

生活需求，时刻关注

援鄂队员们入住酒店以来，对于队员们个性化的需求，例如个性化订餐（蔬菜沙拉、饺子、炸酱面）、餐品配量、送餐时间、室内卫生清扫、水果供应、衣服尺码不合适、保暖等问题，驻地工作组志愿者在微信群内有问必答，及时耐心地逐一进行解答。在各自的休养小组里，大家畅所欲言，早发现问题，早解决。驻地工作组每天定时召开例会，梳理、汇总各组队员提出的共性问题和需求，及时与酒店和上级部门协调解决，不断调整和改进工作方式方法。

医疗队休养驻地于延庆和顺义，由于郊区温度较低加之近期北京大幅度降温，考虑到医疗队员们的保暖问题，医学部特地给队员们准备了暖水袋，三家医院也迅速采购配送了电暖气，驻地工作组的志愿者们完成了电暖气的拆箱、组装、码放和配送的全流程贴心服务。北京大学人民医院以最快的速度派专人专车为医疗队员们送来棉衣等保暖物资。收到物资后，人民医院的驻地志愿者第一时间将工会标记好姓名和尺码的棉衣按照各自负责的医疗队员进行分类，并送至每名队员的房间。暖暖的棉衣、及时的电暖气给医疗队员们带来阵阵暖意，身心都暖洋洋的，纷纷表示：“开门有惊喜，感谢学校、医院和工会老师给大家送来的温暖！”“回家的感觉真好，身体再冷心里都觉得暖！”

物资补给，彰显深情

4月8日至9日，在符合中国疾控中心物品交接要求的前提下，由医疗队员的亲友将所需包裹物品送至各自医院，各医院工会做好组织登记，并派专人专车一并送至返京休养酒店，各医院驻地工作组的志愿者们逐一将包裹物品送至每位队员的房门外，提醒他们及时收取。尽管队员们暂时还无法与家人朋友团聚，但工会和驻地工作组尽其所能、源源不断地向各位医疗队员们传递来自家人的温暖关怀。

在配送的物资中，有一束鲜花尤其惹人注目。这是北医三院感染办副主任袁晓宁的爱人送给正在返京休养的妻子25周年结婚纪念日的礼物。一束鲜花，不仅让我们看到了他们夫妻情深，更让我们每一个人都感受到了家人对队员的关注和挂念。

在配送的物资中，有一些包裹上显著得标注着：“内有电脑，请轻拿轻放”。我们知道，经历了两个月的奋战，现在本应当是各位医疗队员放松休养的时候，但实际上，他们仍旧在马不停蹄地开展着手头的工作，远程会议、视频教学、撰写文章、制作工作PPT，身体力行地践行着医学探索永无止境的宗旨和为职业牺牲奉献的精神。

在配送的物资中，有医学部工会为全体医疗队员送上的阿胶红糖姜茶，在初暖乍寒的季节里，让队员们喝上暖暖姜茶，驱走寒冷，温暖身心。驻地工作组的志愿者逐一将温暖送至医疗队员门外。2月的武汉是寒冷的，但4月的北京，在这个有全体北医人守护的季节，一定是温暖的。

负责物资配送的是来自三家医院的志愿者，当志愿者们完成任务脱下厚重防护服时，后背已被汗水浸透了。医疗队员连连致谢，并表示在志愿者们辛苦的付出中能够感受到来自学校和医院的温暖 and 关心。

身体健康，牵挂在心

为了让大家加强安全意识，工作组第一时间告知每位队员房间内紧急服务按钮的位置及使用方法，并通过每天上下午两次报体温，了解大家的健康动态。

进入驻地后，北京大学医学部驻地工作组按照中国疾控中心要求，与延庆区卫健委和疾控中心积极配合开展核酸检测工作，4月7日下午至4月8日间对医疗队员和驻地工作人员进行检测采样，大家积极配合，工作快速顺利完成。

为防止春季过敏多发季节有队员出现过敏症状，同时为了保证慢性病的队员药品充足，各家医院提前为队员们准备了各类药品，及时询问医疗队员药品需求，有针对性地迅速配备给有需要的医疗队员，想大家所想，急大家所需。

心理关爱，同步开展

在关心队员们的身体健康的同时，心理精神关怀也无处不在。在保障援鄂医疗队员身体健康的同时充实和丰富他们返京休养期间的精神生活，医学部特地为每位援鄂医疗队员准备了一箱牛奶和两本书籍——《习近平的七年知青岁月》和《平凡的世界》。

同时，在北京大学医学部领导下，医学部工会联合北京大学第六医院推出“北京大学赴武汉医疗队心理关爱活动”，该系列活动内容丰富形式多样，包括聆听心声、科普资料推送、在线直播科普讲座和互动答疑、团体在线加油站、个体电话畅聊吧等，旨在帮助医疗队员在隔离期间放松心情、舒缓心理压力、畅谈心声，陪伴大家更好地度过这14天的隔离岁月。心理关爱系列活动由北大六院精英专家团队和国家卫健委的权威心理救援专家共同筹办，为医疗队员提供最专业和暖心的服务。

线上生日，云端K歌，阳台音乐会

4月7日是北大医院援鄂抗疫国家医疗队返京隔离休整的第一天；这一天，也是医疗队中李颖佩护士第三个本命年的生日。虽然由于隔离的要求规定，队员们不能走出房门，更不能组织集体活动，但丝毫没有影响队员们对于这份生日祝福的传递，隔空合唱《生日快乐》为这个特殊的时刻增添了更多的温情，随后一场别开生面的“线上K歌会”拉开。

