

(上接 09 版)

# 湖南首支心理医疗队武汉战疫 20 天: 治新病, 助心生

## ■领队声音

### “不要低估疫情造成的心理伤害”

自抵达武汉, 日日夜夜奔波于数家定点医院——在湖南驰援武汉的国家心理医疗队队长王小平看来, 这场心理战役才刚刚开始。

王小平是中南大学湘雅二医院国家精神病学科、精神医学系和国家精神心理疾病临床医学研究中心主任, 曾受邀在世界精神病学大会做专题报告。

新冠肺炎疫情爆发初期, 王小平团队就已开展了相关的心理支持工作, 并在网上发布关于危机心理干预的科普短视频。1月31日, 在中南大学湘雅二医院, 湖南精神医学中心、中南大学精神卫生研究所就联合中国医学救援协会心理救援分会向社会公众和一线医务人员开通“全国应对疫情心理援助热线平台”; 接着, 又与百度百科开通了全国抗疫心理服务平台, 至今, 该平台已服务2万余人次。

2月21日, 王小平和湘雅二医院14名精神心理科专家共赴武汉, 分别负责4个方舱医院和5个定点医院的心理救助工作。

“我们方舱医院的队员每天要和100名患者进行心理沟通。”王小平说, 新冠肺炎疫情对人们造成的心理伤害与地震等突发自然灾害不同, 创伤急性期不重, 但是伤痛会很持久。

### “拐点未至, 先得帮医护疗伤”

作为副领队, 湖南省脑科医院精神卫生科主任曾宪祥告诉今日女报/风网记者, 这一次到武汉, 他们的任务很明确: 一是为武汉的患者提供力所能及的帮助, 二是保证奔赴湖北战“疫”的湖南医护的心理健康。

曾宪祥说, 目前, 患者表现出的心理问题通常是三大类: 焦虑难安、失眠厌世和沮丧反应, “几乎每天都有人问我, 病好了后什么时候会复发? 感染过病毒会对身体造成怎样的伤害?”

除了患者, 心理咨询师同样担心医护人员。广州艾力彼医院管理研究中心近日的一份问卷调查结果显示, 85%的一线医护人员认为疫情期间的工作负荷是平时的1-2倍, 有6%的人认为工作负荷是平时的4倍以上。近七成医护人员睡眠质量受到影响, 部分医护人员出现强迫症, 比如看到水龙头就去洗手。

“保持医护人员的心理健康, 是疫情拐点尚未来临我们的首要任务。”曾宪祥说, 来到武汉后, 他看到的情况是——即使本身是医生, 也不一定懂得精神卫生。

曾有一名武汉某医院的领导, 总觉得身上不舒服, 也说不出原因。曾宪祥和他详细交流才发现, 原来他就是因为心理压力太大, 犯了焦虑症, “只有认识到焦虑这个元凶, 医护人员才能进一步接受它, 并与心病‘和解’”。



国家援鄂心理团队在隔离区和患者交流。

## ■干预对策

### 已开通 14 部 24 小时心理热线

“我们的队员在每天6~8小时的排班里, 要给10~20名患者打电话或微信视频, 进行心理疏导。”聂斌告诉今日女报/风网记者, 他们将新冠肺炎疫情下的心理疾病患者群体分为四类。

**第1类: 最易出现心理问题的易感人群, 他们是新冠肺炎确诊患者、战“疫”一线的医护人员、疾控人员以及管理人员**

**第2类: 居家隔离的轻症患者、疑似患者、密切接触者, 以及前往医院就诊的发热患者**

**第3类: 与前两类相关的、有过接触的人员(如邻居、家属、同事、朋友以及后方救援者)**

**第4类: 在疫区内受到防控医疗保障的普通群众**

制图: 王蕾

“尽管我们现在还没有深入社区、街道, 为当地居民进行心理干预, 但是我们想了很多办法。”曾宪祥补充说, 队员们五人一组负责一个方舱或一个定点救治医院, 每天做记录, 然后每晚8~10点召集成员网上开会, 探讨病情、案例分析, 以及安排下一步工作。

曾宪祥说, 为了服务更多有需要的人, 湖南省脑科医院通过湖南“12320卫生热线”面向全国公众和一线医务人员, 开通了新冠肺炎疫情心理咨询与危机干预的24小时服务热线(热线电话: 0731-12320), 并安排14部热线电话提供咨询服务。之后, 还将根据群众和一线医务人员心理咨询需求, 调整热线电话数量。

### 即将组建“巴林特”小组

“一些患者在疫情中失去了亲人, 这都是需要时间来抚平伤痛的。”王小平说, 在完全没有心理准备的情况下遭遇悲情事件, 加之疫情期丧失了哀悼过程, 有的人能挺过来, 但有一些人做不到。

