

关注新冠疫情下医护特殊心理压力

▲河北医大二院 郝玉明

面对生死怎能无动于衷

医务人员面对数千患者的死去会感到非常无助，因为目前缺少特异的抗新冠病毒的药物，虽然我们看到有很多的药物在探索使用，包括中西医结合治疗，但仍有很多患者死亡发生，尽管医务人员在平时工作中也会面临患者的

死亡，但这是不同的。

面对同事的牺牲会使得他们感到无比痛心，我们在电视中看到有的医生听到同事倒下时掩面而泣的场面令人动容，但他们又不得不忍者去继续工作，继续去战斗。

几十万次的咽拭子采集，

就是几十万次的感染风险，气管插管的麻醉科和ICU的医生队伍被称之为敢死队，一次次操作，就是一次次的生死考验。



郝玉明 教授

误解与委屈对谁诉说

在抗疫的第一线，仍然有一些个别患者和家属刁难、侮辱和威胁可爱的医务人员，例如武汉第七医院的一名患者，作为一名国家干部，竟然因为卫生间不干净而对护士大声呵斥，态度极其蛮横，而且不听刚刚抢救完病人还一刻没有休息的护士解释，一个女孩子，心理该有多委屈，让我们冒着生命危险如此辛苦救治患者的医务人员怎能不寒心。

当一个成年人再次带上尿不

湿是一种什么感觉。她们不敢喝水，一层层防护服下伴随一身身汗水，但仍还要带着尿不湿，为的就是延长工作时间，更多的救护病人。但当有的患者和家属因为不满意治疗效果而撕掉医护人员的防护服最终导致医务人员的感染，这种现象怎能不使得医务人员寒心。

我们是否可以想象他们是什么心情？这些人只是少数，但对医务人员的心理影响极大，因为他们在平时临床工作中受过太多的委屈，甚至已经习惯了，但认为他们不远千里来支援武汉，在目前这种不计报酬，不计生死的工作中仍得不到尊重实在是难以接受的。

美丽女性背后辛酸

在心理关注方面，应当特别关注女性。这次抗疫援助武汉的医务人员中女性占了大多数，这是一种国外很少见的情况，第一，我国的女性医生比例远远超过国外，第二，这次抗疫需要更多的是护士，护士中绝大多数是女性。

因此，对女性这个特殊群体的关爱要特别重视，因为他们的性别因素和生理因素，她们对老人和孩子更加牵挂，她们的情感更丰富，他们很多都是90后的女孩子，她们有的还没有结婚，有的在热恋中，有的刚刚成为母亲，她们没有经过如此严酷的考验。

我们看到出征时很多年轻的女孩把心爱的长发剪掉，虽然她们展现给我们的是美丽灿烂的笑容，是一种别样的女性美丽，而女孩对一头长发的喜爱程度是可想而知的。我们是否可以想象她们剪发时的心情？

年轻女孩奋战在一线，她们因为生理周期有着特别难言之隐的痛苦，有的为了工作，不得不服用药物以推迟生理周期，打乱月经周期的痛苦和许多药物的副作用令她们在繁重的工作下，又增加了怎样的不为人知的痛苦。

当下新冠肺炎牵动着全国人民的心，医务人员成为人们心目中的英雄。到目前为止，医务人员在抗疫战场上被病毒感染人数已经超过3千人，医务人员因感染新冠病毒肺炎而牺牲人数至少已经有10多人。支援湖北武汉的医疗队已超过数百支，援鄂医务人员人数超过4万多人。肺炎疫情已经持续近两个月，确诊病例已经超过7万多人，死亡病例超过2千人，参与抗疫一线的医生护士（包括湖北和全国各地的）不计其数。其它非一线抗疫的数百万医生护士在其他医疗岗位上也同样面临感染的危险。他们有着巨大的特殊心理压力，需要特别的关注。这个问题必须引起我们高度重视。

