



武汉居民隔空致谢白衣战士

10岁小男孩带头喊出“你们辛苦了！”

现代快报 武汉战疫队

Day51 公园附近的居民看到穿着白大褂的我们，带着小孩儿来阳台上和我们隔空喊话：“白衣战士辛苦了！武汉人民谢谢你们！”“不辛苦不辛苦！为人民服务！”“谢谢你们给我们力量”“不说，抹眼泪去了”



汪蔷薇的朋友圈

快讯(特派记者于露)“白衣战士辛苦了，武汉人民谢谢你们！”3月15日上午11点，刚从江夏区第一人民医院下班的江苏援湖北医疗队队员汪蔷薇和同事们听到了医院对面居民的大声喊话。

回忆起当时的场景，汪蔷薇印象深刻。“当时我们从医院回住处，

穿着白大褂。突然听到对面小区有喊声，我们一看，一幢楼上大概有三四户居民都在阳台上喊，还有一个小男孩，一边跳一边喊，说‘白衣战士辛苦了，武汉人民谢谢你们’，声音很大。”

汪蔷薇说，声音持续了5分钟以上，“我当时一下子热泪盈眶。我们回他们：‘不辛苦不辛苦，为人民服务！’”回到住地后，汪蔷薇在朋友圈里发了条短视频，记录这一难忘的瞬间。很快，这条视频就被刷屏了，同事、朋友纷纷留言点赞并转发。

汪蔷薇说：“其实我们更想对武汉人民说谢谢，谢谢他们的付出、坚强、包容与爱，谢谢他们给我们力量。”

和汪蔷薇一起听见呐喊声的，还有不少江苏援湖北医疗队的小伙伴们，大家都很感动。江苏援湖北医疗队队员、南京市溧水区人民医院ICU护士杨秋悦说：“武汉人民也很辛苦不易，能得到他们的回应，让我觉得一切都是值得的。这也是给我们信念上最大的支持。”

当天下午，现代快报记者根据视频中的位置，找到了江郡华府小区，联系上了隔空喊话的居民艾先生和他的儿子小逸佳。

原来，带头喊话的正是10岁男

孩艾逸佳。小逸佳告诉记者，当时他和爸爸在阳台上看到一些穿白色衣服和绿色工作服的人，他在新闻里见过，知道这是医生和护士。“我当时心情很激动，就对着他们大声地喊‘你们辛苦了’，喊了有三四分钟。”

艾逸佳说，他从新闻上知道，因为武汉疫情，这些医护工作者一直在救助病人，为武汉加油，所以他很想对他们说一声“辛苦了”。

听到儿子的声音，艾先生也被感染了，一起喊起来，“因为隔得远，我们喊得比较大声。我们说‘你们辛苦了’，他们回‘不辛苦’‘武汉加油’。大家都想把内心的感情表达出来。”艾先生还记得，当时，隔壁邻居也跟着一起喊了起来，还有邻居表扬了逸佳。

艾先生介绍，自己平时除了值班一直待在家里，今天正好在阳台上看到了这些医护工作者。“我只是表达一个普通的武汉人民内心的情感，大家都想对他们说一声感谢！”



扫码看视频

江苏“美小护”:病房里有了欢声笑语 现在最喜欢的事情就是上班

“以前，爸妈把我保护得很好，他们没想到，女儿有一天也能站出来保护大家了。”1992年出生的王梦兰是一名援汉护士。来武汉的第一个多月，面对重症病房里满满的患者，小姑娘一度失眠压抑，但随着出院的病人越来越多，病房里出现了欢声笑语，她爱上了上班。

像王梦兰一样，许多90后、00后的年轻人，经此一战变得更加勇敢更加有担当。

现代快报+/ZAKER南京 特派记者 李楠



王梦兰现在最喜欢的事情就是上班 受访者供图

患者和战友，都让我感动、安心

来武汉一个星期后，王梦兰从ICU转到了重症隔离病房，相较于之前，这里的病人病情稍微稳定一些。除了生命体征和体温的监测，病人心理状态的记录也成为关键。

王梦兰记得，病房里有一位70多岁的老奶奶，从她进入病房开始，奶奶就已经住了进来。整个人躺在床上，也不说话。虽然奶奶不是她的主管病人，但王梦兰每次只要路过，都会进去看看她。

后来，奶奶的病情越来越稳定，下了监护。能够下床的奶奶拉着王梦兰和同事们一起合影，和刚来的时候完全不同。“她还给我们写了一封感谢信，让我们以后再来武汉，她带我们一起玩。”

虽然医疗队整建制接管了病区，但还会留一两位本地医护人员帮忙协调、处理医嘱。王梦兰记得，

第一次进入重症隔离病房，发现里面病人住得满满的，根本忙不过来。就在那个时候，她发现一位本地的医护人员默默地在身后帮忙打针，帮着记录监护仪上的信息。王梦兰一下就觉得安心了。

现在我也能站出来保护大家了

当父母收到女儿去武汉的消息，他们沉默了。王梦兰告诉现代快报记者，她从来没有离开父母这么长时间，父母一直把她保护得很好，也从来没有想过女儿有一天也能站出来保护大家。

虽然妈妈也舍不得女儿，但还是边哭边为女儿收拾行李。到了武汉之后，妈妈每天都会算准了女儿的下班时间打来电话。

“我第一次听到爸妈说为我骄傲，我超级开心。”谈起父母，王梦兰的声音充满思念与甜蜜，“想吃我妈做的排骨汤。”

