



将“公筷革命”进行到底

王彤



新民眼

同心抗疫系列述评

新冠病毒带给人们的,除了疾病、痛苦和烦闷,还能有什么?应该是反思、进步和成长!

苦难是财富,灾疫是老师!这场疫情教会了大家很多,让更多市民痛定思痛、改变行为,养成戴口罩、勤洗手、多通风、拒绝野味、保持社交距离等良好卫生习惯。这也是防控新冠肺炎疫情的“硬核实力”。

近日,市健康促进委员会、市文明办、市卫生健康委、市健康促进中心联合向全体市民倡议:无论是在饭店、还是在家用餐,都请使用公筷公勺。倡议方还推出了一组4张的宣传海报。

倡议发出后,社会各界好评如潮,广大市民纷纷点赞:上海发布、市卫健委官微在十多个小时内,阅读量就超过126万次,点赞超过1万次;新民晚报官微的调查显示,92%的读者赞成用公筷公勺;上海人民广播电台“市民与社会”栏目讨论时发言踊跃,主持人秦畅说:“创下近期听众发言之最”。上海100家文明餐厅郑重承诺:率先提供并使用公筷公勺。用公筷公勺,正前所未有地迅速达成社会共识,成为健康上海的新风尚。

当然,改变用餐习惯不是件轻而易举的事。网友留言中有担忧,现实生活中有阻力。之前使用公筷公勺未能成为市民的普遍行为,也印证了这种担忧。选择在新冠肺炎疫情期间,在国际化大都市的上海发出使用公筷公勺倡议,有关方面是有考虑的。既借助防疫期间大家健康意识高涨,强化公筷意识,减少交叉污染,防止病从口入;也得益于上海开放、包容、创新的品格,常有移风易俗、开风气之先的举措,并有一批使用公筷公勺的“铁粉”。

笔者以为,要抓住新冠肺炎防控的难得时机,乘势而上、趁热打铁,把使用公筷公勺固化为上海市民普遍的健康生活习惯,引领全国风尚,需要五方面形成合力:

首先是餐饮企业。国人追求“舌尖上的美味”,不管是合家欢庆还是朋友相聚,都喜欢围炉合餐。餐饮业生意一直很好,美食节目也一直受推崇。许多饭店遇到周末和节假日,还要排队、“翻台”。餐饮业在生意兴隆、财源广进的时候,有责任全面提供并宣传倡导、推广使用公筷公勺。从某种意义上讲,安全、健康是餐饮企业的核心竞争力所在。

其次是市民。公筷公勺,举手之劳,利人利己利社会。怎样既沿袭传统又养成文明健康习惯,降低患病风险?传染病来临时,没有局外人,广大市民义不容辞。一些人担心“使用公筷公勺很麻烦,还可能会影响亲情”,可亲情友情虽浓,却挡不住病毒传播!更何况,习惯成自然。一些坚持十年、数十年使用公筷公勺的市民表示,时间长了,自然而然就会拿起公筷,不难,一点都不难!健康在于自律,习惯在于坚持。

专业机构的作用很重要。这方面,掌握专业知识、具有权威影响力的医疗卫生和科普机构要挺身而出,宣传阐明使用公筷公勺对阻断病毒传播、降低疾病风险的作用,大牌专家、医务人员更要现身说法。抗疫期间,12名院士倡议用科学、理性的态度看待新冠病毒,就是很好的例证。作为健康上海行动的技术支撑机构,上海市健康促进中心主任吴立明表示,要做上海公筷公勺行动的“多面手”;公筷公勺倡议的先手,促进倡议落地的推手,市民健康用餐的帮手。这是很好的示范!

媒体的作用不可限量。这次公筷公勺倡议书获得良好的社会反响,和媒体的宣传报道密不可分。上海市民的科学素质、健康素养双双位列全国“第一方阵”,也得益于新闻媒体的长期宣传和影响。我们期待媒体在“公筷革命”中有更大的作为。

法制规范是保障。市政协委员吴悦呼吁,使用公筷并设立“公筷节”,建议有关部门制定餐饮业使用公筷的法律法规。在上海取得切实成效的公共场所控烟、垃圾分类,正是得益于率先地方立法。所以,必须通过法制规范,在餐饮场所实行公筷制,涵盖公勺的使用,让法制成为公序良俗的推进器!

我们不期望毕其功于一役,我们有打持久战的心理准备。我们相信,经过新冠病毒的洗礼,上海市民的健康意识将有质的飞跃,公筷公勺行动也将加速推进,使用公筷公勺将蔚然成风!

文末,再给大家两个彩蛋:一是古代也曾流行使用过公筷;二是使用公筷公勺,更有利于中餐在世界范围内的推广。

连线武汉

上海援鄂心理医疗队在方舱医院开展心理疏导

精心叠纸鹤 打造温馨咨询室

昨日上午,上海第九批援鄂心理医疗队第9组5位成员,第一次进入刚建一周的方舱医院,与病患和医护人员面对面。下午2时,当本报记者打通5位成员之一,长宁援鄂心理医疗队队员顾俊杰医生的电话,他刚在心理咨询室完成了第一例咨询者的接诊工作不久,午饭还没有时间吃。

昨日首次进舱,5位医生把200多个病人都走了一遍,留下了工作微信,希望有需要心理辅导的人能够主动找他们。

顾俊杰说:“加了很多微信,很多人非常踊跃,需求量非常非常大,当我们释出了这样的善意,他们很多内心的真实想法就慢慢展现出来,也愿意跟我们多聊多谈。”

