

筑起战“疫”的“心灵长城”

——我市开展紧急心理危机干预和心理疏导工作侧记



市第七人民医院心理科主任、中级心理治疗师程合利为市民做心理咨询

□本报记者 朱亚芳 文/图

新冠肺炎疫情突如其来,面对疫情,人们会出现不同程度的紧张、焦虑、恐惧、失眠、抑郁等心理问题,更有甚者,可能会出现“身病”未到而“心病”先至。为了打赢这场疫情防控阻击战,市委、市政府高度重视,立足于“早”,着眼于“防”,聚焦于“治”,在积极防控疫情的同时,有序组织开展紧急心理危机干预和心理疏导工作,为全市人民抗击疫情筑起了坚固的“心灵长城”。

疫情就是命令,防控就是责任。在疫情防控工作中,我市将心理危机干预作为提升救治水平的重要内容,及时组建了由精神卫生专业主任医师领衔,精神卫生医院、精神健康和心理健康相关协会专家组成的心理救援专家组,科学评估新冠肺炎患者的心理健康状况,进行分类干预,晓之以理、动之以情,帮助患者及其家属缓解心理压力,以积极的心态配合工作,切实减轻患者因疫情所致的心理伤害,确保了社会稳定。

“谢谢你们,你们辛苦了!”2月7日下午,患者王女士走出市第五人民医院隔离病区时心情愉悦,连声向医生和护士道谢。之前,她因患新冠肺炎住院,经过医护团队全力救治、精心护理,病情持续改善。入院期间,医院还组织心理专家对她

进行心理疏导,有效缓解了她的紧张情绪,更坚定了她战胜疾病的信心。截至2月10日,我市累计痊愈出院患者10人,他们将以积极健康的心态拥抱美好人生。

为了更好地防控新冠肺炎疫情,我市迅速制订了应对疫情的紧急心理危机干预方案,相关心理危机干预工作由新型冠状病毒肺炎疫情防控指挥部统一领导,将心理危机干预纳入疫情防控整体部署;了解受疫情影响的各类人群的心理状况,根据掌握的信息,及时识别高危人群,避免极端事件发生;综合应用各类心理危机干预技术,并与宣传教育相结合,提供心理健康服务;培训和支持社会组织开展心理健康服务;做好居家严重精神障碍患者的管理、治疗和社区照护工作……一系列工作都在有条不紊地进行中。

日前,市第七人民医院心理援助团队的心理治疗师接到一位女士的求助电话,电话里传来痛哭的声音。面对新冠肺炎疫情,她感到恐惧焦虑、无比压抑、孤独无助。心理治疗师立刻对其进行紧急心理干预和心理疏导,渐渐地,她的情绪稳定下来,并表示希望自己也能加入到抗击疫情的战斗中,为大家提供力所能及的帮助。

此次,市第七人民医院专门抽调了10名取得心理治疗师资格或经过心理危机干预培训的精神科医生、护士,组成心

理救援医疗队和心理援助热线队,充分发挥心理援助热线0372-3318000和多种线上通信手段的作用,统筹组织轮值,提供7×24小时在线服务,及时为相应人群提供实时心理支持和心理援助服务。截至2月10日,心理援助热线队共提供热线服务35人次。该院心理救援专家组还到市第五人民医院进行工作对接,了解医务人员、患者及患者家属的心理动态,并提供心理支持。

当前,我市新冠肺炎疫情防控处于关键时期,随着我市紧急心理危机干预和心理疏导工作的深入开展,越来越多的部门和行业加入其中,为打赢疫情防控阻击战贡献力量。

疫情就是命令。疫情来临,我市市、县两级党委政法委迅速行动,采取有力举措,充分发挥全市社会心理服务体系建设的优势和组织网络优势,扎实做好疫情防控期间社会心理服务工作,有效预防因心理因素导致个人极端事件的发生,维护了全市社会大局安全稳定。市妇联组织专业律师和心理咨询师,以热线电话、信件和提供心理咨询等方式受理妇女群众诉求,切实维护妇女群众的合法权益和心理健康,做到服务始终在线,沟通没有距离,引导妇女群众消除焦虑、恐慌心理,增强战“疫”信心。

