

● 抗疫 · 家书

战疫家书 荡气回肠

▲中南大学湘雅医院援鄂医疗队队员 赵春光

近日，一封写于2月13日的家书公之于众，感动了许多网友。写信人是中南大学湘雅医院援鄂抗疫国家医疗队队员、重症医学科主治医师赵春光，收信人是他的父母。

据介绍，这封饱含报国之志、爱国之心的家书并没有第一时间发出，而是在作者完成任务返湘后才公之于众。

赵春光表示，到武汉时，实不知自己能否归还，所以留书一封，以防不测，以告父母。

父母大人敬启：

儿领命离湘赴鄂，已有一周，衣甚暖，食颇饱，眠极安，父母勿念为盼。

疫事一起，情形颇烈，武汉三镇，尽为病土。儿自领命，无一日不着白衣，无一日不在前线，施针药，救死伤，施我所学，冀有所得，不敢半点儿戏，不敢一丝懈怠，惟望不负二老所嘱，医院所托，国家所命。

常忆我父，着戎装，执甲兵，护卫南国天空，兵锋所指，宵小不敢窜犯；念我母，供三餐，勤耕织，耳提面命，受形秉气，养育之恩，日日挂怀。犹念垂髫之时，父母命我行正步，敬军礼，望我从军报国，以承父业，孩儿顽劣，未进行伍，唯报国之心，时时不敢涣散。今疫事一起，儿自请缨，蹈火而行，生死不念。唯忧我父，溽不知热；唯虑我母，寒不知冷。星汉两城，相隔甚远，不能绕膝床前，儿颇念之，但喜吾妻甚贤，可解二老孤怀，所需所命，可尽驱使，儿虽远离，亦如膝下。

此役，万余白衣，共赴国难，成功之日，相去不远。苍苍者天，必佑我等忠勇之士；茫茫者地，必承我等拳拳之心。待归来之日，忠孝亦成两全。然情势莫测，若儿成仁，望父母珍重，儿领国命，赴国难，纵死国，亦无憾。赵家有死国之士，荣莫大焉。青山甚好，处处可埋忠骨，成忠冢，无需马革裹尸返长沙，便留武汉，看这大好城市，如何重整河山。日后我父饮酒，如有酒花成簇，聚而不散，正是顽劣孩儿，来看我父；我母针织，如有线绳成结，屡理不开，便是孩儿春光，来探我母。

惟愿我父我母，衣暖，食饱，寝安，身健。儿在他乡，亦当自顾，父母无以为念。

时时戎马未歇肩，不惧坎坷不惧难。为有牺牲多壮志，不破楼兰终不还。

不孝儿春光顿首，顿首，再顿首

● 抗疫 · 日记

眼泪在飞

▲哈尔滨医科大学附属第一医院 周红

自疫情开始，我四次请战，如愿进入哈尔滨医科大学附属第一医院群力院区、黑龙江省新冠肺炎重症救治中心工作。四十天的抗疫经历是一场难得的修行，感恩走过，感谢遇见，希望在有限的生命里帮助更多的人。

隔离病房里，一名老人因病情恶化需要转入重症监护室，同样住院的女儿泣不成声，担心母亲无人照看。我握紧她的手，说：“你放心吧，我们一定会像你一样照护老人家。”但遗憾的是，我们最终还是未能挽回老人的生命。每每想起，总让我垂泪叹息生命的脆弱。然而，随着大批患者的康复出院，各地捷报连连传来，那眼底涌出的是充满希望的泪水。

厚重的防护服在保护我们的同时，也为我们带来了诸多不便，不吃不喝不排六小时让我们头晕目眩，疲惫不堪。但看到与家人团聚而喜形于色的一张张笑脸时，听到那一句句发自内心的感谢时，我们的一切付出都有了最真实的回报，那时流出的是释然的泪水。

病毒肆虐，众人避之不及，医务人员白衣执甲，毅然逆行，践行着医者使命。然而，当与亲朋好友视频时，那些说不完的思念成为坚毅的泪水。

“若有战，召必回，战必胜”的誓言尤言在耳，转瞬间已是春暖花开，战车凯旋了！看着全国援鄂医疗队陆续凯旋，看着湖北人民十里长街送英雄的画面，我的耳畔仿佛响起那首充满爱与希望的《春暖花开》：春暖花开，这是我的世界，每次怒放，都是心中喷发的爱。风儿吹来，是我和天空的对白，其实幸福一直与我们同在！

● 抗疫 · 海外援助

祖国是最强大的后盾

▲中国红十字会总会援伊拉克专家、广州医科大学附属第一医院重症医学科 徐永昊



中国专家组为伊拉克库区做疫情指导，介绍“中国经验”

