚的人。将心理与哲学相结合,提倡看问题要一分为二,要透过现象看本质。要正确处理得与失,荣与辱,苦与乐,压力与动力的关系,做到真正的身心健康,希望大家进一步深切领悟,增强心理调试能力,及时解决调心、养神、意识的问题,以健康的状态履职尽责、担当作为,扎实推动各项工作顺利开展。

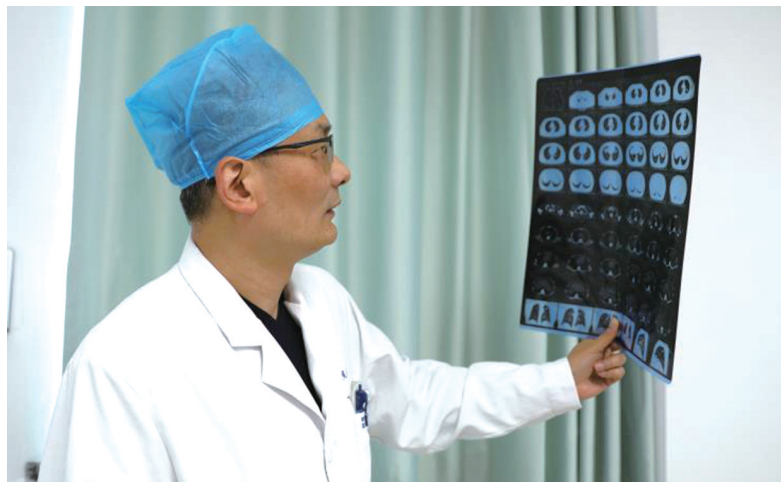
### 开栏语

榜样是一面旗帜,鼓舞着我们的斗志;榜样是一座灯塔,指引着我们的方向;榜样更是一种精神,激励着我们不断前行;榜样的魅力,让我们见贤思齐;榜样的情怀,让我们倍感温暖;榜样来自平凡,就在我们身边。无论是医生护士、社区工作者、燃气工人,还是导游、交警、消防员,每一个人、每一个榜样都是独一无二、不可或缺的。为进一步传承、发扬榜样精神,今起,十堰晚报秦楚网推出“走近一线榜样·致敬平凡英雄”专栏,用文字和图片记录下秉持理想信念、保持崇高境界、坚守初心使命、敢于担当作为的平凡岗位上的英雄,在社会上形成学习先进、争当先进的良好风尚。

### 走近一线榜样·致敬平凡英雄①

西苑医院感染科医生吴激波

## 疫情定点救治医院的“定海神针”



吴激波认真研判患者病情。

■文、图/记者 周仑

“市疫情防控指挥部通知,两个小时后,我院将转入一例新冠肺炎患者,请立即做好救治准备!”今年3月15日下午,刚刚在ICU(重症医学科)查完一例重症肺部感染的患者,太和医院西苑院区感染科医生吴激波便接到上级领导的电话。

“我在医院,半个小时内能够准备到位。”吴激波一边往隔离病区赶,一边联系第一救治医疗小组成员。半个小时内,第一救治组3名医生、4名护士集结到位,迅速准备应急隔离病区床位和救治设备。医务科、护理部、院感办及安全保卫、后勤保障等相关人员全部到位。经过检查、治疗,患者症状有所减轻,按市疫情防控指挥部要求,该患者于3月16日凌晨转武汉市金银潭医院进一步治疗。

“患者的事就是我的事,尤其是在新冠肺炎这场阻击战中,我应该站出来,全力救治每一位新冠患者。”吴激波早已记不清这是他第几次跟家人说这样的话。作为西苑医院疫情防控医疗救治专家组组长、感染科主任、重症医学科主任,吴激波在十堰抗击新冠肺炎疫情中,作出了巨大贡献——他曾带领医护人员治愈200多例新冠肺炎患者。

在疫情防控这场阻击战中,吴激波成为我市救治关中的“顶梁柱”。

“除了救治,从风险区回来的人员,我们也按确诊患者的流程做好院感和防护,单间隔离治疗。”吴激波说,“中高风险区返堰人员,最多时我们这里同时收治4例,少的时候有1例。”据统计,2021年以来,西苑医院共救治风险区回来的除新冠肺炎外其他病患150余人,包括高血压、糖尿病等慢性病患者,以及外伤、阑尾炎、宫外孕患者等。

吴激波从医近30年,经历非典、H5N1型禽流感等重大传染病的救治。2020年,新冠疫情来势汹汹。2020年1月19日,吴激波接诊全市首例确诊患者,3月19日送我市2020年最后一例确诊患者出院,吴激波两次进入隔离病区长达43天,“我深切体会到,伟大抗疫精神是中国人民与疫情殊死较量,以无畏气概、血肉之躯铸就的。无论是医务人员,还是患者,每个人都是战士,每个人都是勇士,每个人都是最可爱的人。”

自疫情防控工作开展以来,吴激波把抗击疫情作为践行初心和使命的“主战场”,积极行动、深入一线,率先垂范。在检测点上能听到他亲切的问诊声,在进村入户路途能看见他忙碌的身影,在抗击肺炎疫情隔离病房医生的名单中有他的名字……作为一名基层党员,他充分发挥党员先锋模范作用。面对疫情,他迎难而上,冲锋在前,用实际行动践行共产党员“不忘初心、牢记使命”的庄严承诺。