



编者按

在我国，中医药防治瘟疫有着悠久历史。如今，在抗击新冠肺炎的战场上，全国各地各级中医医院和科研单位对“疫”处方，对症下药，希望用中医药提升抗击疫病的战斗力，也形成了全国中医药防治疫病群防群治的综合体系。

为此，今日女报/凤网融媒体中心持续推出“中医战疫 湖南行动”专题，记录中医湘军的积极举措和防疫故事。

中药“对号入座”，解锁“中医体操”

## 中医女护士战疫：轻症转重症不到1%

今日女报 / 凤网记者 周纯梓

五禽戏、六字诀、太极拳……武汉“方舱医院”又解锁了新技能。

“双手放平，慢慢往下压，再来一次。”2月21日，湖北省武汉市江夏区大花山方舱医院，身穿全套防护服的湘五病区医护人员正带领一批患者“找乐子”——打上一套“五禽戏”。

领队的是湖南省中医药研究院附属医院副主任护师朱海利，她也是武汉首家中医方舱医院湘五病区的护士长。中医战“疫”有妙招。朱海利告诉今日女报/凤网记者：“学习太极拳、五禽戏、八段锦等健康养生功法，适当运动不仅有助于疏导患者情绪，也能提高人的免疫力，优化治疗效果。”



扫一扫，  
分享中医战“疫”故事



朱海利（中）和队友出征武汉。

### 带着玩偶“杀病毒”

“我是在2月10日出发前两天接到通知，医院决定派我去武汉支援。”2月22日，朱海利告诉今日女报/凤网记者，此前她早已写下请战书，随时准备奔赴抗疫一线，所以她获知要去武汉时，不仅不意外、不害怕，反倒很激动。

除了换洗衣物，跟着朱海利一起奔赴武汉的，还有一个特殊的玩偶——这是她4岁的儿子乐乐送的“吉祥物”。

原来，听说妈妈要去武汉“杀病毒”，乐乐毫不犹豫地把自己最爱的乐高警察玩具“拱手相让”。他说：“警察可以保护妈妈。”

这个特殊的“守护者”，朱海利一直带在身上。

“我们虽然是从湖南调派，但其实属于国家队。”朱海利说，她归属的是由国家中医药管理局组建的国家第三批中医医疗队，由5个省的209名医护人员组成，负责接管武汉江夏区大花山方舱医院。

在这支队伍里，湖南队员有40名，分别来自湖南中医药大学第一附属医院、第二附属医院，以及湖南省中医药研究院附属医院、常德市第一中医医院、永州市中医医院、醴陵市中医医院。

### 中药颗粒，编号“一三四”

大花山方舱医院是武汉首家中医方舱医院，由当地第二大的体育场馆——江夏区大花山户外运动中心改造而成，分A、B、C三个馆，一共可以收治800名患者。目前，医院收治患者以轻症为主。

朱海利说，中医讲究从整体提高人体免疫力，“因为新冠肺炎病毒感染属于自限性，也就是说，当你的免疫力提高，靠机体调节能够控制病情发展的时候，这病就见好了”。因此，别的方舱医院不提供的中药汤剂，在朱海利这里一天提供两次。

2月14日上午8时，方舱医院正式“开舱”第一天。

“姑娘啊，我真的一晚上没合眼！”

这天，朱海利和一名70多岁的患者李奶奶聊天，得知对方因为刚住进方舱医院，不适应加上压力大，睡眠状况很不好。

见状，朱海利拿出事先煎制好的中药汤剂，安慰李奶奶道：“你莫急，这个汤剂有安神作用，专治失眠，你一天喝两次，保管睡得香。”

针对不同病症，大花山方舱医院的中药颗粒分为一至四号方。“一号方可治疗发热，二号方则用于咳嗽，三号方针对无症状感染者，有的病人情绪差、焦虑失眠，那么安神的四号方就能派上用场。”朱海利说。

### “解锁”五禽戏，中医粉丝多

除了一天两次的中药汤剂外，朱海利还有其他的中医战“疫”小妙招。

“中医认为久卧伤气，所以轻症患者不能一整天躺在床上，应该要下床做些活动。”每天上午10时，朱海利会准时来到病区打开音箱，教授五禽戏、八段锦、六字诀、太极拳，带着大伙儿“伸伸懒腰”。

“气可以推动血，气血运行，身体阳气才会

足，那么患者就会好得快。”在朱海利通俗地讲解下，大家都跟着模仿起来。

一套动作下来，不少患者觉得神清气爽。“有个叔叔说，现在有点浊气都被排出去了。”朱海利告诉今日女报/凤网记者，每天不到10时，大家就已经排好队，整整齐齐的等着放音乐，有时甚至不需要护士带领了，“怎么做，他们门儿清”。

当然，起初并不是所有患者都买中医药的“账”。朱海利告诉记者，有一名30多岁

的患者对中医药不是特别信任，“他认为自己需要白蛋白和血浆，以及提高免疫力的西药，情绪上很焦虑，并且有抵触心理。但后来他看到其他患者喝着中药做着中医治疗，一起唱歌练习五禽戏，每天都开开心心，精气神都特别好，所以他现在也非常配合了”。

此外，朱海利还别出心裁，组织患者进行才艺表演，“大家的热情很高，湖南舱也是特别受欢迎的舱，不少患者甚至忘记了自己感染了新冠肺炎病毒”。

### 满满人情味，把“方舱”变“社区”

许多患者感染新冠肺炎病毒后，因为了解不够，导致情绪过于焦虑，进而影响下一步的治疗和康复。为此，身为护士长的朱海利想了许多办法。

在和患者聊天的过程中，朱海利了解到，他们中有很大一部分是整个家庭都在方舱医院住院，有些是邻居或者亲戚，“我们就考虑把患者按照社区化的方式来管理。比如，每个病区有90名病人，分成8至10人一组，每天由一个‘组长’来负责完成‘组员’的需求，比如说拿饭、拿药等”。

朱海利说，因为方舱很大，且是体育馆改造而来，加之考虑安全问题，导致患者的日常生活并不算很方便。现在采取“社区”的管理方式，彼此互帮互助，可以缓解医院内的紧张气氛，同时也能让身体状况好的



朱海利和小伙伴对中医战“疫”信心满满。

患者找点事情做。

社区化管理加上一整套的中医药“组合拳”，朱海利安抚了人心，也取得了很好的救治效果。

“使用相应的复方中药进行针对性治疗，这是中医的优势。”朱海利告诉今日女报/凤网记者，据统计，目前，在不

使用中药的前提下，其他方舱医院轻症病人中，有10%左右的患者会转为重症，“但如果用了中药，只有不到1%的轻症患者转为重症”。

朱海利笑着说：“希望方舱医院能早日‘关门大吉’，患者们能早日‘出舱’，因为生活仍要继续。”