

路过人间 暗淡而鲜亮

文/江欣冉 华漕学校

大街小巷不吵不闹，商店紧闭着一扇未知的门，杂乱的菜市场空无一人，晚上七点像凌晨三点。昔日的熙攘化为泡影，窒息的慌乱侵蚀人心，城与城之间被分割得支离破碎。

年初新冠肺炎疫情暴发，这场疫情大规模地四处传播，武汉封城。一系列疫情消息抢占了热搜，打得人们措手不及。在中国人准备欢天喜地迎接新春佳节之时，病毒也悄无声息地在人群中肆意蔓延。红妆点遍华夏大地，热闹却被病毒藏了起来。人人自危，人间暗淡。

困难面前，却依旧有“妖魔鬼怪”跳出来扰人心境。

网络平台里虚假谣言的传播者，盲目听信偏方的无知者，同室操戈的地域歧视者。也许，不是所有人都可以在困境中保持冷静的头脑。

越是污秽，就越要追光。站在抗击疫情第一线的白衣战士夜以继日地浴血奋战。在他们厚重的防护服下是一件件被汗水浸透的衣襟，脸颊上处处是被口罩勒红的印记。连续十几个小时的工作与观察，在这期间，他们可曾吃过一口热乎乎的饭菜？可曾睡过一次安稳觉？经历过2003年非典的白衣战士不假思索地坐上赶往武汉的列车，与死神抢夺人命。谁说岁月静好？只不过是有人在替你负重前行。

记得离乡途中的漫长而枯燥，尽管是在大年初三就踏上了归程，路上依旧堵车。我坐在后座无心望着沿途的昏黄灯光，如星光点缀在



这片平凡银河。困意才散，朦胧之中打开车窗，一位带着浅蓝口罩，身穿雪白大褂的人恍惚间出现，她的眼角似乎弯成了好看的弧度。手握体温枪从我的额头轻扫而过。背后依旧是昏黄灯光，兴许这光便在这个不平凡的瞬间成为了他们头顶上的圆环，扇动洁白双翼为人间带来幸福与安康。

疫情从武汉到全国，志愿者们从全国来到武汉。全国各地的爱心人士们捐款捐物资，筹集各项慈善活动，不计回报。在这些人之中，有娱乐圈中知名或不知名的艺人，有整天被面粉缠身的包子铺老板，有土菜馆端盘子端到手酸的服务员，也有刚刚加入少先队的调皮学生，尽心为善，虽远必应。他们是散落人间的星星之火，以燎原之势共同抗击疫情。

毒。他们是医护人员坚实的后盾，用真善美慰藉他们疲惫的心田。他们是温暖人间的春风，是醉人的光辉。

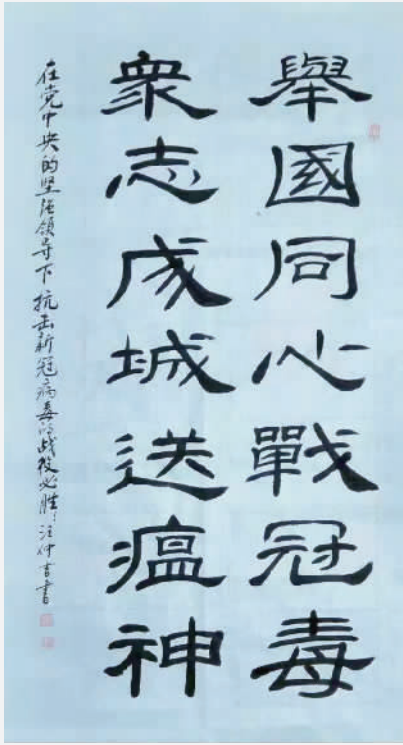
抗击疫情，不只有中国在行动。在新冠病毒肆虐华夏大地之时，日本、白俄罗斯、伊朗、土耳其、巴基斯坦纷纷向中国伸出了援助之手。“我有一块钱，但我愿意给你。”友邦巴基斯坦为中国捐了三十万个口罩，六千八百副手套，八百套防护服。数目可能不算很大，但这已是他们全部的心意，倾尽全力。

我们普通人，现在为了这个社会与国家，能够做出的最大贡献便是谨遵医嘱，带好口罩，勤洗手，避免去人流量大的地方，待在家中关注希望，安心等待所有城市重新按下播放键。

你看，这人间，也很鲜亮。

举国同心战「疫」

书法汪仲吉



春景

去年赏花公园中，人面桃花相映红。今日隔窗观春景，桃花依旧笑春风。

春色

江南烟雨山水清，百花争艳绿柳明。春风抚陌谁最美？白衣天使巾帼兵。

春思

夫妻除夕出征急，夜送娇儿托母接。江城抗疫尽心力，晚来梦中思儿切。

春聚

友人宅家鸚鵡训，烟花三月盼下楼。疫去春归即将至，东湖赏花重饮酒。

春日四咏

文千政国

高水平社会办医为心血管疾病患者支招

一场突如其来的新冠肺炎疫情，令许多人措手不及。更使得许多心血管疾病患者治疗被迫推迟。目前，国内防疫形势向好，心血管疾病患者纷纷寻求治疗。以心血管疾病诊疗为特色的高水平社会办医机构之一的上海德达医院为疫情高峰过后的患者支招。

