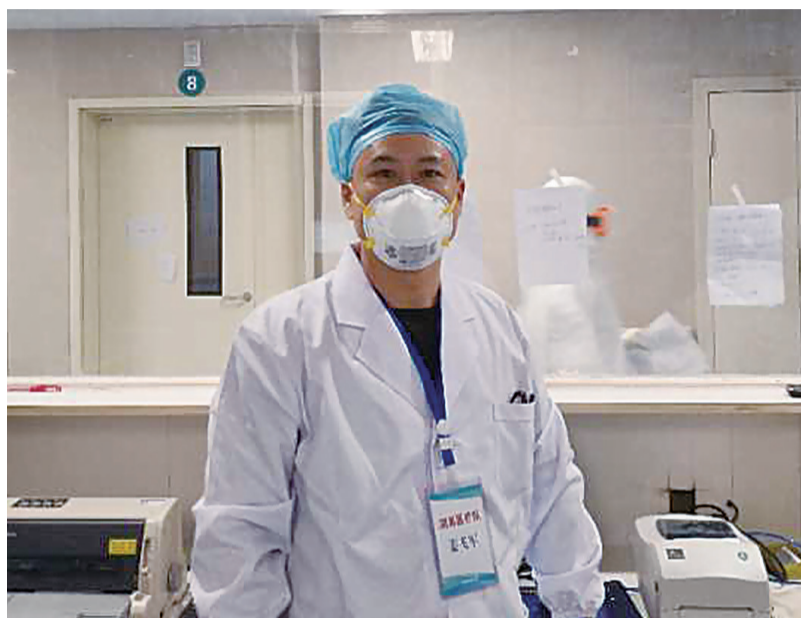




# 抗疫战士姜飞军：“慎终如始，不胜不归”



在湖南对口支援黄冈第一批医疗队株洲分队成员中,有一名医生,抗“疫”两次,援藏两次。今年大年初一,在脚伤未愈的情况下,他拆掉石膏,奔赴战“疫”一线。最近,他又做了一个暖心举动:将上级慰问自己的物资转送给一名去世患者的父母。



▲姜飞军在黄冈大别山区域医疗中心 通讯员供图

## 发下来的慰问品,他转送出去

3月10日,株洲市二医院的工作人员提着粮油、牛奶等物资来到孙桂长、刘翠兰夫妻的家中。这已经是2月份以来孙桂长夫妇接受的第四批物资了。

其实,这些物资原本是发下来给她援黄冈的市二医院消化内科副主任姜飞军的。但是姜飞军交代了院方,这些物资一样不留,全部转送到孙桂长家。

“姜医生把他们当自己的父母看。”3月10日,市二医院的工作人员与记者说起姜飞军与孙桂长夫妻的故事。

2000年,孙桂长的儿子因尿毒症成为姜飞军接诊的病人。自那之后,两人因为这场疾病来往密切。

2012年,与病魔抗争12年后,孙桂长的儿子还是去世了。“儿子走后两年,我们夫妻根本缓不过来。”孙桂长告诉记者,妻子天天以泪洗面,自己也提不起劲做事,两个人天天就窝在家里。

因为是失独家庭,为了让夫妻振作起来,姜飞军把医疗服务从院内延伸到院外,将夫妻俩当成自己的亲人看待。“过年过节会塞红包给我,吃的用的,只要看到我们缺什么,就会买来送给我们。凌晨4点起床,来给我们搬家,亲儿子可能都没他那么体贴细心。”孙桂长的妻子说。

8年间,夫妻俩称呼姜飞军,从“姜医生”变成了“干崽”,而双方也从医患关系,变成了胜似亲人的关系。

## 让老年居民购物更方便 他们将临时超市“搬”进家属区

本报讯(记者 贺天鸿 通讯员 肖澎 王臻臻)当前,各大院校正在积极准备复学工作。为了加强校园管控,湖南铁道职业技术学院封闭了两条家属区出行通道。近日,为解决居民物资采购问题,石峰区检察院联合社区、学校以及小区业主委员会将一家临时超市“搬”进了家属区。

据了解,湖南铁道职业技术学院老家属区的居民一半以上是学校退休职工,其中有23名80岁以上的老人。近日,考虑到出行不便的老年居民,在田心街道、南峰社区、石峰区检察院以及学校的努力下,仅用一天的时间,便将学校里的部分车位改造成了一家临时超市。

临时超市老板张先生告诉记者,他之前在湖南铁道职业技术学院里经营了一家商店,自疫情出现之后,他一直都呆在外地的家里,直到3月5日,学校领导找到他,希望他能够来学校办一个临时超市。最

