

90后

00后

# 90后 00后 抗疫青春风暴

华山医院重症医学科医生 冯圣捷 (30岁)

## 对病人不一样的宽慰

“如果有机会,我想申请第一批去支援武汉。”冯圣捷向复旦大学附属华山医院国家紧急医学救援队副队长贾波提出申请。之后没几天,他就随队一起来到了武昌方舱医院。

尽管加入国家紧急医学救援队才两年多,冯圣捷坦言,自己是第一次参与这样大型公共卫生事件的救援工作。

那天晚上10时,冯圣捷接到命令:次日出发。“疫情还是挺需要医生的,你能去就去吧。”同样从事医学工作的父亲,理解冯圣捷的行为。当晚,父亲没多说话,只是帮儿子收拾了行李。冯圣捷父亲曾是市六医院糖尿病研究所研究员,爷爷为市邮电医院普外科主任医师,奶奶则是市一医院护理部主任。医学世家背景,让冯圣捷从小就当医生作为了自己的志向。冯圣捷回忆:“家人告诉我学医之路不好走,但我觉得能够治病救

人很有意义。救治一个病人,往往就拯救了一个家庭。所以在填报高考志愿时,我义无反顾都填了医学院。”

现在,方舱内西区250位患者每日的病情变化和心理健康,需要他轮值查房关注。入舱工作的第二天,他刚结束手头的预检工作,看到一位患者因焦虑在哭泣。和女队员的贴心安抚不同,作为男生,冯圣捷更多只是理性地说说当下。“所有检查,所有治疗,我们都会用上的。方舱医院主要收治一些轻症病人,你在这儿,你和我们这儿,也说明病情不是特别严重,你就放心住下来,配合治疗,肯定能早日康复出舱的。”在患者回去的路上,他还从旁边默默地扶了一把。

1990年出生的冯圣捷,马上就30岁了。冯圣捷表示:“我生日在5月,希望那时,疫情已好转。”

见习记者 张泽青



冯圣捷

瑞金医院功能神经外科护士 孙孟瑾 (23岁)

## 重症病人生活全照料

到武汉一个多星期了,跟妈妈打电话交流的时间不多。23岁的孙孟瑾是医疗队里最小的成员,2月9日出发跟随大部队来到了武汉同济医院光谷院区。妈妈很担心她,又怕影响她工作,所以不敢给她留言和通话,于是想了个办法——每天发个小红包,有时5元,有时10元。“只要你收了红包,妈妈就知道你很好。”

小孙出生于1997年5月,2018年从上海健康医学院毕业,目前是瑞金医院功能神经外科的护士。春节期间,她主动报名去发热门诊支援,这次出发前,医院里让她“再想想,再问问妈妈”。放下电话,她轻轻问妈妈:“我能去吗?”“当然,妈支持你!”

小孙的妈妈从1月至今也奋战在抗疫一线,她是一名社区工作者,牢牢地为社区居民筑起一道安全屏障。可是,宝贝女儿刚毕业不久,就要去武汉加入抗疫前

线的战斗,还是重症病房这样的艰苦环境,妈妈怎么舍得呢?嘴上不说,帮女儿打包行李时,妈妈还是偷偷流泪了。

“一个护士好不好,最重要的是那颗心;护士要在病人最困难的时候,让他们看到希望、看到阳光、看到未来!”带着这个信念,小孙来到了武汉,跟着老师们护理病人。她说,这里的患者都是重症,有的年龄比较大,也听不懂普通话,做检查、测体温时,她几乎都要手把手协助患者。病人的生活照料全都由护士来承担,包括打水、送饭,小孙说:“大家都很爱护我,每次进去前都叮叮万嘱咐,有活儿大家还抢着干。我也要努力把学到的专业知识和技能都用上,希望能使每位患者在细心护理下早日康复。”尽管工作忙碌又紧张,但她觉得内心温暖。“上海已经入春了,武汉的寒冬也很快就会过去的!”

