



上海援鄂医疗队雷神山医院医生张帅——

在停车场里传球颠球 既能锻炼又能缓解压力

3月31日,上海多批援鄂医疗队的700余名队员先后乘包机平安抵达虹桥机场。当天下午4点30分,他们乘坐大巴抵达东方绿舟,并在此进行为期14天的休整。“等一切结束后,想早点回球场动动球。”毕业于上海中医药大学,如今在龙华医院就职的张帅说道。在大学生校园足球赛场上,他是球队的核心主力,六年之后的今天,他是抗疫“最佳阵容”的一员。

本版撰稿 本报记者 龚哲汇

手持鲜艳的五星红旗,走出航站楼,张帅难掩激动。他凑到一个摄像机前兴奋地说道:“我马上就来啦!”直播信号传送到另一端的屏幕,他的妻子早已热泪盈眶。得知丈夫抵达上海,身怀六甲的她就在各个频道寻觅张帅的身影,终于听到了丈夫报平安。分别45天,一家人终于能够团圆。

回想一个半月前,张帅给妻子打了一通电话。“我爱人当时在老家,我就和她说我想报名去武汉。实际上她早就知道我想去了,所以也没多说什么,交代了一下注意安全之类的。”因为妻子也是学医,所以能理解张帅想去一线抗疫的志愿。而为了不想让父母担心,张帅没有如实向家中二老禀报去向,只说自己要出个差。“现在想想在这个特殊的时刻,一定是瞒不住的。”事实上,父母早就知道张帅前往武汉的消息,“哪个家人会不担心的,但那个时候,即便有不安也要去武汉,我一直很感谢他们的支持。”

不止是张帅一个人,2月14日晚,龙华医院发出了驰援武汉的倡议,在张帅所属的心内科,几乎全员积极响应,“第二天上午10点,名单就出来了。下午2点,我们已经在去武汉的路上了。感谢领导的信任,让年轻的我有机会实现理想。”当天的虹桥机场,援鄂医生在出征前再次宣读希波克拉底誓言,张帅也和所有的战友一样,大声喊出了自己的口号,随后登上了前往武汉的航班。

“当飞机还在天上盘旋的时候,你从上面往下看,看得非常清楚,马路上一辆车都没有,就感觉这座城市像是生病了。”电影般的场景真实地呈现在眼前,张帅的心中只有震撼,“但我们医生倒是没有害怕,因为大家都是做好心理准备的。”前往酒店的过程中,街道上也难以见到行人。“每天乘车去医院,当地给了医疗人员开了一些特别通道,比如公交车可以上高架,高架上也沒什麼车辆,平时一个小时车程缩短到了半个小时。”

张帅和他的同事所负责的病区,正是在这次抗疫斗争中大名鼎鼎的雷神山医院。1月25日,武汉市决定建造武汉雷神山医院,2月5日医院就已交付使用,一所医院的建成,更是彰显了“中国速度”。说来也巧,在雷神山医院建造的过程中,张帅还当过一段时间的“云监工”,“过年的时候,还在看施工呢,十几天后就已经站在现场了。”而当张帅亲自站在雷神山医院门口的

时候,他不禁感叹起国家力量的强大。“第一次去雷神山,进去前门口有一条路,坑坑洼洼,路况不太好。可当我20分钟后从医院走出来时,一条崭新的柏油路已经修好了,我甚至以为自己不是走错了。”

更让张帅感到不可思议的是,雷神山的所有病房都被建设成了负压病房。病房内被患者污染过的空气不会直接泄露出去,而是通过专门的管道及时地排放到废弃物处理设备,是最适合治疗呼吸道传染性疾病的病房,但也因此建造成本较大。“要知道即便在上海,一所医院的负压病房也只有一个,我们一开始以为这里只是普通的病房,但雷神山所有的都是,安装负压系统,仅仅用了三天。”

在张帅工作的过程中,雷神山还有正在搭建的病房。“病房一交付,两个小时就有病人住下了,随后病房很快就满了。”张帅所负责的病区,病人以普通症和重症为主,“病人肺部病变严重,但是氧合能力尚可,也有躺在床上,身体比较虚弱的病人。”

除了每天查房,观察病人的身体情况外,张帅还要对病人和他们的家属进行心理辅导。“有一位女士,她的母亲因为新冠肺炎不幸去世,她80多岁的父亲在我负责的病区,每天都会联系我询问情况。有时我不在班上,我就帮她问其他的医生,其实我非常能理解尤其是病人家属的紧张情绪。好在老人恢复情况良好,并在不日后顺利出院在家静养。”

一次武汉之行,张帅的微信又多了几十个好友,即便是回到上海,张帅也保留了他们的联系方式。“印象最深的是一位病人,他和他母亲原本在我们龙华医院附近工作的,没想到在武汉接受了我们的治疗。一家三口都被感染了,但是在治疗后三人同时出院,我作为医生也非常高兴。”病人在痊愈后表示将来一定回上海再次表达谢意。