“突然放松下来，一时间都不知道要干什么。”很多队员笑着说。原本以为，这群“逆行战士”可以放空身心好好休息，可忙习惯的他们还真“闲不住”。为了缓解队员们无聊的情绪，丰富隔离期间的生活，凝聚团队的力量，医疗队核心组也在严格遵守隔离纪律的前提下，为大家准备了“花式隔离计划”。第一天晚上，正逢队中李颖佩的生日，核心组就利用网络交互媒介，在云端开展了一场别开生面的“线上K歌会”。以为当日过生日的李颖佩齐唱生日快乐歌开场，队员们有的激情洋溢、有的低声吟唱、有的轻声附和……场面温馨，内心温暖。特别是李海潮副院长也精彩献唱，给这场K歌会带来了一个小高潮。隔离不隔情、隔屏不隔心。屏幕这端歌声婉转，屏幕那端掌声不断，有的励志、有的流行、有的欢快、有的小清新，青春、向上的力量在歌声的激荡下澎湃而出。

北大医学援鄂医疗队员返京休养 安心、开心、暖心、舒心

4月6日，北大医学405名抗“疫”勇士，圆满完成使命，离开他们拼命守护了72天的英雄之城武汉，回到首都北京。警车开道，迎接的群众和志愿者们手持横幅夹道欢迎，在此起彼伏的呐喊声中，载有北京大学援鄂医疗队员的大巴车队分别抵达位于北京延庆和顺义的集中隔离酒店。援鄂医疗队员经过体温检测后入住集中隔离酒店，开始为期14天的休养隔离。

为保障援鄂医疗队员休养隔离期间的起居和医疗保障，北京大学医学部成立了以唐启敏、刘玉村为组长，刘晓光、朱树梅为副组长的援鄂返京人员疗养休养工作小组，休养隔离点也设立了志愿服务工作组。志愿服务工作组由国家卫健委、中国疾控中心、北京大学医学部、北京大学第一医院、人民医院、第三医院的工作人员组成。

志愿服务工作组尽全力保证每位队员住得安心、吃得放心、过得舒心，贴心的物资、个性化的服务、心理关爱、生日祝福、隔空K歌、户外活动、手工制作，这14天里，队员们过的安心、开心、暖心、舒心。



近。歌声回响在整个隔离休养区的夜空，清逸悠长，驻地工作组也成为队员们的忠实粉丝，整个现场温馨感动，像电影一样令人刻骨铭心。

晚间八点的“云唱歌”，也是北医三院援鄂医疗队员从武汉抗疫前线保留下来的经典娱乐活动，已成为队员们缓解压力、放松身心的有效方式。临近尾声，北医三院的队员们还为今日寿星王京豫合唱一首生日歌，为她庆生。王京豫非常感动，特别感谢驻地工作组和“战友”们的温馨祝福。

4月8日是北京大学第一医院援鄂医疗队员苏莉的生日。午休后，苏莉正在和同事们云视频回忆援鄂点滴生活的时候，房门口响起了轻轻的敲门声。苏莉赶紧戴上口罩开门一看，原来是酒店的工作人员和端着洁白餐盘的小推车，上面放着点好蜡烛的生日蛋糕，伴随着音乐，一起祝她生日快乐。烛光摇曳中，苏莉的眼眶不知不觉就湿润了起来。医院工会的老师和志愿者们周到安排，贴心地请酒店工作人员帮忙准备蛋糕和长寿面，让苏莉度过了一个非常难忘而有意义的生日，各位老师手写的生日卡片，质朴真诚，也深深地打动了她。

4月10日是人民医院两位医疗队员的生日，户外活动期间，在场的所有医疗队员和驻地工作组志愿者自发合唱起生日快乐歌为两位医疗队员庆生。“祝你生日快乐，祝你生日快乐……”伴随着熟悉的旋律，其中一位“寿星”队员在阳台上向大家感动地挥手，虽然相隔而望，但心与心却是紧密相连的。

同时，人民医院服务工作组精心准备了专属生日问候信，并和酒店一道为两位“寿星”准备了长寿面、生日蛋糕，举办了一个特别而温情的生日会，大家纷纷送上祝福。其中一位“寿星”靳晶晶噙着幸福的眼泪说：“这是我这辈子最难忘的生日，这么多的战友老师们和我一起过生日，我特别开心也特别荣幸。经过了武汉的疫情我们能平安回来，特别不容易。虽然我们在前线很辛苦，但是你们都是我们坚强的后盾，因为有了你们，我们才能平安地回家！谢谢工作组的老师！谢谢大家！”

户外活动，丰富多彩

抗击疫情期间，医疗队员们戴着严密的口罩、护目镜，穿着厚重的防护服。而隔离期间，他们都是那么青春靓丽、活力四射，洋溢着发自内心的喜悦。跳集体舞、高抬腿接力赛、跳绳踢毽比赛、打羽毛球……三家医院的工作组志愿者和医疗队员纷纷开动脑筋，组织队员开展丰富多彩的户外活动。三家医院的院长也参与其中，和大家一起舒展筋骨。现场气氛热烈，欢笑声和呐喊声此起彼伏。在规定的活动时段内，队员们自觉维持安全距离，虽不能“亲密接触”，但依然传递着彼此的快乐，每个人脸上都洋溢着幸福的笑容。