本报记者 左妍



孙孟瑾

奉贤区金汇镇泰日社区卫生服务中心医生 丁梦婷 (26岁)

## 手写地图帮大忙

最近,因为一份手写地图,丁梦婷小火了一把。“自从疫情防控措施实行以来,村子里不少路都暂停行了。对于我这种记性不好的人,本就复杂的道路这下子更难记住了。”丁梦婷说,写下这个地图,她想给自己和同伴的下乡排查工作带来便利。

“我们镇的村子比较多,分布广。一些小的路口陆续用竹子拦了起来,或有专人值守。”丁梦婷说,这给当地的社区卫生服务人员带来了麻烦。

刚开始,村民对量体温的工作不理解,前辈们也一点点示范给她看,到底该怎么解释。“村民开始并不理解为什么要测体温,后来我们跟他们讲道理,他们也慢慢接受了。”丁梦婷说。

这个生于1994年的女孩说:“选择乡村医生临床医学这个专业时,我并没有想太多。现在在很多村医都上了岁数,需要我们这些年轻人。”

见习记者 张泽青

村子之间最优的通行路线呢?于是,她花了一个上午的时间画了一张通行地图,并在当天下午现场走了一遍来验证。这份地图为陆续到中心各科室前来帮忙开车的志愿者们提供了帮助。

上门排查时,刚开始不熟悉路线,社区卫生服务中心里其他的医务人员就带着她一遍遍地走,直到她熟悉。

刚开始,村民对量体温的工作不理解,前辈们也一点点示范给她看,到底该怎么解释。“村民开始并不理解为什么要测体温,后来我们跟他们讲道理,他们也慢慢接受了。”丁梦婷说。

这个生于1994年的女孩说:“选择乡村医生临床医学这个专业时,我并没有想太多。现在在很多村医都上了岁数,需要我们这些年轻人。”

见习记者 张泽青



丁梦婷



孙孟瑾



周悦琳

黄浦区教育团工委 青年教师志愿者 (28-30岁)

## 陪“医二代”过寒假

“你冲在一线,我守护后方”,这是黄浦区教育团工委一次汇集了全区青年教师爱心的特别行动。爸爸妈妈冲上了抗击疫情的一线,谁来陪伴“医二代”们度过寒假?1月31日,黄浦区教育团工委在青年教师中发出志愿者招募令后,短短3小时内,就组建了一支超过300人的志愿者队伍。

因为妈妈每天要花三刻钟,和屏幕那头那个叫“一一”的小姐姐念童谣,读故事,思南路幼儿园青年教师周悦琳4岁的女儿“小奶茶”最近“吃醋了”。“我就告诉她,小姐姐的妈妈是医生,很了不起的,现在辛苦地抢救病人。”周悦琳笑着告诉记者,同事唐士小老师的儿子比“小奶茶”大几岁,得知妈妈陪伴的小朋友也喜欢恐龙,干脆当起助教,两个孩子很快成了朋友。

本报记者 陆梓华

余森乐走进口罩厂,成为了刚刚成年的那位志愿者工人;不到30岁的大姑娘方香兰,决心守护长者照护之家的一大家子;为了“打败”病毒,少年院士和00后绘本能手用自己的方式做科普……

这些90后、00后或年轻或稚嫩的面孔,可能是人群中的你和我。每个人有限的生命里,都藏着无限的激情和创意。带着这些命运的馈赠,年轻一代掀起了抗疫战斗中的青春风暴。



王慧



谢祈阳



方香兰

静安区彭浦新村街道长者照护之家站长 方香兰 (29岁)

## 花式哄老人开心

“我们要确保每个老人都安全、都舒心。”方香兰说。“我们从年初二开始就进入了防控紧急状态。我老家在吉林,从春节一直忙到现在。”虽然还是个不到30岁的大姑娘,方香兰已把这个老人之“家”操持得井井有条,用她的话说,就是每天要守好“一大家子人”。

