



## 女中医的“心灵按摩”

来武汉“抗疫”的十余天里，李姐不仅是分诊患者的“病情把关人”，同时也扮演着“心理疏导师”的角色。“尽管这里收治的确诊患者都只是轻症，但他们同样十分焦虑。查房时，经常能听到病人问‘什么时候可以出院’‘这么多病人都住在这里，会不会交叉感染？’一些年长的病人也在恐慌‘自己的身体比不上年轻人，可能今晚睡下，明天就醒不了了。’”

除了为自身病情担忧，不少患者也牵挂着同样受感染的家人。“他们常常自责，认为是自己将新冠肺炎病毒传染给了家人。”李姐称，有位患者在病毒潜伏时，不慎传染给了自己的孩子，为此，刚收治住院的前几天，这名患者一直夜不能寐，“他怕孩子太小，扛不过去”。

凡此种种，李姐都需要与病人沟通，她在做好心理疏导的同时，也为患者的一连串病情疑惑给予详细解答，甚至在条件允许的情况下，还会满足“邻床病人打呼噜睡不着觉，希望换床位”的要求。



抗疫期间，李姐的儿子为她绘画鼓劲。

清晨亦或深夜，从方舱医院返回到住处后，彻底放松下来的李姐却时时难以入眠。此时，远在武汉的她总会想起年仅五岁的儿子不久前为她画的一幅儿童画：身为“白衣战士”的妈妈用一根细长的针管深深地扎进冠状病毒体内，一旁，他用稚嫩的字迹写着三行字——“妈妈加油！武汉加油！中国加油！”

每每想起儿子的这幅画，尽管疲倦伴随着饥饿，但李姐却感觉到有一股力量充盈在心底。为了打赢这场战“疫”，李姐切身感受到每一个家庭成员的积极参与，连孩子们都用自己的方式加油鼓劲。

这不，出发来武汉时，9岁的外甥女也为她写了一封信：“舅妈，你作为‘白衣天使’，为了祖国，不顾安危去武汉第一线支援，救助那些被病毒折磨的人……我想你肯定顾不上辛苦，因为你们就是那些患者的希望。有了你们的勇气，才换来了我们的健康和平安，我为你骄傲、自豪。我长大了要向你学习，做一个优秀的人……”

看来，连孩子们都看得清清楚楚，在这场战役里，李姐们所呈现出来的不仅仅是传统医术的力量，还有他们所传递出来的传统美德和民族精神。



赴武汉抗疫后，严实的防护服成了李姐的“日常装”。

# 中医“三字诀”，“宽心”更讲究 她凭传统“武功”，让方舱患者叹服

今日女报 / 凤凰网记者 陈炜

“最近有没有觉得胸闷、发热？”

“还有没有其他病史？”

“来，给您量下血压和体温。”

……

2月20日下午，湖北省武汉市江夏区大花山方舱医院。面对陆续排队等候的新冠肺炎确诊患者，33岁的李姐紧张而又有条不紊地评估病情、根据症状进行分诊，偶尔会起身来句“牢骚”：“后面的，说话小声些哟！”

一周前，由江夏大花山户外运动中心改建而成的方舱医院开始收治患者，这样的场景就重复出现在李姐的分诊排班中。李姐是湖南中医药大学第一附属医院呼吸内科主治医师，自从2月10日随第三批援助湖北国家中医医疗队来到武汉，她就如同一根紧绷的琴弦，一刻也不敢放松。

## 患者病情有多重？她来判断

“我们这里只收治新冠肺炎轻症患者。”李姐告诉今日女报 / 凤凰网记者，方舱医院之所以如此“专一”，主要是通过分类施治判断患者病情的轻重程度，从而留下轻症患者，让重症、危重症患者及时住进定点医院，便于“对症下药”。