归来，风雨过后见彩虹

北京大学第一医院驻地工作组组长汪波专门为援鄂医疗队员返京休养创作了一首诗，描述了队员们迎接新生活的乐观之情。

翘首以盼的，是你们，北大医疗队员！
你们，跳下车的那一刻，给予欢迎人群的，90度的鞠躬！
手捧鲜花的你们，此刻是怎样的一种心绪！
这一鞠躬，有我北医人的素养，宽广的胸怀，更见医者的气韵；
好想拥抱你，好想看看你！
又不能不却步！
隔墙观望的亲人，近在咫尺！
自然的，一队队走来的你们，呈现给夹道欢迎的人群！
感受到了，你们的风采，灿烂的道！
更感受到，你们洋溢的欢乐，青春版的！
那是你们的本真；
我们也已心安，见到全部安然无恙的你们！
从你们的身上，找不出旅程的疲惫、倦怠，
更看不出你们曾经经历的忐忑、彷徨，
也无法察觉你们何时蜕变得勇敢，直到坦荡、坚毅！
但你们一定是经历了人生的大考，也达到了人性的升华，
对人生的意义，你们一定有了更新的诠释，
难舍的亲情、友情、爱情啊！
难舍武汉！
武汉，让你那么挂怀；
恍惚间，你在问，怎么就来到了凯悦？
武汉解封这一天，你们关注着手机画面，那么专注！
能够感受到，你们悬着的心，随着解封的哨声，终于放下了！
暂时的放下，是为了另一个长久的开始，
暂时的休整，是为了更加美好的时刻；
迎接明天的战斗。
难得的休憩，在你的眼里，虽然有点另类，还有些许不适应，
但你终将重新体味生活；
这里将是一切重新开始的地方，
也是重启明天的缓冲带；
你们各自带着自己的故事，奔赴到武汉，
而今带着同一种期盼回到北京，
一样的，又不一样的北京，需要的仍然是坦然、坚毅；
已然见不到当初的忐忑、彷徨，
所有的烦恼很快消散；
期盼的就在眼前，很快就实现了；
一颗年轻的心，会找到安放之所；
你们，就是不一样！
用你们自己的办法，疏解近在咫尺的渴望，
一拍即合，K歌就很好；
可以好好看看，而罩后面，那久已疏远的面庞，
还能展示你许久未呐喊的歌喉；
看那风雨过后的彩云啊，快乐很快来临！
受到洗礼的人生，一定是美好的！
非典，属于60年代、70年代一辈，
而今新冠，更有80后、90后一辈；
每一次战斗，年轻的一代，不会缺位，
明天的战斗，必将等着你，
未来国家的召唤，还会有你的响应；
快来迎接新生活吧！
生活会拥抱你！
——北大医院汪波于延庆

4月20日，北京大学的405名国家援鄂医疗队队员顺利结束了14天的集中休养期，全部医疗队员零感染，分别从位于延庆区和顺义区的休养酒店启程回家。这期间志愿服务工作组的所有工作人员奉献的无私地、贴心地服务，也和这段特殊的经历一起，永远被他们铭记在了心间。

（素材来源于援鄂医疗队返京休养驻地工作组、医学部工会整理/韩娜）

17年后的一次同框

2020年1月26日，大年初二，上午10点半，北医三院在会议室给第一批出征武汉的20名援鄂抗疫国家医疗队队员举行欢送会，现场的摄影记者拍下了一张很有意义的照片。医疗队队长，北医三院危重医学科副主任葛庆岗坐在那里，在他身后的投影屏上，有一张他17年前参加抗击非典战役的照片。

这张老照片的拍摄纯属偶然。2003年4月底，当时还在紧张的抗击非典期间，除了病房和生活区，前线的医务人员哪儿也不能去。北医三院十个平时关系比较好的年轻小伙子，趁着夜色，跑到楼下放风，也不知是谁的提议，在生活区的楼前，拍下了这张很有纪念意义的照片。他们身上穿的是北医三院的病号服，当时被大家在生活区当睡衣穿。

第一排最右边的是葛庆岗，最左边的是孙永昌教授，如今的北医三院呼吸与危重症医学科主任。正是他在给援鄂医疗队队员做行前培训的时候，在大屏幕上放出了这张老照片。照片里，孙永昌大张着嘴，喊的并不是大家拍照时通常会喊的“茄子”，而是非常有时代感的“SARS”。

看到这张照片，葛庆岗忍不住泪流满面。在行前会上，葛庆岗作为队长只说了四点：第一，咱们医务人员上抗疫前线，就跟战士上战场一样，是天经地义的；第二，大家一定要服从命令听指挥，这是最基本的要求；第三，咱们北医三院医疗队从来没有怂过，这次更不能怂；第四，我已经跟院领导立下了军令状，要一个不少地安全地把大伙儿带回来，这场战役大伙儿流过的泪、滴的汗都会成为永不磨灭的记忆，你们会感谢这种经历的。

一名老兵的敏感

早在1月中旬，葛庆岗就开始关注新冠肺炎，非典的经历让他对此有极高的敏感性。第一反应是，非典难道又卷土重来了？当时在北医三院机场院区管ICU的葛庆岗，立刻下达了储存物资、打一场硬仗的命令，并且已经做好了去前线的心理准备。“当时感觉可能会像之前非典那样负责保卫首都，没有料到的是，会被派到武汉。”