方香兰说:“每天,我们要用消毒液对家具和用品擦拭两次,用酒精擦拭治疗车、温度计,还要用紫外线消毒环境。现在,老人不能出门,家属也不能来探望。起初,有些老人很不适应这种‘宅’生活,情绪有些波动。于是,我们就从网上下载了许多漫画,让他们用彩笔涂颜色,老人们可劲了,把这本作为每天要做的功课,还会互相比拼谁画得更好看呢。渐渐地,他们的心不‘野’了。老人们不会玩微信,值班护士就会拿出

首席记者 王蔚



余森乐



林睿怡



黄雪润

上海立信会计金融学院学生 余森乐 (18岁)

## 一晚质检24000只口罩

拉一拉,翻一翻,数一数,这是18岁的余森乐在口罩厂生产线上的第二个夜班。熟能生巧,加上机器生产顺畅,小伙子一晚上完成了24000只口罩质检,装满了5箱,他就成就感满满。余森乐是上海立信会计金融学院的大一学生,这个特殊的寒假,他有了另一个身份——口罩厂的临时质检装箱工。

为抗疫,口罩厂接到应急征用订单,必须日夜开工加急生产,需要增加人手。余森乐在朋友圈看到堂哥堂嫂转发的口罩厂招募志愿者信息,就一起报了名。“我年轻,身体素质好,打算帮忙搬箱子。”余森乐是学校高水平击剑队的运动员,想着工厂需要劳动力,他正好出力。令他意外的是,口罩生产线全自动化运行,大多数工作由机器完成,人主要负责口罩的质检、计数和装箱工作。

工厂和他家都在松江区,余森乐自己开车去上班,晚上7时准时到岗,负责检查口罩

挂耳的质量,然后计数、装箱。他还是第一次上生产线,紧张得不得了,全神贯注还是会数错数,得反复核对。一个班次长达12小时,从天黑到天亮,他完成了5000只口罩的检查、计数,装满一箱。

等第二次上岗,余森乐已经熟悉流程,效率也大大提高。工厂很吵,戴了发下来的耳塞,耳朵还是嗡嗡的。深夜12个小时不休不眠紧张工作,只有半小时吃个盒饭休息一下,虽然累,但他心里很充实。

志愿者有一个叫“口罩厂的临时工们”的工作群。一开始只有几十人,后来陆续聚集了约200人,所以接下来可能轮到余森乐再上岗了,但他觉得,能上两个班已是“幸运儿”。

余森乐身边有在街道、高速公路路口和药店做志愿者的朋友,他还申请了松江区志愿服务,等街道安排具体工作,“谁累了,我顶上都行。做点力所能及的事吧。”他说。本报记者 易蓉

普陀少年科学院少年院士 谢祈阳 林睿怡 (12-13岁)

## 宅家手作为抗疫

“我希望,一个生机勃勃的家庭植物角能让人在这个寒冬感受到暖意无处不在。”这几天,普陀区青少年活动中心正在陆续上线一系列“少年院士微课程”,2019届普陀少年科学院少年院士、华东师范大学第四附属中学谢祈阳正是其中一位主讲人。他的微课“动起来,装扮小植物角”获得了不少点击。

“这个寒假,这个元宵,我们守望相助,共战疫情,没有一个冬天不可逾越,没有一个春天不会来临。”当普陀区青少年活动中心发出抗疫科学微课征集时,谢祈阳马上响应。他是个阳光少年,自幼喜欢手工制作,爱好大自然,常有奇思妙想。疫情发生后,他“宅”在家里不能出门,却一刻也没闲着,摆弄起花草草来。在不到40秒的微课里,谢祈阳介绍了他在新年里刚打造出来的家庭“植物角”。“植物角”里不仅有郁金香和草莓幼苗,还有他利用家里的各种工具制作的栽培工具——有给花朵授粉的牙刷,有用雪糕棒和夹子制作的简单攀爬架,也有用矿泉水瓶做的洒水壶。

本报记者 马丹

“这些生活中随手可得物品都‘变身’为栽培工具。疫情令人担心,也让人体会到生命的脆弱,但是,除了伤心、难过,我们更要学着拥抱生命。”