针对疫情可能引发的心理创伤,我市各高校积极行动。安阳工学院将学生的生命安全和身体健康放在第一位,引导和团结广大师生齐心协力、全方位开展疫情防控工作。特别是针对湖北籍学生,该院积极做好心理沟通与疏导工作,让他们不畏、不信谣、不传谣,增强坚定打赢这场疫情防控阻击战的信心。

与此同时,我市的心理援助团队还深入乡镇、走进社区,通过热线电话、微信公众号、“心理云”等心理援助平台,高效便捷地开展心理援助服务。其中,文峰区(高新区)社会心理服务中心成立了心理热线危机干预志愿者服务队,66名志愿者参与其中。他们还发出心理援助服务倡议书,希望心理专业人员行动起来,投身抗击疫情的社会心理援助工作中,为维护社会稳定贡献力量。

疫情面前,我市上下严阵以待、众志成城,构筑起强大的心理防线,全力投入这场没有硝烟的战斗,坚决打赢疫情防控阻击战。

战“疫”一线检查人员有了专用防护服

市疾病预防控制中心采购4000套安阳防疫(专用)非医用防护服

本报讯(记者 张武杰)“我们每天都在一线给过往司乘人员测量体温,有了安阳防疫(专用)非医用防护服,我们的安全就更有保障了。下一步,我们将一如既往地做好防控工作,守护群众健康。”2月12日下午,京港澳高速安阳北卡点疫情防控工作人员董素民说。

新冠肺炎疫情发生以来,我市迅速行动,在全市范围内设置了一系列检查卡点,层层防控,为打赢疫情防控阻击战发挥了重要作用。为了给检查卡点一线工作人员提供更好的安全保障,在医用防护用品紧张的情况下,市新型冠状病毒肺炎疫情防控指挥部专门安排市疾病预防控制中心,定制了一批安阳防疫(专用)非医用防护服,配发给一线。当天,记者先后来到京港澳高速安阳北站和高铁安阳东站,看见负责

体温检测的工作人员都穿着新配发的防疫(专用)非医用防护服,胸口上还贴着“安阳防疫专用”的红色标签。

据了解,此次市疾病预防控制中心采购的4000套安阳防疫(专用)非医用防护服为滑县一家医疗器械公司生产,将由市疾病预防控制中心统一发放。2月10日下午,首批875套安阳防疫(专用)非医用防护服在市疾病预防控制中心完成派发,已由文峰区、北关区、龙安区和殷都区等相关工作人员领取。之后,又有750套安阳防疫(专用)非医用防护服配发到各县(市)以及安阳火车站、高铁安阳东站和京港澳高速安阳站、安阳北站等卡点的体温检测工作人员手中。对于后续到货的防护服,相关部门将尽快发放到位,保障一线检查人员的身体健康。



身穿安阳防疫(专用)非医用防护服的检查人员在卡点测量过往群众的体温(本报记者 张武杰 摄)

爱心企业捐赠物资 助力疫情防控



2月13日,湖魁餐饮管理有限公司工作人员来到市第五人民医院,为奋战在抗疫一线的医护人员送来牛羊肉、蔬菜、水果等价值两万元的爱心物资。

市第五人民医院相关负责人对爱心企业的捐赠表示感谢,并表示要把社会各界对医护人员的关爱转化为工作的动力,坚决打赢疫情防控阻击战。(本报记者 朱亚芳 摄)

“疫”线 护士手记

千里驰援 为爱而战 我们一定能赢

新冠肺炎疫情时刻牵动人心!市第三人民医院急救科主任索瑞峰、重症医学科护士长李桂梅以及该院主管护师梁丽娟、护师刘宁、主治医师白志峰等人先后出征湖北,驰援当地防控疫情。日前,梁丽娟、刘宁发来他们在一线的抗疫日记,记录了市第三人民医院白衣战士身处疫情防控一线的日常点滴。他们义无反顾冲锋在前,用行动诠释了医者担当。

梁丽娟日记

2020年2月3日 星期一 武汉 晴

今天是来到武汉的第二天。昨天20时,我们到达汉阳区的维也纳酒店,21时许办理好入住,22时许住进各自的房间。23时许,行李到了,大家一起搬运物资、收拾东西。23时50分,各医疗队的领队集合开会。对于我们,一切都是未知……

2020年2月4日 星期二 武汉 晴

疲惫到极点的我,昨天21时30分就躺在了床上,但一直睡不着。睡不着,躺躺也是好的,我宽慰自己。不知过了多久,总算睡着了……维也纳酒店里除了河南战队还有山东战队。酒店没有服务员,只留了一些人值班。酒店旁边的路叫百灵路,路上空荡荡的,没有车,也很少有人,非常安静。