1月25日，大年初一，葛庆岗在医院值班，外面下着雨，他带着ICU的大夫们忙忙碌碌地查房，根本没时间看手机。突然接到了科党支部书记的电话，通知说要组织医疗队去武汉支援，葛庆岗马上报了名。报名之后葛庆岗还不放心，专门跟科主任马朋林阐述了为什么自己是最合适的人选。“第一，我干了二十多年的ICU了，是个老兵，临床经验很丰富，同时我还是男同志；第二，我参加过很多大型公共卫生应急事件，有丰富的应急处理经验；第三，我担任过医务处的副处长，现在还担任科室副主任，行政管理经验、组织能力、沟通协商能力、团队管理能力都有；最主要的是，作为一名医生，意味着我们的使命和职责，决定了我们要在国家危难的时候，在老百姓需要的时候，责无旁贷地挺身而出，到抗疫一线去。”

葛庆岗的极力争取获得了成功，晚上八点钟，他得知自己的报名被批准了，担任医疗队的队长，第二天一早就从医院出发。那天晚上，葛庆岗在医院值班，躺在休息室的床上，17年前参加非典战役的记忆一点一点地涌上心头。

2003年4月初，时年29岁的葛庆岗开始知道了“非典”这个疾病，当时只知道它传染性比较强，但是对于它的致病性、可怕性的认识还远远不够。作为危重医学科的一名主治医师，当科主任开会向大家传达需要派医生在本部或者其他医院的非典病房进行医疗援助的时候，葛庆岗第一时间报了名。

事实上，那一次，全科室的大夫加上护士一共五十多个人，都报了名。“当时也没有什么其他想法，比较单纯，就觉得自己是名医生，在疫情发生的时候，有责任、有义务去救治病人。”这份从医的使命和责任感，是葛庆岗在北医三院工作中，不断地耳濡目染以致最终成为了基因中的一部分。

经过筛选，葛庆岗和科里的三名护士被派到了北医三院非典病房的ICU，负责抢救危重病人，在病房里连续战斗了二十多天，直到非典战役取得胜利。

不到24小时，出发！

1月26日早上六点多，葛庆岗交接了工作，比平时提前一个小时回到家，开始收拾行李。从1月25日报名到26日一大早出发，这前后不超过24小时。

非典的时候，葛庆岗还是“一人吃饱、全家不饿”，父母在河北沧州老家，他和姐姐在北京同住。报名的时候，葛庆岗怕家人担心，没有告知他们自己的决定。进病房当天，葛庆岗早上八点多接到医务处的电话，让他马上赶到医院，一个危重病人需要抢救。简单收拾了两件衣服，葛庆岗从南三环的家里打车到了医院，把行李扔给护士就直接杀向病房。八个小时之后，葛庆岗从病房出来，才跟着护士长去了医院专门为他们准备的隔离休息区，也就是现在北医三院内科二病区的顶楼。葛庆岗走的时候，姐姐已经去上班了。晚上发现弟弟没回家，第二天上午，姐姐打来电话，才知道葛庆岗已经开始了非典的一线工作。直到一周之后，远在老家的父母才渐渐地通过姐姐知道了这件事，打来电话千叮万嘱咐一定要注意安全。

而现在的葛庆岗，已经是两个儿子的爸爸了，身上的牵挂，自然也多了。在家里一边收拾行李，葛庆岗一边告诉了妻子要去武汉的消息。“她当时就懵了。”2003年非典之后，葛庆岗结了婚，妻子虽然不是医务工作者，但是一直很支持他的工作。虽然心中有无限的担心和牵挂，但是妻子并没有说出口，只是在一旁默默地帮忙，偶尔叮嘱几句注意安全。

简单收拾完毕，葛庆岗走到刚满月的小儿子“猪小二”跟前，亲了亲他熟睡中的小脸蛋，没敢进八岁的大儿子珈麟的房间跟还在睡梦中的他告别，“我担心进了他的房间肯定得哭出来”。不到八点，葛庆岗就打车从家里往医院赶了。因为有两个孩子要照顾，妻子没有去送行。和17年前一样，葛庆岗也瞒着父母，只告诉了姐姐，并请她过来帮妻子带小孩。临别之际，妻子并没有说“你放心吧，家里有我”之类的话，对于这对结婚17年的夫妻来说，有些感情，是没办法用语言表达的。

队长的责任

这个时候，除了放不下的家人，葛庆岗想的更多的，是还有大量的出发准备工作没做：挨个儿熟悉每位队员，了解他们的特点；



葛庆岗： 十七年后，再次出征的老兵

□ 本报记者 韩娜

编者按：17年前，29岁的葛庆岗参加了非典战役，在北医三院非典病房的ICU，连续战斗了二十多天；新冠疫情来临时，葛庆岗再次出征，作为北医三院第一批出征武汉的援鄂抗疫国家医疗队队长，带领他的队员们，再次打了一场胜仗。

队员的物资准备情况，包括仪器设备、生活物资、药品、防护物资，都要一个一个去检查。

17年前的非典战役，葛庆岗只是病房的一个主治医师，如今他成了一支队伍的大家长，身上的责任更重了。任务的风险是可想而知的，传染性这么强，救治病人和保证队员安全同样重要！即将工作的条件还不清楚，防护隔离的条件有没有？物资够不够？队员中，30岁以下的占到了80%，他们的心理和身体能否经受住这场生死考验？业务水平能不能正常发挥？……要担心的问题实在是太多了。当然，后来的一切向葛庆岗证明了这支年轻队伍的战斗力，但，对于当时的他来说，还不能掉以轻心。

看着队员名单中的袁晓宁，葛庆岗多了一些安心，“跟袁主任是第三次搭班了，第一次是非典，第二次是玉树地震，第三次就是武汉。这次我当队长，她当书记。”