需要被理解与关爱

这个抗疫特殊的时期，越需要给予更多的关注。想想在战争年代，我军为什么取得一个个伟大的胜利，就是我们伟大的军队有着坚定的信仰，我们的军队是有一个伟大的党缔造的军队，每一个部队除了军长、师长、团长之外，都有政委的存在，除了连长之外都有指导员的存在，我们提倡把支部建在连上，当下，我们把支部建在了科室。但是这个支部必须发挥应有的作用，特别是临时党支部更要发挥应有的作用，做好大家的思想工作。这种工作绝不是说教，而是以身作则，是切实可行的措施，是让人认可的行动。

医务人员应当有奖金，应当有补贴，但他们最需要的仍是被理解与关爱，他们需要的是得到领导的认可，得到病人和家属的尊重，是疫情过后能

他们是英雄，但他们也是普通人，他们也有妻儿父母，也有七情六欲，也有心理波动。他们是普通人，但他们确实是英雄，因为在这特殊的时期，他们不会有怨言，他们会坚持，他们会冲锋，这不是一种冲动，这是一种本能。一支队伍，能够在任何一次灾难时（每一次的洪水、每一次的地震、每一次的疫情）都能够挺身而出，不计报酬，不惧生死，这种队伍，除了军队还有谁？那就是医务人员。

这是一支特殊的队伍，有着特殊的心理压力，需要特殊的关爱。

他们需要的不仅仅是赞美，他们最需要的是被理解与关爱。对于他们的心理问题我们要给予足够的重视。越是在

够过一个“正常人”的日子，或者是一个可以比“正常人”辛苦的多，但是要有一个安全工作环境的日子，是一个可以使他们能够全心全意为病人服务的日子。他们可以牺牲，但是要牺牲的有意义。

目前来说，第一位的仍然是医务人员的自身防护要到位，包括防护措施和自身防护意识，减少和避免自身被感染的风险。因为医务人员的感染会带来很多问题，如医护之间的相互感染，医患之间的相互感染以及带来的社会关注度等等。感染风险与免疫力相关，而免疫力又与疲劳和心理紧张密切相关。因此要尽量保证他们的休息时间，注意健康的饮食，关注心理疏导。

医务人员懂得健康，但对自身的心身健康一直关注不够，他们从没有所谓的自身保健，他们一味的是付出与奉献。其实，如何疏解自身的心理问题也需要组织的关怀和专业心

理医生的帮助。组织领导要切实帮助他们解决一些实际的困难，特别是防护设施，帮助解决家庭的担忧。心理医生大多关注的是病人的心理，其实今天的一线医务人员更需要专业心理医生的帮助，常言说医不自治，他们需要帮助疏导心理，缓解压力，改善睡眠，避免负性情绪的影响，树立乐观心态和必胜的信念，当然必要时也可以借助药物。

现在在全国疫情防控进入最吃劲的关键阶段，我们务必高度重视对医务人员的保护、关心、爱护，确保医务人员持续健康投入战胜疫情斗争。这些问题已经引起各级领导的高度重视，多次强调对医务人员的保护与关爱，特别是心身健康的关注。

相信广大的医务人员一定会不负重托，不辱使命，以饱满的热情，充分的精力，更强大的战斗力投入到疫情斗争中去，夺取疫情防控的最终胜利。

愧对家人的担心

数月已经过去，很多战斗在一线的医务人员从未休息，援鄂医疗队的队员目前还没有轮休，特别是那些年轻的父母们长时间见不到自己刚刚断奶的孩子，我们从网上看到一个令人感动的图片，一位一直在一线的护士在转送病人途中路过家门口，借着这个间隙看看9个月大的孩子，她不能离孩子和家人太近，只能远远的看看，老公给爱人带来了婆婆包的饺子，护士蹲在地上赶紧吃，老公抱着孩子远远的看着，这种场面是温馨中透着心酸。

我们是否可以想象那些支援武汉的年轻妈妈们不得不断奶而数月不见孩子的思念。非一线科室的医务人员整天接触各种患者，但却没有完备的防护设施，他们的被感染风险依然很大，事实证明许多医务人员的感染都是发生在这些科室，但是由于潜伏期的问题，他们根本不知道是否感染，回到家里会不会传染给家人，很多医生更多的担心是家人不是自己，但他们无处可去，必须与家人在一起，在许多外人都远远躲着他们的时候，我们是否可以想象她们是什么心情？