顾俊杰感慨道:“虽然这次是第一次见面,但是已经通过前期润物细无声的方式,慢慢进入到他们生活当中,对他们来说也是一种安全和稳定的感觉,到我们今天真正意义上的见面,就没有太生疏,他们对我们的到来,不会很诧异,和我们的交谈也比较亲切和自如。”

方舱医院的条件有限,心理咨询室其实是由一间废弃的房间改造的。26日下午,组员们将不用的物品搬离房间,并将整个房间进行了彻头彻尾的打扫清洁。干净整洁的房间可以使用了,但明显不够温馨,可是又由于物资条件有限,现成合适的物品很难筹措到,布置就成了大家最大的困扰。

经过大家集思广益,将原本给患者或医务人员活动用的彩纸,做成了大小不一的千纸鹤,并借来酒店的线团,将它们一一串起挂在天花板上。组员们又在彩色纸上打下了空心字,用剪刀、水果刀将其剪刻下来,再拼装贴在墙面上变成一个个醒目的文字标题。组员们又想到了将一张张小的纸拼接起来,再剪图案花纹,最后再利用剪裁下来的边角料,做了装饰墙面的小配件。就这样,经过大家一天的努力,原本破旧脏乱不堪的房间成功变身为一间温馨的心理咨询室。

本报记者 屠瑜

云医院领到“身份证”

沪首个公立医院获批互联网牌照



2月26日,上海徐汇汇云医院领到了属于自己的“身份证”,并拥有了自己正式的名字——上海市徐汇区中心医院(复旦大学附属中山医院徐汇医院)贯众互联网医院。这也是上海市首家获得互联网医院牌照的公立医院。

经过4年的磨炼和完善,徐汇云医院(“上海市徐汇区中心医院贯众互联网医院”前身)已经服务人次180万余,实名制注册用户17万余。只要下载“徐汇云医院”APP,点击进入主页就可以看到“我要看病”一栏。在疫情期间,还特地划分了“慢病”和“新冠”两类,下面还细分为购药、预约、报告、健康等分栏目。

徐汇区中心医院执行院长朱福说,目前患者不仅可以在线上进行咨询和预约,来自呼吸内科、全科医学科、心内科、内分泌科、神经内科等专业专家团队的在岗医生还能进行“面对面”视频诊疗,实现在线问诊、慢病随访、疑难病多学科会诊等功能。图为患者通过视频音频,与医生“面对面”完成诊疗

本报记者 左妍 徐程 摄影报道

驻守“移动医院”为武汉患者做胸片、血常规等检查

在狭小医技车里 上海医生签发报告

在武昌方舱医院,除了武汉当地的医护人员,还有来自复旦大学附属华山医院、中南大学湘雅医院、福建省、辽宁省的四支国家紧急医学救援队。随队伍一起出征的还有大型移动医疗救援车,这些高配版“移动医院”为这个临时改建的方舱医院提供了方方面面的保障。

这是一辆不足20平方米的医技保障车,自2月4日随复旦大学附属华山医院第三批支援武汉医疗队从上海启程抵达武汉以来,它就一直稳稳驻扎在体育馆外的广场上,承担着方舱医院两项极为重要的工作:放射和检验。每天,华山医院放射科高鹏、检验医学科蒋浩琴两位医生都要“全副武装”地进到这个狭小的空间里,为患者进行胸片、血常规等检查。他们出具的报告,是患者是否需要用药以及是否达到出院标准的重要依据。

高鹏 距离患者不到1米

方舱里,在华山医院负责的区域,每个病人都见到过高鹏,有很多还不止一次。虽

然他永远“蒙着面”、穿着隔离衣,但大家都记得这个高个子医生。“声音很亲切,会指导我们一步步怎么做,还会叫我们加油。”患者王阿姨说。

高鹏是华山医院国家紧急医学救援队队员,2月4日,新婚不久的他主动请缨。2月5日,湖北省新冠疫情防控指挥部下达命令,要求确保所有疑似和确诊病例“应收尽收、应治尽治”,而具有肺炎影像学特征的疑似病例独立作为临床诊断新冠肺炎的标准之一被列入第五版指南,这让高鹏的工作量激增。一天下来,少则40余人,多的近70人。

“长时间穿防护服操作非常不舒服,有时候进去一会儿,护目镜就开始模糊了,但是因为接触过病人,不敢多碰,怕会有风险。”高鹏说,一开始和病人接触的时候,心理压力还是挺大的,但紧张的心理很快被忙碌的工作以及患者一批批出院的“成就感”代替。看到踏上车的患者从一开始的紧张、焦虑,到后来的轻松甚至充满期待,他的心情也慢慢地松弛了下来。最近,在武汉

市和当地医院的努力下,方舱医院装上了CT机,这让高鹏的工作又更高效、更精准了。

蒋浩琴 搓揉双手“暖”标本

在车上,蒋浩琴每天要处理几十份标本。先要按名单顺序整理好标本,录入信息,然后做化验。每个血常规至少包含血细胞计数、分类等18项结果。好在最近经过努力,系统已经可以直接产生一张完整的血常规报告,而不用像一开始一样手工书写了。

前阵子,由于天气寒冷,送来的部分标本处于冷凝集状态,会明显影响血细胞计数结果。医技保障车上并不具备37℃恒温箱等条件。为此,蒋浩琴用了最原始的方法——搓揉双手来温暖这些冷凝集的标本。“因为这些标本的凝集素滴度并不高,达到37℃左右基本就能纠正。虽然医技车的设施简单些,但我们检验质量还是要充分保证的!”果然,经过双手的温暖,大部分结果得到了有效的纠正,蒋浩琴安心地发出了报告。

本报记者 左妍 通讯员 刘燕