其实，除了袁晓宁，这次北大医学援鄂医疗队中，北医三院的沈宁、姚瑶，北大医院的李海潮，人民医院的王雯等也是葛庆岗非典时期的战友；人民医院的安友仲等是他玉树地震时期的战友；北大医院的赵秀莉，人民医院的暴婧、李冉等是他援藏时期的战友……在国家 and 民族每一次需要的时候，北大医学人从来都是毫不犹豫、挺身而出、绝不退缩。

珍贵的票根

出发之前，还有一个小小的插曲。不知道为什么，葛庆岗机票上的名字打错了，变成了“GEQINGBO”，他赶忙跟国家卫生健康委前来送行的联络人沟通。事情很快得到了解决，机票不用更换了，身份证没问题、人没问题，就可以登机。可以看出，这次的疫情阻击战，全国各个部门都尽全力支持，共同开辟了一条生命的绿色通道。

这个打错了名字的票根，后来被葛庆岗小心地保存了起来。4

月6日，医疗队员们返京的时候，武汉天河国际机场专门为他们制作了一个纪念版的登机牌，上面写着“航班：胜利号，登机口：凯旋门；目的地：美丽故乡；日期：抗疫胜利日”。葛庆岗说：“还是去的时候（的登机牌）最珍贵。这个代表了你出发时的慷慨悲壮，和得胜回来不是一个概念。”

在葛庆岗的提醒下，北医三院的队员们大多保留了这张去程的珍贵登机牌。到达武汉的第一个会议上，葛庆岗向大家，来时的登机牌还在不在，“当时好多队员就傻了，登机牌还要留吗？我说必须的呀！这是多么珍贵的纪念呀，这登机牌可不是想有就有的。”没等他话音落地，大家全不见了，纷纷跑回自己房间找登机牌去了。一会儿队员们哭着回来了，说葛队，找到了，差点丢了。后来葛庆岗才敢跟队员们开玩笑，说这张登机牌可能是有去无回的。

1月26日下午17:05，葛庆岗和国家医疗队的队员们，乘坐CA043次航班从首都国际机场向武汉出发了。客舱内响起了“特殊广播”，机长代表机组成员表达了对医疗队员的敬意。但是这些，全然不在葛庆岗的关注之中，此时他正抓紧时间，和领队、其他医疗队的队长们在机舱前部召开紧急会议，讨论预案怎么做、病房怎么建、规章制度怎么定……“真没注意到机长在说什么”。

这次出征，特别是当了队长，葛庆岗才真正体会到当时非典病房的三位领导——呼吸与危重症医学科主任孙永昌、老年内科主任张福春、麻醉科副主任王军的良苦用心。“非典时他们手把手教我如何搭建团队、如何分工管理、如何进行合作、如何制定预案、如何制订规章制度、如何梳理流程……让我收获了很多，在这次应对新冠病毒肺炎的战役当中发挥了巨大的作用。”

以后要带儿子看看我拼过命的地方

直到1月27日，大年初三，大儿子珈麟才知道爸爸去武汉支援了。葛庆岗本以为儿子那么小，应该对疫情没有什么概念，后来听

妻子说，自从得知爸爸去了武汉，家里的电视几乎是24小时开着，而且只许看湖北台和中央台，珈麟要在电视上看看湖北的疫情怎么样了，能不能看到爸爸。

3月12日，葛庆岗跟珈麟通过微信视频连线，珈麟在当天的日记里写到：“和爸爸连线后，我第一眼看见的是爸爸穿着厚厚的防护服，带着防护面具。我的心一紧，眼泪差点儿流下来。爸爸微笑着把我介绍给他的同事们。他们都很年轻，我还管他们叫哥哥姐姐呢！我跟他们打着招呼，透过他们的防护面具，我看到了他们坚毅的目光。他们都是我心中最美的逆行者。爸爸的工作很是紧张，我还没来得及说注意防护呢，通话就结束了。”

如今，就像当初在军令状里承诺的那样，葛庆岗把他的队员们，一个不少地、健康地、平安地带回来了。4月20日，他们顺利结束隔离观察，终于回家和分别了将近三个月的家人团聚了。

在武汉工作期间，葛庆岗在接受北京卫视《生命缘》节目的采访时对着镜头说：“等我小儿子再大一点，我肯定会带他回到这个病区，让他知道他爸爸，也拼命过。”一边说着，葛庆岗忍不住声音哽咽，掉下眼泪，背对镜头。葛庆岗在武汉时总是说“湿透我衣服的是眼泪”，身为ICU医生，一个重症医学科老兵，在各种灾难中见过许多生离死别，自以为心已经变得很硬了，但葛庆岗依然很容易被感动。

个人简介

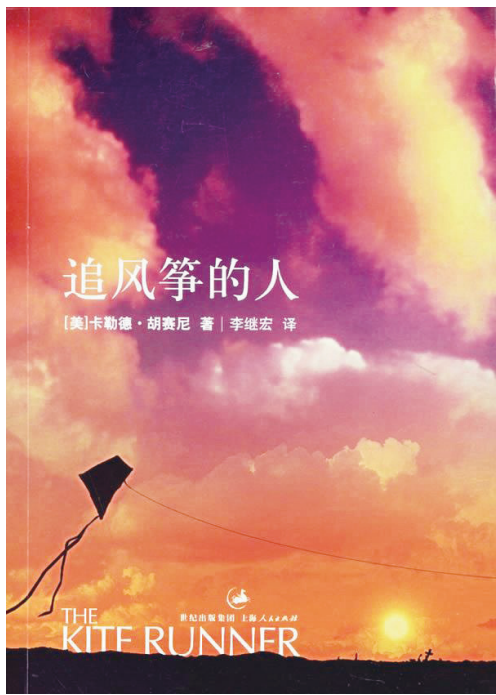
葛庆岗，北医三院首批国家援鄂抗疫医疗队队长，中共预备党员，农工民主党中央专委委员，农工民主党北京市委专委委员，硕士研究生导师，北京大学第三医院危重医学科副主任，主任医师。曾参加非典、H1N1、玉树地震、伊春空难等的救援任务，参加西藏医疗巡回任务。