## 拆掉石膏只为奔赴战“疫”一线

对44岁的姜飞军来说,抗“疫”并不陌生。2003年,非典汹涌而至,参加工作不久的姜飞军主动申请,如同“钉子”一般在非典病房坚守三个月。因出色完成任务,被评为株洲市卫生系统优秀共产党员。姜飞军说,作为党员就应当冲在最前面。

2015年5月至2016年11月,姜飞军还主动申请援助西藏扎囊县人民医院。连续两年援藏,他克服高寒、缺氧等艰苦条件,将自身专业知识毫无保留地传授给当地医生。

今年大年初一出发去湖北黄冈前,担心会影响报名支援,姜飞军“狠心”将自己脚上的石膏拆了。在黄冈抗疫一线,姜飞军带领队员冲锋在前,为了减少感染几率,他和队员们都剪短了头发;为了节约防护服,他们穿着成人纸尿裤上班,工作时间内不能吃饭、喝水、上厕所。

“慎终如始,不胜不归。”仍在前线坚守的姜飞军说,这是所有医疗队员许下的诺言。有这样的诺言,大家何愁“疫”不胜。

“我不怕吃苦,只希望黄冈的患者都能尽快恢复健康回归正常生活。”姜飞军的愿望和他本人一样,朴实而淡然。

(记者 杨凌凌 通讯员 李建辉 张书乐)



## 12日又一名患者治愈出院

本报讯(记者 杨凌凌 通讯员 朱卫健)3月12日上午,在株洲市定点集中隔离救治医院,经专家组会诊,我市又有1名新冠肺炎患者达到出院标准治愈出院。

截至当日下午16时,我市新冠肺炎治愈出院人数增至78人。

## 11日我市无新增确诊病例

本报讯(记者 杨凌凌 通讯员 朱卫健)3月11日0至24时,株洲市报告新型冠状病毒肺炎新增确诊病例0例,新增重症病例0例,新增死亡病例0例,新增出院病例0例。

截至3月11日24时,株洲市累计报告新型冠状病毒肺炎确诊病例80例,现有重症病例1例,死亡病例0例,出院病例77例,在院治疗3例。其中:

确诊病例中,荷塘区21例、茶陵县13例、天元区10例、芦淞区10例、石峰区9例、醴陵市8例、攸县7例、云龙示范区2例;现有重症病例中,芦淞区1例;出院病例中,荷塘区19例、茶陵县13例、天元区10例、芦淞区9例、石峰区9例、醴陵市8例、攸县7例、云龙示范区2例。

目前追踪到密切接触者1808人,已解除医学观察1805人,尚有3人正在接受医学观察。



## 炎陵县免费配送1500多套高中教材

本报讯(记者 肖捷 通讯员 赵荧星)受疫情影响,目前炎陵县中小学校仍处于停课状态,假期一再延长,为此教育部门开通了网络课堂。为了让孩子们在家也能拿到最新的学习资料,实现课堂与课后的有效衔接,3月10日,该县供销社“菜鸟云仓物流联盟”为炎陵第一中学高二、高三学生免费配送教材。

“菜鸟云仓”旗下韵达快递组织员工对图书进行了分拣,然后安排专车分片送往乡镇。此次配送采取自提的方式,根据学生所在乡镇进行分类,在各个乡镇设置了取书点。

据了解,供销社“菜鸟云仓”已为炎陵第一中学配送1500多套教材。配送人员和现场工作人员均佩戴口罩、手套,现场定时消毒,对前来取书的家长和学生进行酒精消毒并保持安全防护距离,确保配送教材的活动安全有序地进行。



# 体温枪测额头还是测手腕? 专家解答来了



▲同一时间测额头和测手腕上方,体温枪显示的体温不同 记者 谢慧 摄

本报讯(记者 杨凌凌)在疫情防控期,门岗大叔成了最威风的人,看到你进门就对着你的额头或手腕“来一枪”。体温枪如何正确使用?体温枪对着额头检测,准确吗?昨日,本报采访了市新冠肺炎医疗救治组副组长龙云铸,解读关于体温枪的知识。

## 测出的体温为什么忽高忽低? 体温枪会受环境、季节等因素影响

在新冠肺炎疫情防控期间,有市民表示,体温枪测不准,忽高忽低的数据让人无所适从。“一看体温超过37度,就担心被感染了。”

龙云铸说,红外体温枪对环境要求较高,其使用环境为16℃—35℃,当前是春季,室外比较寒冷,各疫情防控监测点又均在室外,体温枪容易出现偏差。“被测人员尽可能让体温和环境温度保持平衡,比如开车进出时,到达目的地之前提前开窗通风;从室内出来的话,静待一两分钟再测量。”龙云铸说。

## 测额头和手腕哪个更准? 正确测量:测手腕与手臂的中间部位

在疫情防控点,工作人员通常用体温枪对准人的额头、手腕来测温,哪个位置最接近人体体温?