高水平社会办医全面复诊 全医保住院价满足更多需求

近日，在接受美国心血管网站记者采访、分享中国经验时，中国科学院葛均波院士告诉大家，在中国疫情高峰期时，许多医院暂缓了慢性心脏病患者的接诊，并关闭了部分心内科病房。而对于一些紧急危重的心血管疾病手术，则须在严格的规范指导下进行。而如今，国内疫情高峰过后，医院已恢复正常运转。其中，葛均波院士任职首席医疗官的上海德达医院，作为上海首批高水平社会办医纳入医保定点机构之一，还在疫情高峰后向“一床难求”的心血管疾病患者开放了全医保定价住院医疗服务。

上海德达医院位于青浦区，是以心血管疾病特色，同时覆盖预防保健科、全科、急诊、内科、外科、骨科、胸外、妇科等系列学科的综合性医院，汇聚了葛均波、孙立忠、黄连军、刘建实等一批我国心血管领域学科带头人。3月2日，上海各级医院在普通门诊全面恢复的基础上逐步恢复专家门诊，住院、手术服务有序开展。作为沪上首批高水平社会办医纳入医保定点机构，德达医院通过医院官方微信、多个线上沟通平台发出了全面恢复门诊的通知。医院基于突出的心血管疾病诊疗优势，以高标准的环境和服务，吸引不少病家前往。同时自三月起，上海德达医院也推出“全医保价格”住院医



▲ 葛均波院士远程会诊

疗服务，以满足广大心血管疾病患者需求。医院的管理者补充，所谓“全医保价格”意味着整个疫情期间，持医保卡（包括本市及异地已开通跨省医保直付地区）的患者，预约前往德达医院进行住院治疗，一经收治，住院医疗服务费用均以医保价格结算。另，医院确保其他一应设施、服务均维持原有品质不变。有需要的市民可以通过电话预约方式前往就诊。

上海德达医院医疗院长、知名的“孙氏手术”发明人孙立忠教授表示，“医院这一举措，旨在满足疫情期间广大慢性基础性疾病患者和部分术后患者的就医需求。期望通过调价的方式，为患者提供有序救治和高品质的服务。”

线上“云诊所”缓解部分面诊需求 急危重症手术严格规范指导

整个抗疫过程中，医院专家组24小时坚守，为急危重症患者实施“救命”的手术治疗。“主动脉夹层患者如不能在发病第一时间得到有效救治，即刻面临死亡风险。



▲ 上海德达医院内景

以A型主动脉夹层为例，一旦发病，1小时内死亡1%，48小时内死亡率高达50%。因此，我们面临的挑战，就是要在全面、安全的抗疫防护前提下，与死神抢人。”而这就需要严格遵循规范操作——

为此，葛均波院士联合徐亚伟等专家共同编著《在新型冠状病毒感染控制背景下的防护策略》，要求在心血管手术患者接诊过程中执行严格流程。一是患者分流，首先在门急诊预检环节将存在发热、高风险地又旅行史、接触史的患者劝导前往定点医疗机构就诊。其次对非急症的患者一律提倡择期手术。二是对已收治的急危重症需手术患者特别加强强诊治过程中的物理隔离防护：患者须经专用通道及电梯至定点心导管室、定点隔离病房，与院内已有患者所使用的都做到区分离隔；术中室内外人员器械充分隔离，不再流转；术后所有地面、墙壁、物体表面遵循消毒—清洁—再消毒加强原则。

而对于非急危重症的部分高血压、稳定型冠心病以及糖尿病患者，葛均波院士则

提倡以互联网和电话咨询的形式疏解部分患者的医疗诉求，减少感染风险。此次新冠肺炎疫情期间，葛均波院士和许多心血管医生一起，做了大量的线上问诊，他说，中国的优势之一就是网络，未来，这种被称为“云诊所”的形式将发挥重要作用，尤其是对于慢性患者的随访。这可能是这场流行病带来的少数积极影响之一。

日常营养，科学运动双管齐下

疫情期间，心血管基础疾病患者较常人存在更高的风险，日常健康管理从“强身健体”上升到了提高免疫力。上海德达医院心血管内科团队，精心制定了六大饮食标准和一些列心脏康复运动小视频，来帮助患者度过特殊时期。其中，“地中海饮食”要求患高血压、心律失常、冠心病、心力衰竭等心血管基础疾病患者以全麦全谷、蔬菜水果、豆类坚果、橄榄油等不饱和脂肪酸为日常饮食基础；多摄入优质蛋白质，如鸡蛋、白肉和鱼类，尤其是三文鱼、金枪鱼、鲑鱼、鲭鱼、鲱鱼、沙丁鱼等油性鱼。以及考虑重点补充维生素D以提升免疫力。患者遵医嘱，适量补充牡蛎、大枣、金银花、枸杞子、茯苓、黄精、紫苏、蒲公英、薏仁、人参、黄芪、当归等食物来提高自身机体的免疫功能。

据悉，德达医院专门开设七个公益科普微信群，数十位医生昼夜在线解答，反复问题帮助患者纾解就诊需求解答用药问题和康复问题，使防疫和疾病管理两方面需求同时得到一定程度的满足。医生和患者共克时艰。