（照片由受访者提供）



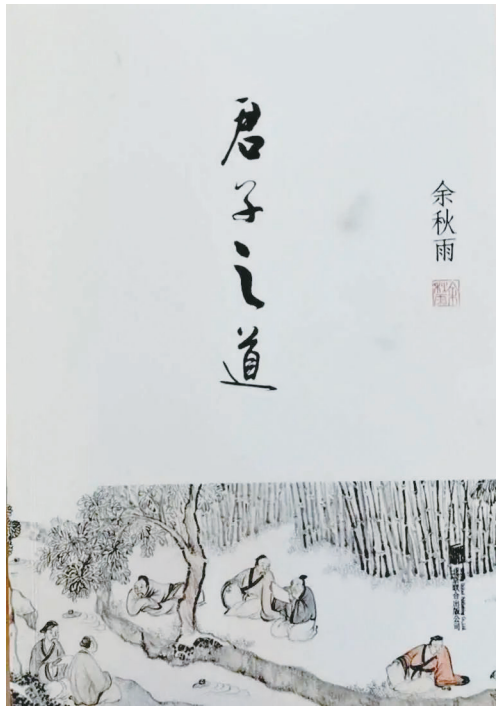


医学生荐书



一个偶然的机会，好友赠了我一本书，美籍阿富汗作家卡勒德·胡赛尼的长篇小说《追风筝的人》。全文以阿米尔和他父亲仆人的儿子哈桑之间的亲密友谊为线索，他们“不是一般意义上的朋友”。在书中，风筝是一个象征，象征着珍贵的友情、温暖的亲情和美好的爱情，同时也是忠诚与勇敢……哈桑为阿米尔追风筝，他说：“为你，千千万万遍”。后来阿米尔变成了追风筝的人，“为他，千千万万遍”。阿米尔追风筝是为了哈桑，更是为了自己，最终在迷失之后，得到救赎。每个人心中都有属于自己的风筝，它代表着我们人格中不可或缺的一部分，无论是什么，都值得我们用一生去追寻。

（2018级护理学院 董艳蓉）



在这本书的前论中，余秋雨先生提出了一个问题：文化的最后一级台阶是什么？我想了很多答案，比如悲悯或者传承，余秋雨先生给出的答案是人。中华五千年历史沉淀下来的文化的终极成果就是中国人的集体人格，在余秋雨先生眼中，中华文化的集体人格模式是“君子”。“君子”带着深深的民族烙印，成为独特的文化标志。

余秋雨先生也曾深陷舆论的漩涡，经历过自身名誉受损，众人唾骂的时光。在他看来，为名誉受损而苦恼的人大多夸大了事情的严重性，君子不应称为求名或忧名者，名誉受诬不必在意，应排除“我执”。最后他还建议，面对他人受诬应该仗义执言。仗义执言，既是对处于风暴中心的人的救助和慰藉，更重要的是维护了信用体系，阻止谣言肆意蔓延以至于最后黑白颠倒。

我们虽未必可堪君子之称，但当我们在生活中处于相似的境遇，仍可寻书求解。

（2019级口腔一班 张玮钰）

腹有诗书气自华——读《习近平的七年知青岁月》有感

4月6日，北大医学校鄂医疗队人员人民医院妇科周颖结束了在武汉的任务，回到北京进行为期14天的医学隔离。在此期间，她阅读了医学部为每位队员准备的书籍——《习近平的七年知青岁月》，并写下了自己的读书感想，在此同大家分享。

支援武汉返回北京，在延庆医学隔离14天的时间里，我阅读了《习近平的七年知青岁月》。不怕大家笑话，我花了2天时间读完，对于我来说，十分难得。我完整读过的书数量可数，影响深刻的恐怕就是余华的《活着》和这本了。记得读《活着》还是大学时候的事，这十几年的时间，我遇事时的淡定或多或少受之影响。如今读《习近平的七年知青岁月》，我不止一次流泪，我边看边写感想，就此和大家分享一下。

书中提到“我们都不甘于平淡的生活，觉得人活一世，总要干点什么，做一番事业。”我可能太渺小，做不了什么事业，可我不想白来这世间一趟，不想浪费时间，浪费我为付出的一切。书中王

宪平说，习主席在聊天的时候不仅给大家讲大山外面的世界，也会普及一些文化知识，总是想方设法让大家学习文化。我当时很羡慕，觉得我身边怎么没有一个“习近平”。现在细细想来，怎么没有？在武汉支援的时候，我们参加了入党积极分子的培训，讲课的都是学术界的风云人物。每天和他们在一起生活，相处的机会多，对我们的关爱多，自然督促我们的时候也多。可能自己在不断地成长却不自知。如果说，我的身边没有一个“习近平”，那么，就让自己活成“习近平”。像他那样学习，做自己喜欢的事，成就心中那个美好的自己，活成“腹有诗书气自华”的状态。