“一开始武汉的疫情是挺严重的,但是全国有那么多医护人员支援,还有国家的支持,一定会控制住的。”3月13日,武汉新增病例首次降为个位数,这也让张帅看到了胜利就在不远处,“印象最深的是回来前倒数第二天,我的一个同事在上班途中堵了一会儿车。想起第一天到武汉市,空荡荡的道路,而如今堵车竟也变得‘可爱’起来。”



张帅医生(中)在雷神山医院留影

“欧洲联赛停摆,球迷日子难熬”

早上6点半,张帅就要起床准备新一天的工作。“7点发车,半小时后到雷神山医院,再用半个小时和前一班的医生交接班,然后一直工作到下午4点,这就是完整的8个小时。”病房内外有两组医生,为了防止感染,全程只能用对讲机交流。“两组人员交接时,原先病房内的医生才能吃个午饭喝点水。”

对于医生来说,更换防护服是每天最辛苦,也是最紧张的事。“脱是最关键的,每脱一件装备都要洗一次手,甚至不止一次。而且我每次洗手都要洗一分钟。脱完防护服已经用了半小时,再加上洗澡,为了防止病毒流出,

前前后后要一个小时。”

尽管白天的工作已经结束,但一天的疲劳却久久不能消除。医生们回到房间第一件事就是洗手,摘下口罩后,鼻梁上的红印清晰可见,“这个疤到现在还有呢,虽然带了一点防护贴,但效果不是很明显。”除此之外,据张帅透露,有的医生会因为神经一直紧绷着,人处于兴奋状态,一开始整晚睡不着觉,“没怎么睡,看着天又亮了。之后只能服用一些助眠的药物,强迫自己睡着以应对第二天的工作。”

如何缓解自身压力,张帅又想到了足球这个“老朋友”。刚抵达武汉的

几天,张帅还能在酒店里看看欧洲足坛的赛事,有同样是看球的医生,彼此间还会交流几句。“可没过几天,意甲不能看了,欧洲赛事随后也全部停摆了,球迷的日子变得有点难熬。”无奈他们只能另寻出路,好在几天后,医生们买了一个足球。在规定的活动范围内,大家就在酒店附近的停车场传球颠球,“还有一位一起踢球的医生,也去雷神山援助的,我们有时就在那里颠球,后来还有别的男医生加入进来,大家不论技术如何,一边踢球一边聊聊天。”对于他们而言,足球既能锻炼身体,又可以放松心理压力。

“球队精神领袖,是最拼的那一个”

等疫情过去,张帅又能回到心心念念的绿茵场了。即便是步入社会开始工作,他也保持着踢球的习惯。“我是我们医院足球社团的社长,主要负责组织大家踢球,与别的医院球队踢比赛。”2017年,首届“菁英杯”上海市兄弟医院足球邀请赛打响,吸引了全上海42家医疗卫生计生单位参赛。“那一年我们打进了八强,点球大战没踢赢对手,但还是受到了大家的认可。”龙华医院足球队的氛围相当不错,主要由医生、护士、药师和职工组成,每次踢球活动都有二十多人参加。“不管会不会踢,大家重在参与,强身健体。”

不论是在哪里,张帅永远是踢球积极分子,更难得的是,他享受带动周围人一起踢球的快乐。这一点,中医药大学的主教练庄亨利相当认可,“学校男生本来就少,踢球的就更少了。而张帅来到学校后,对校队组建起了非常大的作用。”据庄亨利回忆,为了招

募社员,张帅几乎跑遍了每个班级,“我听过一次他的宣传,非常有感染力,那年球队渐渐有了雏形。”中医药大学男足的绿色队服,也是张帅亲自挑选的,一直被学弟们沿用到了今天。

相比较其他院校的学生,医学院学生踢球需要解决更多的难题,首先是学业压力。“一到考试季,他们都要通宵达旦地复习看书,我也不忍心让他们白天再训练了;而到了实习期,队员们早早离开了学校,回来训练一次也很不容易。”

球队刚刚组建的时候,队员基础水平不齐,教练也想过很多“速成”的方法训练队员,“包括拉绳子练阵型,后场堆积球员防反等。”球队第一年的战绩并不好看,“当时送我们去比赛的司机说,输三个都不算输。”不过队员们心态没有乱,即使比分落后,也能坚持执行教练的战术布置。“张帅也是其一,当时他本身是踢中场的,因为我们边路比较弱,就把他安排到边前卫

甚至让他替补,他也毫无怨言。”

令主教练感到不可思议的是,只要身披7号战袍的张帅上场,球队比赛不是赢球就是他取得关键进球,久而久之,张帅获得了“超级替补”的称号,“他是球队的精神领袖,一直是场上是最拼的一个。”庄亨利说道,“那年我们参加上海阳光体育大联赛(上海市大学生足球联盟赛事前身),并获得第五名。小组赛关键战,他替补上场在边路连续突破两人,给队友送出助攻,这球就在我的眼前,我至今记得。”

如今,张帅在校队成员的心中,又多了一个记忆点。“在得知这件事后,大家都很关注张帅,经常来询问他的情况。我也和队员们说,我们球队的7号,一定是非同寻常的。”不止是学校足球队,张帅援鄂的故事也传到了学校的其他运动队,“我希望有机会能邀请他回来,给我们讲讲在武汉的故事,给队员们树立一个榜样。”