



疫情防控如何做?防护服如何穿脱?上海39家市级医院邀市民现场感受——

沉浸体验带你换个视角看医院

首席记者 左妍

智慧病房走一走,VR 视频看一看,医疗新科技就在上海医院的日常诊疗间;体验穿脱隔离防护服,跟着医护人员的示范再做一遍“六步洗手法”,防疫知识牢记心间。9月1日,一年一度的上海市市级医院“市民健康科普宣传周”和“医院开放日”活动拉开帷幕。一周内,市民可走进39家市级医院,通过沉浸式的体验学习健康科普知识,感受医院医学积淀的厚度和人文关怀的温度。

即时问答

收获防疫知识

“大白”究竟是怎么装扮的?自我防护缘何成为感控环节的重中之重?昨天是开学第一天,西南位育中学的19名同学走进上海市第六人民医院医学模拟实训中心,上海第八批援鄂医疗队副领队、六院党委副书记范小红为同学们演示和讲解了穿脱防护服的要领,并指导同学们自己动手,从口罩、手套、护目镜,到穿脱防护服,感受一把“大白”的艰辛。范小红还在场的同学们讲述援鄂期间的抗疫故事,将抗疫精神薪火相传,鼓励同学们奋发图强,成为对社会有益的人。

“核酸检测是临床一线的‘侦察兵’,那核酸检测需要哪些步骤呢?”带着这样的疑问,同学们走进检验科,探索显微下的神秘微观世界。通过学习,同学们知道了核酸检测是对新冠肺炎病人筛查的重要工作流程,它为临床提供实验室指标和准确诊断信息依据。检验科工作人员在取样后,进行标本转运、样本灭活、试剂准备、提取扩增等步骤,步步谨慎,确保结果质量精准,肩负着零感染零漏诊的重任。

现场观摩

感受防控力度

除了现场观摩诊疗过程、听取医生对治疗技术的讲解,常态化防疫下的特殊流程与措施也吸引了市民代表的注意。昨天,上海市口腔医院·口腔病防治院迎来了一群特殊的“客人”——奋战在黄浦区外滩街道抗疫一线的志愿者们。口腔科在诊疗过程中,医生与患者的黏膜、唾液、血液、分泌物等“密切”接触,是不折不扣的“高危”场所,因此是疫情防控的关键环节。这群志愿者们亲身体验各项防控措施,从医、患之外的第三种视角了解口腔医疗机构在常态化疫情防控措施下的运作。

外滩街道社区志愿者协会会长周徐英表示,除了直观感受医生工作状态,大家还学到了感染防控的理论知识与实践技能——怎样戴口罩能够避免手对口罩的污染?手卫生的要点有哪些?消毒剂怎么用才既有效又安全?医院开放日为提升健康教育成效,优化健康传播,提供了一个有益的平台。



听一堂现场培训课,感受悉心贴心的护理部工作



试一次心肺复苏急救,接受技术和体力的双重考验



穿一回防护服,体会“大白”的艰辛

模拟实战

学习急救技术

一直以来,学习“救命知识”始终是市民最迫切的需求之一,这次,各家医院充分利用各项资源,将生动的急救体验课程展现给参加活动的市民代表看。上海市第一人民医院松江院区举办了“急救夏令营”活动,多位资深护理人员现场演示心肺复苏、海姆立克急救法、常用创伤急救等应急救护知识,并结合当前疫情防控常态化管理要求,加入了洗手、戴口罩、咳嗽礼仪等科普知识宣教。

沉浸体验

传递健康心态

秩序感,现在我们也进入一种新的生活状态。”中心党委书记谢斌表示,希望通过此次活动,帮助更多市民朋友走进医院、走近医生、了解科普,今后我们也将用更多健康理念、健康知识、健康技能为每个人穿上无形的防护服,共同拥抱健康的生活。