早上,没等闹钟响我就醒了。洗漱的时候,护士长来找我,昨天她一晚没睡——各种事务都需要这位拥有30多年管理经验的“大姐”去协调。人太多,为避免出现问题,护士长让我跟她去熟悉一下流程。小宁儿(刘宁)凌晨3时就醒了,也非要跟着去。

8时许,我们与来自北医的老师对接,因为我和小宁儿的加入,我们的队伍临时增至12人。进病区前要穿防护服,要求非常严格,一丝头发都不能露在外面。还要戴护目镜,这时候真恨自己近视,戴着眼镜再戴护目镜、N95口罩、外科口罩、防护面屏,不由得想起相声《五官争功》里,耳朵得意说:“脑袋,你不该把眼镜腿、口罩带全勒我耳朵上。”现在,岂止是耳朵,整套装备穿戴下来,五官没有不受累的。我们进去后跟的是北医的老师。只见她的护目镜上全是水珠,所有人仿佛都成了高度近视,看东西都得眯上去。

我们所在的病区是新设的,量一圈体温下来,没几个病人是不发高烧的,38.5℃、39.2℃……

本来我们15时就下班了,等交完班,脱了防护服出来,再到班车上已经16时30分了。司机



医疗队队员竖起大拇指,坚定抗疫信心(组图由医疗队提供)

师傅差不多等了我们一个半小时,真是辛苦了。在车上,小宁儿累得睡着了,我偷偷拍了她的照片,希望她不要嫌弃我的技术。

曾经想来武汉看樱花,但怎么也没想到第一次到武汉竟是以这样的方式。

愿这座城市早日康复,恢复生机!

刘宁日记

2020年2月4日 星期二 武汉 晴

今天,工作开始。上午,河南各地市医疗队

各自报装备,由专家查看。13时30分开始培训,16时30分培训结束。18时30分,第一批队友出发,其他人在宾馆加强练习,我感到气氛很紧张。最辛苦的是我们的护士长李桂梅,她得安排我们这100多人的排班情况。为了让队员们更快、更好地适应接下来的工作,她彻夜不眠……有这么好的带头人,我们一定能打胜仗!

加油,武汉!加油,中国!

2020年2月5日 星期三 武汉 晴

今天是到武汉的第四天,由于工作需要,医

院临时要求当班护士由10名增加到12名,我和丽娟义不容辞,立刻加入团队。

在病区,我们给自己打气,也给病人打气,“请相信我们。一切都会好起来的,我们都要坚强!”

下班后,我竟然在班车上睡着了。到宾馆门口,有武汉市委的工作人员前来慰问,还有爱心企业来捐赠奶茶和面包,真心感谢!

2020年2月6日 星期四 武汉 多云转小雨

今天是到武汉的第五天,宾馆为我们准备了热乎乎的粥。

吃完饭,这边医院领导和索瑞峰主任、李桂梅护士长讨论怎样开展工作才能更顺利。

中午吃完饭休息了一会儿,下午接到通知,收到娘家(我们大河南)大波福利,共接收捐赠物资粗粮羹125箱、海苔100箱、洗衣球20箱、洁面皂28箱,这些物资将平均发给我们每一名队员。大家领到物资后,说得最多的就是谢谢。

一天过得真快,忙完已经19时30分了。吃过晚饭,休息了一会儿,凌晨1时许起来,收拾了下车,去等班车。此时的武汉正下着雨,虽然很冷,但大家奔赴一线的心十分火热!

让人高兴的是,发热病人的情况有所好转,我们陆续为病人抽血、打水、做晨间护理、拿药、喂药、送饭、喂饭……

我相信,他们每一个人都会康复。

2020年2月7日 星期五 武汉 阴

今天是到武汉的第六天,经河南省卫健委党委批准,我们医疗队成立了临时党支部,主任和护士长给大家召开了小组会,共同学习安阳市第三人民医院的有关文件。

开完会,我打开手机,看到我们河南医务团队里有一名队员今天生日,维也纳酒店给他准备了长寿面……我们被周围发生的一切感动着。我们坚信,有爱就会赢。



李桂梅在临时办公桌上办公



返回驻地途中,刘宁累得睡着了