龙云铸说,在室外温度较低的情况下,额头、手腕长时间暴露在外,温度偏低,测量的温度一般比正常体温低,所以,对手腕与手臂之间,被衣物覆盖的部位进行测量比较准确。

如果发现温度偏差很大,可使用其它测温设备确认,如水银体温计等。

## 战“疫”中的爸爸看起来特别高大



本报讯(记者 何春林 通讯员 余进勇 易艳红)聂仙桃是醴陵市中医院一名麻醉医生,现在市定点集中隔离救治医院重症监护室工作。同在一座城,每天却无法和家人相聚,儿子聂熹微只能通过视频电话看看战“疫”一线的父亲。9日,小微给父亲写了一封家书。



▲聂仙桃 通讯员供图

## 聂熹微给爸爸的一封信

亲爱的爸爸:

您好!

时光飞逝,一晃您去支援新冠肺炎疫情防控已半月有余,我和弟弟都非常想念您。您还好吗?工作辛苦吗?家里都挺好的,您不要担心。这段时间弟弟也似乎很懂事,更加乖巧、听话。前几天看到您从抗疫一线发回来的照片,我和弟弟都觉得您特别威武、高大。爸爸,我记得您是2月22日作为醴陵市中医院第五批支援医疗队赴我市定点集中隔离救治医院支援的,一下子除了妈妈知道您去了哪里、去干什么以外,其他人都“蒙”在鼓里,您更怕爷爷奶奶担心。有着十多年丰富医疗工作经验的您,尽管知道这次疫情太凶险,然而您还是勇敢逆行,您说:“因为被需要,所以勇往直前。”

我听说妈妈说您在重症监护室工作。那里住的都是危重病人,有的做了气管插管,有的上了人工肺,传染性极强。虽然您每天只要工作四个小时,可是,这四个小时里,您要全副武装,穿上厚重的防护服,戴上N95口罩和护目镜。期间您不能吃东西,不能喝水,不能上厕所,稍微活动一下就大汗淋漓,其辛苦程度可想而知。您和好多叔叔阿姨不畏艰险,治疗和护理病人,给他们翻

身,吸痰。每次走出隔离病房,您身上都下透了。前几天和您视频时,看到您脸上许多深深、红红的印痕,我们好心疼!妈妈说这是长时间戴口罩和护目镜留下的压痕。我问爸爸您疼不疼,怕不怕,而您却毫无畏惧,一笑置之。

您说,危难时刻挺身而出、救死扶伤是每个医生的职责所在,重大疫情面前能够贡献自己一份绵薄之力,是无上光荣的。虽然您说防护措施做得很到位,但是我们都特别担心,因为这个新冠病毒太可怕了。当然在担心您安全的同时,我也为您感到骄傲和自豪。

爸爸,这次疫情,让我的理想,人生目标更加明确了。从现在开始,我一定要刻苦学习,努力奋斗,用知识充实自己,练就过硬的本领。通过努力,我也会成为像您一样对国家和社会有用的人。

没有一个冬天不可逾越,没有一个春天不会到来。我们坚信,只要坚持不懈,总会迎来胜利的曙光。中国,加油!武汉,加油!爸爸,加油!我们等着您的平安归来!

祝 身体健康,工作顺利! 爱您的女儿:聂熹微 2020年3月9日



## 在家做饭期间,请参考这份饮食指南

目前,全国人民都开启了“在家做饭”模式。那么,食材选取、存储以及烹饪有哪些要注意的呢?

- 1、家里食材的采购和存储应该注意什么? (1)要到正规的菜市场、超市等地采购食材,并做好个人防护。不购买、不食用野生动物等“野味”,不自行宰杀活禽,不烹饪来源不明的畜肉类及其制品。
- 2、食品加工烹饪过程中应该注意什么? (1)肉蛋禽和水产品等食物需彻底煮熟,剩

(2)不囤积食物。易腐烂的果蔬应现吃现买。为了减少外出,可适量储备耐储存的冷冻肉类制品、根茎类蔬菜等。

(3)要注意荤素搭配、粗细搭配,蛋奶兼并,多吃新鲜水果蔬菜,均衡营养有助于提升免疫力和抵抗力,减少基础疾病。

2、食品加工烹饪过程中应该注意什么? (1)肉蛋禽和水产品等食物需彻底煮熟,剩

菜剩饭再次食用前要彻底加热,疫情期间尽量不制作凉拌菜。

(2)加工过程中应使用两套刀具、砧板、盛放容器等,生熟分开,避免交叉污染。

(3)勤洗手。烹饪前、烹饪过程中接触不洁物品及便后,烹饪完等均要用流动水、洗手液(肥皂)充分洗手。

(来源:健康中国)



科普株洲