

# 悦来方舱故事：医疗队开出心理“处方”

□本报记者 陈维丁

11月19日，夜色渐浓，悦来方舱医院内灯火通明。

N2号方舱内，重庆市急救医疗中心（重庆大学附属中心医院）内分泌代谢科主任、悦来方舱医院N2舱病区医疗组邓武权正在舱内巡查。

一对母女引起了邓武权的注意：母亲紧紧搂着孩子，神情焦虑。

原来，这位母亲因担心孩子不适应舱内环境，出现严重的情绪焦虑。

为帮助患者解开心结，邓武权拿出纸笔让孩子绘画，试图通过绘画心理学来了解孩子的心理状况。

“小朋友画了房子、人还有树，那棵树非常繁茂。”邓武权从孩子的画作判断出，孩子的情绪是稳定的，并且适应力较强。

听了邓武权的分析，这位母亲的情绪稳定了很多。

重庆医科大学附属第一医院精神科、悦来方舱医院心理干预组李晓明介绍，方舱医院里，不少患者容易产生焦虑和抑郁情绪，尤其是儿童、老人等特殊人群，对其进行心理疏导、安抚非常重要。“悦来方舱医院由五家医院带队，分舱负责。各医疗队结合自身特色，都配备了精神、心理相关专业人员对症下药，为患者开出心理‘处方’。”



11月20日，悦来方舱医院内，一名患者在锻炼身体。方舱医院内，医护人员结合患者实际情况，用不同方式指导其调整心态，缓解焦虑，努力战胜病毒。

记者 郑宇摄/视觉重庆

## 家人团聚能在很大程度上缓解患者的焦虑

11月18日晚上10点，N6号舱迎来了一名10个月大的宝宝，也是目前方舱医院里最小的患儿。“前两天孩子的妈妈确诊后先到了方舱，在S1舱。我不怎么会照顾孩子，你们能想想办法，让她转过来吗？”孩子的父亲一脸焦急。

重庆医科大学附属儿童医院主治医生、悦来方舱医院N6舱病区医疗组蔡庆生立即上前解具体情况。经过多方协调，第二天上午11点，孩子的母亲被闭环转运至N6号舱，一家三口团聚。

11月15日夜，重庆医科大学附属第一医院精神科主管护师、悦来方舱心理干预组翟健在S4号方舱内发现了一名神情焦虑的患者，“她在那走来走去，不停接打电话。”

原来，这位患者的孩子和母亲也被转运至悦来方舱医院，但与患者不是同一批次，先期入住方舱的她对孩子和母亲极为牵挂。

翟健再三安慰，劝她不要着急。在患者心情平静后，又引导其充分表达情绪，而自己则耐心倾听，偶尔给予建议。

经过多方协调，在严格遵守院感防控的前提下，这位患者与孩子、孩子的外婆也被调整到了同一方舱。

翟健介绍，这一家人在方舱医院里情绪稳定，“家人团聚能在很大程度上缓解患者的焦虑。”

## 选择逃避是心理出现问题的典型表现

11月18日上午，S1号舱里，一位老婆婆一直在走道徘徊，试图拦住过往的每一个医护人员，提出要换床位。

重医附二院护士长、重医附二院悦来方舱医疗组李俊来到了婆婆身边，仔细询问缘由。

“隔壁床那人咳嗽，我怕被他传染。来

到这里，我就回不了家了……”婆婆泪流满面。

李俊当即意识到，这话背后有着更深层次原因：“为什么回不去呢？好了就能回去了！”

“儿子在外头打工，我来的时候他就打电话喊我莫回去了，不要传染给8岁的孙子……”

李俊明白了婆婆的心结：“病好了就能回去呀！您儿子可能也是一着急，哪有做儿子的不认妈回家？要不我们给你屋头的人打电话报个平安？”

在李俊鼓励下，婆婆打通了儿子的视频。

“妈，你在那边怎么样？晚上冷不冷？之前我是太着急了，隔这么远又帮不上忙。你好了早点回家，娃儿天天都在问奶奶好久回家……”听着儿子一长串的念叨，老婆婆紧锁的眉头慢慢舒展，露出了笑容。

11月18日下午，一位患者带着孙子刚进入N5号方舱，重庆大学附属肿瘤医院老年肿瘤科护士、N5号方舱医疗队魏依琳就察觉不对劲，“她东张西望，很烦躁，不停打

电话，而且总逃避自己是患者这一话题。”

“不愿意承认事实，选择逃避，是心理出现问题的典型表现。”魏依琳将其安排在家庭区后，便和心理小组队员上前了解情况，倾听原因和诉求，有针对性地进行心理安抚。经过多次心理疏导，患者的情绪稳定了许多。