王小平告诉今日女报/风网记者, 由于武汉目前的工作重点还在疫情本身, 等到拐点出现时, 将会有经验丰富的心理专家团队帮助丧亲者尽快走出伤痛。

“不久后, 我们会根据每个医院的情况开展线上或者现场的小组活动。”王小平说, 如今, 湘雅二医院心理咨询团队正与一线医护人员组建“巴林特”小组, 这是一种团体心理治疗形式, 由匈牙利精神分析师迈克尔·巴林特创建, 目的在于让医生更好地处理医患关系, 缓解职业压力。

在过去两周里, 王小平也收到了很多一线医护人员对湖南国家心理医疗队的“点赞”。“医生开始直面自己的焦虑, 患者的情绪也有了好转。”他说, 趋势是乐观的, 但这场“心理战”还有很长的路要走。

## ■官方声音

### 湖南驰援湖北医疗队取得阶段性胜利

辜妹兰(湖南省卫生健康委直属机关妇委会主任)

截至目前, 我省累计向湖北省派驻医疗队18批次, 共1478人。各医疗队发扬“医疗湘军”的优良作风, 分别接管当地的一个或几个医疗单元, 救治工作取得较好成效。据统计, 湖南支援武汉医疗队累计收治患者1325例, 累计出院645例; 支援黄冈医疗队累计收治患者979例, 累计出院495例, 其中, 黄冈市的英山、红安、麻城3个县实现在院确诊患者治愈清零。

黄冈市委、市政府两次给湖南省委、省政府致感谢信——感谢我省第一时间派出医护力量, 提供医用物资和生活物资支援, 有效缓解了当地疫情防控人才和物资紧缺问题, 极大地鼓舞了黄冈人民战胜疫情的信心和决心。目前, 湖北和黄冈疫情防控形势发生了积极向好的变化, 取得了阶段性胜利。

此次新冠肺炎疫情来势汹汹, 人们的焦虑感普遍升高, 对大众的心理防线也是极高挑战, 尤其是在湖北地区。我们派出心理医生, 就是做干预和疏导工作, 让当地的医护人员以及患者情感能有着陆的地方, 从而大大降低精神和心理疾病的发病率。

如今, 新冠肺炎疫情在全球正呈现扩散态势, 我们下一阶段将继续做好疫情的科学精准防控, 完善防控策略, 围绕“外防输入、内防扩散和局部暴发”, 防止疫情反弹。

### 心理危机干预是疫情防控的重要一环

王泉冶(湖南省脑科医院院长)

此次新冠肺炎疫情发展速度快、影响范围广、持续时间长, 引发公众的情绪波动大, 进而影响到疫情防控, 更影响社会和谐。因此, 及时的心理危机干预, 也是疫情防控的重要一环。

疫情期间, 医院协助卫生主管部门制定了湖南省心理危机干预方案和精神病专科医院收治规范, 明确了组织体系的构建和职责、对各类服务对象如何开展干预工作作了具体的要求。此外, 还协助省卫健委起草了《关于加强精神病医院内新型冠状病毒感染预防与控制的通知》, 对全省各级精神卫生机构的诊疗提出了要求, 防止新冠肺炎疫情在精神病区爆发流行。

同时, 医院利用“互联网+”和网络医院平台, 分批对全省98家精卫医联体成员单位开展远程培训, 内容涵盖心理援助热线接听技巧、现场心理危机干预注意事项、疫情期医务人员团体心理辅导方法, 以及疫情期精神卫生机构患者收治注意事项、疫情期精神卫生机构院感注意事项等。

自1月25日起, 我们已指导、督促全省14个市州开通14条心理援助热线; 指导全省40余家县级精神卫生专科医院向本县区开通了疫情期心理援助热线。此外, 还通过视频或到定点救助医院, 对隔离人员和医护人员进行心理干预。

## ■专家声音

### 关注疫情下的“新弱势群体”

彭泗清(中国社会心理学会副会长、北京大学光华管理学院市场营销学系教授)

这次疫情对社会生活造成的冲击是多方面的。传染病疫情爆发后, 在空间上可以扩展到全球, 在时间上难以确定何时终止, 感染病毒者不仅是受害者, 又成为传染源, 人们对患者或疑似患者既同情又害怕。疫情唤起的不仅有同情心, 也有误解、猜忌甚至敌意, 因此可能导致几类“临时困难群体”或准弱势群体的出现——疫情患者、疫区人、权益受限者、无口罩者、有企业倒闭风险的企业主群体和有失业风险的劳动者群体。

我们呼吁相关部门和社会各界高度重视疫情冲击给特定群体带来的困难和压力, 积极引导社会舆论, 倡导群际沟通与相互理解, 采取实际行动来善待受灾者、灾区人、受困者等, 尽力扶持遭遇困难的中小企业经营者及劳动者, 制定有效的社会政策来淡化群体分化、化解可能的群际冲突。

我们相信, 只要各级政府真正以人民为中心, 只要社会各界达成广泛的共识, 就一定能够克服困难、化危为机, 进一步促进社会和谐与社会发展、提高人民群众的获得感与幸福感。