一系列活动,打破医疗机构的专业性和相对封闭性,在疫情防控新常态背景下,向市民展现市级医院诊疗、工作场景,通过沉浸

式体验,提高群众防病意识和健康素养,同时加强医患互动与沟通,共同营造良好的医疗环境。上海申康医院发展中心党委书记、主任王兴鹏介绍,为充分发挥医学科普在城市公共卫生建设中的作用,申康中心汇集39家市级医院的优质科普资源,打造具有公信力的“上海市级医院健康科普”网络平台,并于9月2日至9月7日期间每日推出一科普话题,同步在“申康科普周”微信公众号上进行专家科普直播推送,把“防疫经验”转化为市民健康生活方式,为构筑城市公卫“防火墙”再添新翼。

输到电脑中进行现场分析,能及时反馈出体验者动作是否标准,按压频次是否够,按压力度是否达标,“患者”是否能被有效救回。即便是模拟演示,现场也非常紧张,当模拟心跳恢复的瞬间,体验市民忍不住长吁一声,整个人的状态也随之放松下来。“一直以为只要像电视剧里演的那样按压几下就可以了,但今天有医生指导,自己又实际试了试才发现,其实按压的位置、手势都有讲究,而且对体力考验也很大,自己试了以后感觉都快虚脱了,不由地对医务工作者深表敬佩!”一位体验者表示。

“市民健康科普宣传周”和“医院开放日”活动的开幕式上,上海新冠肺炎救治专家组组长、华山医院感染科主任张文宏指出,世界范围内,疫情尚未结束,可能还会再次蔓延,我国仍然面临输入性病例风险,希望大家保持良好的卫生习惯,巩固防疫成效。

张文宏的演讲从100多年前说起。法国的微生物学家路易·巴斯德在显微镜下发现了细菌,他马上意识到这是件非常可怕的事情——一旦人类在与细菌的交手中失去先机,会导致非常严重的后果。而后,巴斯德发明了巴氏消毒,还发明了第一个狂犬病疫苗。“他知道疫情控制要始终走在疫情前面,否则将落到非常被动的局面。”张文宏说。

他同时谈到了另一位非常知名的美国医生爱德华·特鲁多。特鲁多被一种感染性疾病——结核病所折磨,临死前都未找到攻克办法。但特鲁多说过一句话,成为了许多医生的“座右铭”——“有时去治愈,常常去帮助,总是去安慰。”张文宏说,“我们有时感到非常无奈,因为能够治愈病人的机会非常少,大多数时候只能去帮助病人免除一些痛苦,最多的时候,我们可能只能去安慰病人。”

人类与自然界共同进化发展时,将一直受到自然界中微生物的威胁。张文宏说,无论是新冠还是结核病等,每一种传染病或感染性疾病,基本上全来自于自然界。可以说,没有一种传染病在人类可以彻底消除,人类面临的风险是持续的,人类不得不学会与微生物长期共存。同时,只有占得先机,才有可能战胜它。

秋冬将至,张文宏觉得人们更当心的是流感病毒。他认为,流感病毒通过进化,获得了在人类社会当中长期存活的能力。如今人类没有能力把流感病毒从人类世界驱逐出去。但是,这不代表我们对流感束手无策。“每年注射一次流感疫苗,这是目前比较有效的预防方法。”

针对市民所关心的“第二波疫情”的话题,张文宏也给出了他的观点。他认为,世界上大多数国家如今已不可能再进一步扩大检测范围,所以第二波疫情的预警是必然的,只能采取更严格的防控态势,并等待疫苗问世。

目前,虽然上海没有本土病例,但是不代表没有风险。他希望大家保持良好卫生习惯,也建议在学校内多推广常态化抗疫策略,采取一些减少人群聚集的措施,如上课时分开坐,聚集的时候戴口罩、常洗手、课桌椅消毒、室内通风等。中国仍然面临输入性病例风险,但他相信,国家的防疫体系、医疗能级、检测网络都越来越强大,整个局面仍然是可控的。

张文宏谈病毒与人类
占得先机,才能战胜对方

首席记者 左妍