3月28日，国家选派我和国家疾控中心艾防中心主任韩孟杰作为中国专家代表，前往伊拉克库尔德自治区（简称库区）援助指导新冠疫情防控工作。

库区的卫生部部长和当地的疾病控制专家向我们简单介绍了整个库区的疫情防控情况。据介绍，他们一直都在关注中国的疫情动态，早在2月上旬，当地已经开始实施一些管控措施，包括学校放假、封锁与伊朗的边境，后期将库区以外的交通也进行了封锁，城市内的交通、大型活动、宗教活动等基本暂停，限制省份之间的人员流动。在医疗方面，他们提前做好了规划，设置了定点医院，医院里的急诊、发热门诊实行分诊，准备大量的床位以应对可能暴发的疫情。整体来看，库区的防控措施做得比较理想，“凡事预则立不预则废”，这也正映衬了钟南山院士提出的“四早”原则。

30日，我们去了苏莱曼尼亚省的两个中资企业。中资企业员工见到我们格外欢欣鼓舞，特别是那些中国同胞，见到我们像是见到了亲人一般，我分明可以看到他

们眼中闪烁的泪光。在异国他乡，在全球疫情这么严峻的时刻，我们带来的不仅是疫情防控的专业意见，更是祖国人民的关心与问候，让他们更有信心战胜疫情，继续在这里安心工作和生活。

看着大家求知若渴的眼神，我迫不及待地希望把自己所有的经验与防控知识倾囊相授。短暂了解厂区情况后，我们立即开始了培训，介绍了新冠肺炎防控知识，指导他们如何在营地厂区内进行有效的个人防护。同时我们还与企业的医生进行了交流和指导，使他们储备足够的知识和经验去应对疫情突发情况。

结束交流后，我们连夜赶回到埃尔比勒总领馆。高强度的工作、高度紧张的神经过以及多地奔波让我们胃口全无，躺在床上时已觉全身瘫软。然而，夜深人静之时，想起今天中国同胞看到我们时的激动和振奋，心情久久难以平静。在这种大灾大难面前，我们守望相助，共克时艰，无论走到哪里，祖国都是我们最强大的后盾！真心希望我们的努力与付出，能够带给他们些许的温暖与力量。

医师报 头条 健康

守护皮肤 防御病袭 共抗新冠

参与护肤科普大擂台，赢科普奖励金！



皮肤病种类繁多，患者数量庞大。无论是在皮肤病防治还是医疗美容方面，皮肤科医生都是最专业的。

在2020年5·25护肤日来临之际，中国医师协会皮肤科医师分会与《医师报》社、今日头条共同推出征文活动，诚邀广大皮肤科医生参加！

活动时间

即日起至5月20日

活动主办方

- 主办单位：中国医师协会皮肤科医师分会《医师报》社
- 协办单位：今日头条

奖项设置

个人奖励

单周奖励

优秀作品 5篇 100元

（单周获奖文章将有机会参加由主办方组织的终极专家评审）

终极奖励

一等奖 1名 1000元

二等奖 1名 600元

三等奖 1名 600元

优秀奖 7名 300元

团体奖励

主办方会根据发文数、内容质量，从参与活动的医院或科室内选出「十大优秀团体」

内容要求

（包括但不限于）

- 疫情下的皮肤防护
- 皮肤疾病防治
- 科学护肤知识
- 皮肤病临床案例分享
- 护肤品、化妆品挑选知识

内容题材

微头条、文章

参赛流程

- 1 注册头条号：
注册链接为：mp.toutiao.com
未入驻作者可提供快速注册通道（联系人头条健康小助手，微信 toutiaojkxzs）
- 2 作品上传及提交
通过头条号后台#守护皮肤防御病袭#活动入口，点击“立即参与”参与发文；或在文末末尾处插入话题#守护皮肤防御病袭#参与发文。
- 3 作品同时发送至 ysbpifu@163.com（注明“护肤日征文”，邮件内说明姓名、工作单位及职务、联系方式）
- 4 团体（医院/科室）参赛者向头条运营报名，或联系头条健康小助手（微信 toutiaojkxzs）。

评选规则

以上奖励，主办方将根据文章质量、阅读量等综合评出。内容必须符合以下要求：

- 1 尽量少用专业术语，多用生活语言，提倡图文并茂。
- 2 字数：字数不限，但尽量控制在500-2000字
- 3 一旦发现作品有侵权、抄袭行为，主办单位有权取消其参加资格，收回其所获奖项。