区分轻、重症状，评估患者“新冠肺炎严重指数”，可想而知，这一环节在整个抗“疫”中显得多么重要！而“把守”这一环节的医生，绝对需要过硬的业务素质和丰富的临床经验。

经验丰富的李姐便是把守这一环节的重要角色之一，而她的秘诀，离不开中医诊疗法里的三个字——望、闻、问。

“首先，要注意观察患者的精气神，如果对方精神萎靡、反应迟钝、两眼无神，大多属于病情较重的类型

其次，要注意听患者说话时是否呼吸气粗、急喘，通常这些症状在轻症患者中不常见；最后，我们还要了解患者是否有胸闷、发热的症状……”除了传统的中医诊断，李姐还得参照患者的CT影像资料，并通过医疗仪器监测，对病情进行“再审”，直到患者的心率、脉搏、体温、血氧饱和度等生命体征指数均符合轻症标准，才准予入院。

“一般情况下，从症状判断到定性住院，每名患者要耗时3至5分钟，一旦分诊的病人多起来，在排班的6小时里，至少有一大半时间是被‘定’在椅子上的。”2月16日下午3时，刚刚排班分诊的李姐迎来了百余名确诊患者，她迅速进入了紧张工作状态。

“戴了N95口罩后，说话的声音比平时要低，加上有些患者年纪大了，

听力下降，这就需要花更多时间去沟通病情。”李姐说，交流上存在障碍还是其次，两三个小时后，一层层的防护服下，汗水便会将贴身衣裤浸湿，加之进病区前脱下了羽绒服，稍不注意，一旁透过窗台袭来的冷风便能吹得人直打颤。但望着眼前等待着的患者，她不敢有丝毫松懈，只是手臂也会愈加酸痛，“每次为患者做完分诊，都要用酒精喷雾对双手和医疗仪器消毒，反反复复重复这样的动作，手都快没知觉了”。

欣慰的是，在临近换班时，李姐终于为百余名患者一一分诊，直到将获准住院的患者信息全部录入系统，并反馈给轮班的医疗队员后，她才走出病区。

从紧张的节奏里停下来，李姐才发现时间已经不知不觉到了夜间9点。

极拳、耳穴压豆法。

“第一段，双手托天理三焦。两脚平行开立，与肩同宽……”李姐告诉记者，每天都有排班护士带领患者们练八段锦、打太极拳。休息期间，医生也不忘给患者普及中医理疗按摩知识。“比如胸闷，通过按压手臂上的手太阳肺经、手少阴心经等穴位，可以进行舒缓；如果夜里失眠，就通过耳穴压豆法在耳廓穴区进行按压……”

如今，由湖南医疗队收治的94个床位的患者，一到“练功”时间，全都自觉站好队形，在“领舞”医生的带领下开始调理身体，一套动作完成下来，很多患者常常感慨：“全身热乎乎的，连呼吸都感觉顺畅些了。”

## 这里的治疗，全凭中医“发力”

鲜有人知的是，在江夏方舱医院，由全国5个省、209名医护人员组成的国家第三批中医医疗队在对抗新冠肺炎时，不吃西药、不输液、不打吊瓶，全凭中医药“发力”。

李姐介绍，方舱医院收治的全部轻症患者，都统一服用由国家中药局与国家卫健委共同向全国推广的“清肺排毒汤”。“轻症患者在服用这种药剂后，通常只需一到三天，像干咳、腹泻等症状就会明显好转，另外，它对稳定病情，延缓或阻断轻症患者转向重症转变起到了相当明显的作用。”

今日女报 / 凤凰网记者从国家中医药管理局了解到，“清肺排毒汤”作为疾病治疗方剂，是由汉代医学家张仲景所著《伤寒杂病论》中的经典方剂优化组合而成，不仅可用于治疗新

冠肺炎轻型、普通型、重型患者，在危重症患者救治中也可结合患者实际情况合理使用。

李姐清楚地记得，有一天，一位轻症患者刚被收治住院，突然急喘加剧，血氧饱和度也开始下降，如果不能“对症下药”，通常几天内就会转为重症。于是，当晚就施以“清肺排毒汤”让患者服用后睡下，结果第二天患者的呼吸就明显平稳了不少。“患者当时情绪很激动，连连叹服‘传统中医真的很厉害！’”李姐说。

中医不仅讲究服药治标，还尤为注重“治本”。“通过调理气血、疏通筋络、强健体魄，同样能达到提高身体免疫力，促进病情改善、身体痊愈的效果。”在李姐看来，其中诀窍离不开几门“武功”——八段锦、太