而我喜欢的事是什么呢？我喜欢自然，喜欢农村，喜欢芳香的田地，喜欢纯天然的味道……我是农村长大的孩子，家里条件不好，我懂知青下乡的艰难，可比这繁杂的都市，我还是向往那种自给自足的快乐。怀念小时下雨天与奶奶借着门口的光线一起手工的日子。那种平凡、自律、本心地活着真的好美。这一切的前提必须是生活没有太大负担，这就要求我经济独立。

很高兴目前我基本做到了，作为女人，还有一点就是美。就如杨澜所说“没有人愿意通过你邋遢的外表，了解你高尚的灵魂。”别人会因为你的仪容姣好，而高看你几分；也会因为你的不修边幅，而低看你一眼。美，是女人一生的必修课。美，要求的是内外兼修。腹有诗书气自华说的就是内美，我也想如此。可是我不知道看什么书，从何看起，读了《习近平的七年知青岁月》我有了答案。如习主席那样，边学边思考、对比阅读、边思考边拓展阅读。读了讲给别人听，分享的同时又巩固所学。一口吃不了一个胖子，开始不在于多，而在于兴趣和积累。

想到姜保国院长，他讲课时提到的经历，让我明白研究一个事情，一旦开始了钻研，就有源源不断的问题等着你去探索。所以，我非常感谢武汉之行，感谢《习近平的七年知青岁月》。永远不要觉得开始得太晚，一切都来得及，加油，我的读书梦。

（人民医院 周颖）

怎样的书卷能让我们走出阴影——疫情阴影中的读书报告



今年的春节不同往年，突如其来的新型冠状病毒感染，让大家都静闭在家中，望着窗外寂静的街市，心中浮出一个念想，有什么意念能让我们平静下来？怎样的书卷能让我们走出阴影？4月23日正值第25个世界读书日，北京大学医学人文学院的王一方教授，浏览书架，找出三本与疫情相关的图书同大家分享。

第一本是哈佛大学科学史系教授查尔斯·罗森伯格的《阐释疫病》。

这本书严格意义上讲是一本专业书，普罗大众不会有耐心去读，但书中对人类疫病认知过程的归纳对当下的困惑却是一支宁心定志的清新剂。

何为疫病认知的四部曲，对当下的疫情认知有助益吗？我想一定仁者见仁、智者见智，但能从总体上把握疫病认知的全程，就像一部悬疑片知道了结局，多少可以脱去一些忐忑与不安，原来这些场面都是要经历的哟。

在罗森伯格的笔下，第一期为逐渐凸显：疫病的萌生常常由一些不起眼的征兆开始，人们大多不以为然，随着迹象越来越多，严重的疫情逐渐凸显，迫使社会必须从容应对危机。在这一过程中，大多数政府、民众都惊慌失措、侥幸心理和延迟反应。第二期：为处理不确定：疫病的发生一开始会呈现许多不确定的现象和应对，没有合理、统一的解释和经验可参的规律，由此导致心理、社会的不安和震荡。

第三期为协调公众反应：疫病的流行常常会导致强烈的社会反应，通常是由忽视否认到接纳惊恐的心理过渡阶段，人们总是在两极挣扎，过犹不及，要么漠视否认，要么过度反应，需要理性的声音和得体的处置来给予协调。第四期为消退与回顾：事后的理性反思有助于人类累计学术与思想洞识，将一个公共卫生事件转变成为一个思想史事件，一个灵魂提升的精神事件。相反，对历史的失忆是精神荒芜的标志。

对号入座，我们目前处于第三期，此时，理性的声音尤其重要，只有理性的认识占据上风，才能走出恐惧的漩涡，踏上冷静、从容应对的征程。除了理性的声音，还需要人文情怀，它是人文关怀的原动力，是更大格局的人文关怀。这其中已包括倡导危机中的大爱无疆，仁心仁术，也包含着瘟疫的反思，我们应该如何从这场疫情危机的反思中重新敬畏自然，重建人与动物（关爱动物）的关系，重塑小康社会里人与人的善（博）爱与温情，如何缔结有内涵的道德、情感、价值、命运共同体。

无论是17年前的SARS，还是当下的新型冠状病毒肺炎，都有一个共同的源头，那就是原生于蝙蝠身上的冠状病毒为何会屡次播撒到人类身上，个人对于“野味”稀缺体验的崇拜，难道不应该彻底摒弃吗？北大老校长许智宏先生第一时间就呼吁立法禁止野生动物猎杀与食用，算是明智之见。一旦疫情难关渡过，这个议题一定要提上立法日程，引起全社会的重视。禁绝野味贩卖食用，不仅可以减少动物源性传染病的传播，也可以洗刷不文明

饮食偏好的形象。

2020年，我国即将步入小康社会，我们社会的文明程度会随着经济水平的增长而自然改良吗？此次由医护人员及社会精英所塑造的抗疫“利他”“牺牲”精神就能自然而然地推延、普及吗？都需要全社会反思，我们如何正视生命的无常、正视医学的不确定性，直面死亡的必然性，更是民族复兴途中精神强健的必修课。

第二本书是约翰·M·巴里的《大流感：最致命瘟疫的史诗》。

书封上还刻意晒出一句警示语“假如全球性大流感再次来袭，我们如何应对？”很显然，由于中国政府及时果断行动以及与世界卫生组织的通力合作，有效制止了新型冠状病毒肺炎的全球化蔓延。透过这本书，人们知晓什么叫“大流感”，其实发病的特征也是病毒性肺炎，只是当时的技术水平还不足以认识。1931年德国工程师发明了电子显微镜，才使得人类第一次看到病毒的存在。但告诉我们其大为何？其惨烈为何？那就是短期内大面积、大数目、无差别的发病与死亡。