像谢祈阳这样,利用身边的材料制作科学小发明的普陀少年院士还有好几位。他们不约而同寻找“生活中的科学”,用这些随时可得的材料为抗疫打气,也鼓励大家拥抱生活,努力感受生命的多彩。上海培佳双语学校六年级的林睿怡是个爱摆弄机器人和电子元件的女孩。在她的微课里,她教大家用锡纸、二极管、纽扣电池等制作“武汉加油”的纸电路,她说:“希望小制作能为国家献一份小小心意。”

普陀区青少年中心主任徐蓓蓓说,少科院小院士上微课,能利用生活中的材料完成科学小发明小创造,不仅培养孩子的科学素养,也希望他们在抗疫过程中挖掘对生活的热爱,更懂得珍惜生命的珍贵。

本报记者 马丹

长宁区天山第一小学学生 黄雪润 (8岁)

## 公益绘本讲病毒“捣蛋”故事

“我错了,我太自以为是了,人类太厉害了!”近日,上海教育出版社推出了第一本公益抗疫助学绘本《自以为是的下场——新型冠状病毒的自述》。绘本出自长宁区天山第一小学二年级女生黄雪润之手,在她的绘本里,新型冠状病毒最终被人类战胜。黄雪润告诉记者,她很希望战斗在抗疫一线的医务工作者、科研人员能看到她的绘本。“就像我在书里写的那样,病毒一定会被人类‘打败’,我很想告诉他们一定要坚持!”

在黄雪润的绘本里,新型冠状病毒以第一人称讲述了和人类的“战斗”,这场战斗充满了勇气和希望。黄雪润的妈妈讲,这本绘本的诞生纯属“偶然”,起源于母女俩关于疫情的一场对话。黄雪润灵光一现,想用自己的文字和绘画,让新型冠状病毒自己来“说一说”疫情发展史。她查资料、写脚本、设计分页,创作历时十多天,光是文稿就前后改了三四次,绘图部分花了五六天时间。

在黄雪润的绘本里,病毒变得不那么“可怕”,反倒像一个调皮的捣蛋鬼。“就像不懂事的孩子一样。”黄雪润说,创作过程中,她和妈妈有过好几场“辩论”,其中之一就是关于“为什么不把病毒画得更真实、更可怕些。”“我画的书会给小朋友看,病毒已经很可怕了,与其给他们带去更多的恐惧,更想带去战胜病毒的希望,我也想提醒大家,不光是病毒不能‘自以为是’,人类也不能太‘自以为是’,要养成不吃野生动物、勤洗手等良好习惯,和大自然和谐共处。”

绘本一共有24张画,有病毒家族的故事,有新型冠状病毒“捣蛋”的故事,也有医务人员、建筑工人和千万平凡英雄抗击疫情的故事。黄雪润说,她最满意的作品是绘本里各行各业人士和病毒“对抗”的过程。为了保证科普知识的严谨,市公共卫生临床中心主任医师沈银忠在绘本电子版出版前,审阅了绘本的全部内容,他在初稿那边批注:“虽然发病机制不像(绘本里说的)那么简单,但是用拟人手法来描述也算说得通。”

本报记者 马丹

自己的手机,让他们与家人视频‘团聚’。”

身兼护士的方香兰最近又多了一个“职务”——“外卖小妹”,她说:“站里的一日三餐都由街道食堂提供,现在食堂不开门,我们就联系了一家养老院,由他们提供餐食。我们要求送来的饭菜必须5分钟内送到老人嘴边,这样才能吃得热气腾腾。不过,也有老人因为换了食堂而有些不习惯,希望吃点蛋糕、饼干等小零食。我每天搜集老人要买的東西,下班后先跑超市,第二天再送到他们手里。”

“有一天,我突然发现82岁的奶奶奶奶自抹泪,她被电视里一线医护人员的精神所感动。老人们都在说,一定要把自己‘闷’得妥妥的,共同战胜病毒。”方香兰说。

首席记者 王蔚