“刚进方舱的患者有些比较兴奋，有些则比较害怕和担心。”重大附属肿瘤医院护理部护士长、N5号方舱医疗队石洋介绍，对于这一群体，心理咨询组会对其进行心理评估，及时了解心理状态，“对于表现异常的患者，将选择合适的手段进行心理干预，比如倾听、共情，同时建议其利用深呼吸、听音乐等方法缓解焦虑。”

## 帮助患者调整心态、改善情绪，努力战胜病毒

同样是在S4号方舱，11月17日凌晨4点，翟健发现一位婆婆神情呆滞地坐在床边，不愿躺下休息，看到医护人员总是欲言又止。

原来，核酸检测阳性后，婆婆发现自己眼睛发红，很难入睡还拉肚子，“肯定是这个病毒让我身体出问题，怎么办哦？”

翟健和婆婆交流后发现，这其实是她在身体极度疲惫时表现出的一种状态。

于是，翟健用通俗易懂的语言为婆婆讲解新冠病毒相关知识，尽量打消她的顾虑，并开了些帮助睡眠的药物。

婆婆的睡眠质量很快得到改善，情绪也较为稳定。

在N2号方舱，邓武权也发现了一位情绪紧张的老年患者。

“老人家有糖尿病、高血压等基础疾病，独自在方舱内，情绪紧张，心理负担很重。”在聊天中，邓武权还了解到这位患者很想家、睡眠不好。

安抚老人后，邓武权根据实际情况，调整了药品配置，并针对其严重失眠的情况给予药物辅助治疗。此后，老人的睡眠得到改善，血压和血糖情况都有所好转。

“在耐心沟通、了解情况后，我们会有针对性地对患者进行心理疏导，帮助患者建立信心，调整心态，改善情绪，努力战胜病毒。”翟健表示，方舱医院的患者大部分为轻症患者和无症状感染者，积极乐观的心态是战胜病毒“必备武器”。

## 保障“最后一米”

# 梁平近200家预制菜企业 加紧生产全力保供

□本报记者 彭瑜

记者11月20日从梁平区获悉，连日来，包括梁平高新区内众多预制菜企业在内，梁平区近200家预制菜企业正开足马力、铆劲生产，努力为疫情期间保障蔬菜供应贡献力量。

作为中国西部预制菜之都，梁平有近200家绿色食品企业，现已研发生产100余个预制菜品种，全区预制菜产品年产能达200万吨，产值200余亿元。

梁平区相关负责人介绍，在全市疫情防控最吃劲、最紧要、最关键的时期，该区按照“疫情要防住、经济要稳住、发展要安全”的要求，在落实落细各项疫情防控措施的基础上，全力以赴保障重点项目和企业生产建设不停工、不停产。

特别是通过闭环管理，该区组织一批预制菜生产企业加快生产包括自热米饭、自热火锅、营养早餐粥、麻辣重庆小面等在内的预制菜产品，全力支援重庆中心城区和本地高风险区。“希望通过我们的努力，让更多隔离人员、一线抗疫工作人员吃上安全方便、美味可口的饭菜。”该负责人说。

梁平区奇爽食品有限公司（下称奇爽食品）是一家重点食品加工企业，厂区配备完善的宿舍、食堂等生活设施，可以保障员工的生活需求。目前，整个厂区实行全封闭管理，并严格执行消毒、检测核酸、查验核酸检测报告等制度；工人错峰分阶段用餐，一人一桌，同时采取工厂和宿舍“两点一线”的作息方式。

“与此同时，我们还重点把住货物运输这一关。”奇爽食品厂长戴昭昭介绍，工作人员在做好防护的前提下，对货运车辆进行消杀，完成驾驶员信息登记、扫码、查验48小时内核酸检测阴性结果等程序，再为进入厂区的车辆贴上防疫封条，做到驾驶员全过程闭环管理，防疫工作无缝对接。

20日，在重庆渝海农业科技发展有限公司（下称渝海农业），物流运输车辆有序出发，将又一批预制菜产品运往重庆中心城区。生产车间内，一排排设备有序运转，企业员工戴着口罩，在各岗位上有条不紊地忙碌。

此前，火遍全国的烧火象自热火锅便是这家企业生产的。这种自热火锅有足量菜肴和相应加热设施，消费者只需准备一定饮用水，便可享受一份美味地道的火锅大餐。现在，渝海农业有三条生产线在生产，主要生产豆制品、蔬菜制品以及自热火锅等产品，日产量40吨左右。