这场流行于102年前（1918-1919）的“西班牙流感”（其实有误，后来的流行病学调查证明这次瘟疫始于美国，随美国军队登录法国）恰好与第一次世界大战的时节重叠，但发病人数超出指挥官的想象力。1918年6月1日-8月1日，200万驻法英军中1,200,825人染病，致死人数更是超过战争减员，当时最保守的统计是2100万，最新的修正值则高达5,000万，甚至1亿。而当时全球人口不及现在的1/3，以美国费城为例，死亡人数剧增，超出了这个城市处理尸体的能力，以至于动用蒸汽铲挖掘墓穴，以至于威尔逊总统要求“将残酷无情的精神渗透到国民生活的每个角落之中。”

惨烈的牺牲也激发了科学家们的斗志，随后几十年间，人类在抗血清、疫苗，抗病毒药物研发方面不遗余力，加之公共卫生社会动员机制的逐步完善，才让这场灭顶之灾不再重演，瘟疫的间隔也拉大了。但是，人类还并没有掐住病毒感染的喉咙，疫苗的研发总是滞后于病毒的肆虐与变异，抗病毒药物也没有精准到病毒的死穴。病因阻击战效果不理想，人们就在阻断发病链条上下功夫，封锁传染源，切断传播链，保护易感人群成为最有效的防疫举措，最后一个环节是症状学处理的长足进步。给氧、呼吸机可有效缓解呼吸困难，人工肺技术（叶克膜）成熟替代呼吸衰竭时的氧合反应，人工心肺机、人工肝、人工肾等替代技术一应俱全，可以阻断新型肺炎的炎症反应的诸多危害，降低重症率、病死率，为疫苗、特效抗病毒药的研发争取时间。总的趋势是病毒作恶的气焰在下滑。

功劳还不能都算在外在的干预上，还应该感谢人类强大的免疫应答能力，病毒感染后4小时内就会出现即时应答，4-96小时达到高潮，因此，此次疫情中大量的感染者是轻症患者，与自身免疫链起的因素不无关系。

可贵的是，这本书没有止步于病毒-技术的博弈，而忽视人文思考。在作者看来，恐惧不仅源自蒙昧，也源自人类文明的休戚，

舆情诱发的公众恐惧导致人心人性的蒙尘。1918年的纽约，姐妹之间都不敢出手照顾，志愿者不敢走近患者的床头，只是将食物投放在楼道里，导致重症患者饿毙，受过专门训练的护士不敢接听患者及家属的电话……以至于评论家沃恩感叹：“短短几周，人类文明就差点灰飞烟灭。”无疑，灾难可以提升一些人的灵魂，也可以降低一些人的灵魂。

第三本书是中青年音乐家李晶的《思索死亡的精神之旅》。

这本书根本算不上热门，摆在书架上很少有读者去翻，却是一本有着丰富精神内涵的好书。走进它，一半靠读、一半靠听。沿着李晶的知音脚步去聆听勃拉姆斯的死亡主题音乐，算是逃避、也算是救渡。

每天都在上升的疫病死亡报道，让我忍不住悲从心生，多少家庭此刻沉浸在丧亲的忧伤之中……何以劝慰？直面生死、直面无常。作者在后记中这样写道：“其实，我一直不愿意谈论死亡这个话题，几次失去亲人的经历，给我的心里留下难以释怀的悲痛……直到我几年前听到了勃拉姆斯的《安魂曲》，心中的许多疑问才变得释然。”

人们不禁要质疑，音乐有那么大的魔力吗？是的，游戏听之，浮萍一朵，不会留下涟漪。只有背负丧亲之痛，才能悟出其中的韵味。人为什么怕死？现世的眷顾、过程的痛苦、身后的迷茫？终极思考是什么？勃拉姆斯的启示是在音乐中冥思死亡，只有体味过死，才能懂得爱。其实远不仅如此。先圣大禹有“生寄死归”的豪言，誓死不降的文天祥有“人生自古谁无死，留取丹心照汗青”的佳句，死亡不是生命意义的终结，而是生命意义超越的开始。

联想到毛泽东同志的许多美文都是悼念文，《为人民服务》是纪念普通一兵张思德而作，开宗明义，“要奋斗，就会有牺牲”“或重于泰山，或轻于鸿毛”，死亡一途，人生意义大相径庭。《纪念白求恩》为殉职于中国抗战的加拿大援华医疗队的白求恩大夫而作，白求恩在中国只工作生活了667天，却成为中国医学界的职业价值楷模，源自他不仅高尚、纯粹，有道德，有益于人民，还不断地“脱离低级趣味”。《愚公移山》讲了一个家族的神圣使命，搬走门前的大山，发愿儿子死了，还有孙子，祖祖辈辈挖下去，不达目的、绝不罢休。

联系当下的抗疫，千千万万的张思德、白求恩奋斗在一线，他们不惧个人生死，把青春热血洒在岗位上，值得全社会的敬重与讴歌。在中华民族伟大复兴的征程上，还会有更多的挑战和危机，有更大巨浪扑向我们，还需要我们做出更大的牺牲。灾难降临都需要理由吗？没有理由！那就是意志与命运的遭遇战，决定胜负的只有蛮荒时代遗存至今的强者胜、弱者败的搏杀规则。

（医学人文学院 王一方）
原文刊发于《中华读书报》