开始失眠压抑，现在喜欢上班

王梦兰是苏州大学附属第二医院重症医学科的一名护师，2月1日晚上10点，她收到驰援武汉的消息。“我没有想很多，就是觉得我应该来。”2月2日，她随江苏第三批援湖北医疗队抵达武汉，在华中科技大学同济医院中法新城院区开展护理工作。

刚开始的时候，陌生的环境、高强度的工作、压抑的病房，一度让王梦兰非常抑郁。“刚来的第一个星期特别难熬，压力非常大。每天就是工作，也不敢去其他地方，也没有人和我说话。”孤独的环境和沉重的心情让从不失眠的王梦兰好几个晚上睡不着。

还好，随着出院病人越来越多，大家都对抗击疫情有了信心，病房里慢慢出现欢声笑语。她说：“每天最喜欢的事情就是上班。”

90后医生把沙盘游戏带进方舱 帮助新冠肺炎患者修复心理创伤

在武汉江夏区大花山方舱医院，有一位“爱玩”的90后医生李昀泽，他会给患者唱《野狼disco》，还会带着患者在沙盘上摆弄玩具。

“这些都是给患者疏解心理压力的手段，效果不错！现在方舱医院都已经休舱了，但并不意味着我们就能休息。”3月15日，李昀泽向现代快报记者介绍，他这些天都在抓紧整理病历，还将持续关注治愈者的心理状态。

现代快报+/ZAKER南京特派记者 是钟寅



李昀泽即兴表演说唱 受访者供图

心理治疗≠心灵鸡汤

1990年出生的李昀泽来自江苏省中医院神经内科，是国家中医医疗队江苏队的成员。“平时工作中，我会接触到一些有心理问题的患者，因此考三级心理咨询师的证，希望能给患者多一些帮助。”2月21日他来到武汉，心理治疗的技能在方舱医院里派上了用场。

“每一位患者入院，我都会给他们做身体状况和心理状态的两项评估。”李昀泽很快就发现，情况比他预想的更复杂，“送到这里的基本都是轻症患者，身体上的疾病不是太重，但有些人心理状况需要干预。”他遇到一些患者倾诉欲很强，有些患者则是特别沉默，这些都是心理问题的征兆。进一步交流中，他归纳出几种具有代表性的情况：有的患者住院后，担心家里亲人的身体状况；有的患者是一家人集体发病，先发病的人很自责，觉得是自己传染了一家人；有的患者则是夫妻二人分别在不同的医院治疗，彼此牵挂……由于方舱医院是用体育馆改造，所有患者都集中在同一个区域内，这种负面情绪很容易传播，于是李昀泽立即展开心理干预。

“心理治疗不能光靠聊天，医生简单给患者灌‘心灵鸡汤’，是没用的。”李昀泽发现，并不是每个患者都愿意跟医生打开心扉，即便是一些患者愿意交流，但医生戴着口罩、护目镜，患者无法从医生的表情获取反馈，实际交流效果也会打折。而且，他长时间说话，口罩内侧都会被水汽打湿，影响透气性，自己也会憋得缺氧。于是，李昀泽想到了用“心理沙盘”给患者做心理治疗。

沙盘上，患者敞开心扉

这种心理治疗手段，让患者们都感觉很新鲜，乍看之下他们就像在摆弄玩具，但在一个个细节中，却能映射出患者的心理状态。

李昀泽介绍，有一位患者让他印象深刻。“患者把代表自己的小人，摆在沙盘中间，围上了一圈栅

栏，然后把代表了家人的玩具小人，都放在很远的地方。”李昀泽察觉到，这反映出患者缺少安全感，还担心亲人被传染。

他在跟这位患者的交流中，就表现出更多关心，营造出有安全感的氛围。他还询问患者，能否拆掉沙盘上的栅栏，帮助患者破除心魔。“患者一开始不同意拆掉栅栏，后来我又跟他解释，新冠肺炎的患者在治愈后，身体里都有抗体，不会再传染家人。最终，这名患者同意把沙盘上的栅栏拆除了。”此后，他再给这位患者做心理评估，状况明显有改善。

即兴说唱，让大爷大妈一起摇摆

半个多月，李昀泽每天都会进舱，一共给60多名患者采用了“心理沙盘”的干预方式。有时，他还会即兴给患者表演说唱。“大爷大妈也能接受，虽然他们不一定能听懂《野狼disco》唱了什么，但也能跟着节奏摇一摇，就像跳广场舞一样。”李昀泽说，每到这时，舱里洋溢着欢快的氛围，大大缓解了患者的焦虑感。在休舱前，他给这些患者又做了心理评估，焦虑抑郁量表的数值有所下降，情况明显好转。

在医疗队里，李昀泽也察觉到一些队友心理压力较大。“队友可能嘴上不说有心理压力，但有些人会把口罩、护目镜勒得特别紧，甚至到了呼吸困难、头疼的程度。这其实也是心理压力的表现。”他采用了“心理卡牌”的交流方式，根据队友选取的卡牌图案，判断其心理状况，帮助队友化解压力。

如今，大花山方舱医院已经休舱，医疗队却是“休舱不休息”，李昀泽也不例外。这周，他完成了病历整理工作，正在总结救治工作和心理干预的经验。他表示，患者的新冠肺炎虽然已经治愈，但心理康复是一个长期的过程，有些人的焦虑情绪还会继续，他还将持续对这一群体进行关注和干预。