渝海农业厂长文龙武称，近期每天有1.5万份左右的订单，日销售额在30万到40万元。因为制定了严密的防疫措施，形成了有效闭环，企业生产经营平稳有序，几乎没有受到什么影响。

“近段时间，我们多措并举、靠前服务，抓好企业疫情防控和正常生产经营的双统筹。”梁平高新区负责人称，管委会将全区工业企业分组，明确专人专班对接服务，广泛宣传防控政策和常态化防控规程，科学设置核酸检测点，落实闭环生产各项措施，切实解决闭环生产中出现的物资供应、上下游协调等难题；对区域内所有物流企业、货车司机落实企业管控制度，实行“人不下车、车不落窗、快进快出”等车辆管理办法，破解司机荒、外来司机管理难、物流慢等问题，保证货运不断。这些措施，有效保证了全区工业企业特别是预制菜等食品加工企业不因疫情而停产停工。

与此同时，梁平高新区管委会派出“质量安全员”“疫情防控员”进驻企业，指导企业实现闭环生产，为疫情防控提供生活物资保障。梁平高新区市场监督管理局安排食品安全监管人员，加强检查频次，每日对企业进货、生产全过程监督，无死角巡查，确保为群众提供优质放心的预制菜。

11月18日，梁平区首批驰援重庆中心城区抗疫的预制菜产品运抵九龙坡区，货值50万元。19日，第二批货值40余万元的预制菜产品抵达渝北，包括自热米饭、自热火锅、营养早餐粥、方便重庆小面等10多种预制菜产品。

梁平区相关负责人表示，接下来还将根据重庆中心城区防疫需要，分批次组织生产更多的预制菜产品。

## 文化大餐“云”上享

□本报记者 赵迎昭

11月20日，重庆日报记者获悉，重庆中国三峡博物馆借助多年数字化、智慧化建设积累的成果，推出藏品、虚拟展等五大板块线上服务，让观众在疫情期间足不出户就能体验到文博大餐。

### 海量藏品“一网打尽”

登录三峡博物馆官网，点击菜单栏“典藏”选项，选择“藏品公开”，即可检索海量文物资源。三峡博物馆目前已累计公布34类共计9.12万件（套）藏品信息，公布的数

## 9万多件套藏品、30多个虚拟展——云上三峡博物馆精彩多多等你来

量占该馆藏品总数的80.35%。通过文物的三维数据模型，观众不仅能近距离观赏文物，还能了解文物的著录信息。

### 推出30余个虚拟展

三峡博物馆对线下展览的全景进行复制，制作了30余个虚拟展。登录三峡博物馆官网，点击菜单栏“典藏”选项，选择“虚拟展览”，即可借助三维全景虚拟现实、VR虚拟现实、三维网页引擎等数字技术，身临其境观展。

打开三峡博物馆微信公众号，在“看展览”菜单中，也可欣赏展览。

### 视听内容精彩纷呈

为向观众多角度展示博物馆资源及其蕴含的丰富文化内涵，三峡博物馆制作了多个系列动画和专题教育视频，同时推出丰富的视听内容。打开三峡博物馆微信公众号，在“听讲解”菜单中，即可聆听语音讲解、VR真人讲解、视频讲解、手语讲解等。

### 文创产品琳琅满目

打开“博创空间”小程序，可了解最新文创产品动态，并下单购买。有古韵家居、国风配饰、精致生活、古典文房、珍品典藏等多种类型的文创产品供观众选择。

### 互动游戏有趣有料

打开三峡博物馆微信公众号，在“享服务”菜单中，可体验“高山流水”等互动游戏，在游戏中学习相关知识，感受文物背后的故事。



三峡博物馆  
虚拟展厅  
扫一扫 就看到

# 重庆交通职业学院 构建“三化”育人体系 培养高素质新型军士

## 常态化建设 强基铸魂培养军士

人才是大国腾飞之翼，是强军兴军之本。

作为中国人民解放军定向培养军士高校、教育部国防教育特色学校、重庆交通职业学院依托教育资源、工程技术等方面的优势，聚焦军士定向培养，开展重庆市2021年高等职业教育教学改革重大研究项目“定向士官生强化国防教育特色育人体系研究”，构建国防教育“三化”育人体系，打造“军”字特色品牌，努力为国防和军队建设培养输送高素质专业化新型军士人才。

4月17日，“墨子杯”2021第五届全国兵棋推演大赛落下帷幕，重庆交通职业学院王成杰等三名同学组成的“DF快递”参赛队荣获全国总决赛一等奖，祝秀娟老师被评为优秀指导教师。

