



“进入隔离的状态后，立即就体会到了平常她照护的病人们那种绝望、孤独、孤立无援的感觉，让人不自觉地有点慌。但我觉得被感染的可能不大，我防护还是蛮到位的，身体也一向健康，但我怕家里人跟着我担惊受怕，我自己应该能挺过去吧。”她要求队里在没有明确情况前不要通知家人和所在医院。此外，陈亮亮得知她还有一层顾虑，就是自己万一“中招”会给集体带来负面影响，甚至会打破上海医疗队“零感染”的承诺。

为了让她感受到集体对她的关心和鼓励，而不是责怪和歧视，隔离期间陈亮亮与这位护士每天进行线上一对一的沟通。在良好的休息和营养支持下，最终历经5次核酸检测结果均为阴性，让这名队员终于摆脱了沉重的心理负担，并很快重新返回了岗位。

还有一位队员，让陈亮亮印象深刻，她遭受的心理冲击在专业上被称为“替代性创伤”。

这位护士照护的一名患者，与她年纪相仿，家里上有老

下有小。因为家庭情况相似，护士对病人格外抱以同情，但最后病人还是不幸去世。此后，这名护士感觉就像自己的亲人去世了一样，陷入了巨大的哀伤和自责中，她总感觉自己或许没有尽力。轮休的时候也想着病房里的事情，想着患者的家庭破裂、老人孩子无人照顾……经常会难过得流泪、茶饭不思。在连续失眠近一周后，她向“沪鄂心连心援助平台”公众号发来求助。

陈亮亮感觉到这位护士属于助人动机特别强烈的一类人，当初她是全院第一个主动报名支援武汉的，平时工作中她的责任感非常强、也特别敬业。这些优秀的职业品质在疫情初期病死率较高的特殊环境下，却可能令她的心灵更容易受伤。“往往由于救治效果不理想，医护会产生不同程度的负面情绪和不良认知，甚至出现一些极端的行为，这时就需要心理医生及时予以心理疏导和干预。”

陈亮亮医生介绍，重大灾难事故或公共卫生事件的救治过

华东师范大学附属精神卫生中心医生陈亮亮（中）。