近年来，重庆交通职业学院构建职业教育和国防教育“贯通融合、共生相长”逻辑主线，建立国防教育举校体制，强健国防教育结构支点，用活国防教育撬动杠杆，为培养“适岗战士”高素质专业化强军工匠厚植沃土。

举校全覆盖，以国防教育夯基铸魂。学校将国防科技、国防技能等内涵元素，纳入“三育人”工作体系，构建“军校式培养、连队式管理”模式、二级学院和军士学院“二元教育制”、高带低“学长教官制”，推动国防教育深入人心。

全程不断线，以国防教育培根育人。学校创立高等职业教育、役前准入培训、军事职业教育“三位一体”阶梯式递进培养体系，构建教育与训

练、理论与实践、课内与课外、显性与隐性“四结合”军事课内容体系，让学生在过程中百炼成钢。

用活竞赛赛，以国防教育实练促训。学校鼓励学生参加全国兵棋推演、军事数学建模为代表的学科竞赛，国防建设为主题的全国国防体育比赛、作品展评等军体竞赛项目，专精特新为核心的技能精英选拔比赛，军事综合素养为拓展的特长展示比赛，引领定向培养军士展示个性风采。

此外，学校还以学校+企业、部队、家庭、互联网“五维并举”管理模式等科学方法，加强定向培养军士教育导向。

## 全链化贯通 跨界融合特色发展

人才培养是系统工程，没有全链贯通“体系”，难有成效。重庆交通职业学院苦练内功、强化特色、整体融合，以凸显专业链与产业链耦合力，凸显实训链与生产链耦合力，凸显培训链与教育链耦合力，将“对接岗位”的教育指向立起来，使“为战教战”的训练标

准硬起来，让“知战善教”的师资队伍强起来。

提升专业链与产业链耦合力是“先手棋”。学校依托市级高水平专业群、现代产业学院、技能大师工作室、现代学徒制试点等高端平台，引领承接专业深耕产业链及岗位群，兼顾军事应用指向，使定向培养军士在先进制造和数字建造两大领域，孕育形成核心技能、特定技能、未来技能。

加强实训链与生产链耦合力是“关键棋”。学校发挥“校中厂”“厂中校”生产与实训捆绑的优势动能，构筑内外一体、产教一体、工学一体的产线化实训链路，提档升级“智能制造+智慧建造”产教融合示范实训基地，发展工学交替、学做合一“双岗制、一体化”实训，探索与“DF快递”相关联的实训内容，淬火精雕锤炼维修和精确建造能力。

促进培训链与教育链耦合力是“发展棋”。学校构建育训并举、长短结合高技能人才培训体系，打通“岗课赛证”综合育人路径，构建培训包培训、项目制培训、以赛带培的高级工全覆盖培训体系，使定向培养军士

毕业生获得1-2项对应工种高级职业技能等级证书或专项职业能力证书。

正是因为“全链化贯通”培养体系的构建，学校形成了定向培养军士跨界融合、特色发展的新格局。

## 体系化培养 多方合力多维联动

为全面提升学校军士学院管理队伍履职担当能力和整体军事素养，不断适应新时代定向培养军士培养的新形势、新要求，重庆交通职业学院与市人武学院、江津区武装部和用人单位建立研联教联训协议，推动理论成果向实践应用转化、提质培优向增值赋能拓展。这是学校以融合发展为切入点，推动定向培养军士培养多维联动的一个缩影。

融合发展，激发潜力。学校加强教育领域融合发展研究，主动接受多方向多维度评价指导，共同打造军事性、职业性、技能性“三性合一”特色亮点，提升学校为军服务影响力、贡献力。

产教融合，技能通达。学校基于校企一体化办学，发挥产业优势、生产优势、设备优势，把生产性实训开出的设备操作与运用训练清单提升到军事职业严苛要求的专攻精练、对标细练、打磨锻炼，定向培养军士“快、准、稳”精锐战力和应急、应变、应战技巧。

军民结合，丰厚底蕴。学校以“姓民为军”为价值观念，加强工程思维训练，倡导体系化思维，强化数理逻辑训练，浸润进专业教学、实习实训、教育管理等环节，把军事文化连同工业文化、职业文化、交通文化等纳入校园文化体系建设一体设计、一体推进，让定向培养军士思维新、长才干。

国防教育“三化”育人体系实施以来，重庆交通职业学院定向培养军士质量节节攀升。数据显示，学校入伍训练和岗前培训训成率100%、达优率85%、获奖率73%，22人获得国家奖学金和励志奖学金，获得全国和市级学科及专业技能竞赛获奖11项，国防体育竞赛获奖24项，课程考试通过率100%、优良率89%……

张文礼 司鹏飞 谢岭松