

“95后”护士沈爱薇：家里的“小公主”变身一线“战士”



羊城晚报特派荆州记者 温建敏 李钢

“武汉加油，小姑加油！”广州一小学生为自己在荆州一线支援的小姑画了一幅“压痕像”，感动了无数人（见上图，受访者提供）。记者了解到，画中的“小姑”是广东医科大学附属第二医院的护士沈爱薇。作为从小受宠的“95后”，她称自己也有着一颗赤子之心，当国家和社会需要的时候会毫不犹豫地挺身而出。

“当时真的就是一腔热血。”沈爱薇说自己是重症医学科的，看了新闻报道后，觉得前方需要自己，就果断报名去支援湖北抗击疫情一线。2月10日晚上9时，沈爱薇收到医院的通知，准备随时奔赴前线。沈爱薇是家里最小的女儿，从小就被父母和哥哥姐姐宠着，家里做生意，经济条件很好，当时从贵阳护理职业学院毕业后当了一名护士，家里人就不是很赞成，觉得太辛苦，没想到“娇滴滴的小公主”冷不防去了抗疫一线。

沈爱薇说：“我是父母的掌上明珠，哥哥姐姐呵护的对象，但我也有一颗赤子之心，当国家和社会需要的时候，我会毫不犹豫地挺身而出。”沈爱薇所在的湛江医疗队分到了石首市中医医院，担任广东医疗队重症救治室护理组长，协助护士长完成管理工作。“ICU都是危重症的病人，有些病人上一秒还好好好的，下一秒就可能突发心跳骤停。所以任何时候都不能掉以轻心。三分治疗七分护理，重症病房的护理更是重要。”

沈爱薇说，经常因为抢救病人，要推迟两三个小时甚至三四个小时才吃饭，忙的时候从上班到下班几乎没有喝水上厕所。所幸，一个个困难都被广东医疗队的队员挺过来了。“来荆州感受最深的就是我们的潜力，真的有太多想象不到的事情都被我们做到了。最开心的是在我们辛苦地抢救和护理下，病人的病情得到好转”。

说起回家之后最想做的事，沈爱薇说要好好做一顿饭给爸妈吃，“这段时间让他们担心了”。

广东医疗队将协助荆州恢复日常医疗工作

12日，广东省对口支援领导小组副组长、省人大常委会副主任吕业升与广东支援荆州医疗队（下称广东医疗队）前方指挥部相关负责人先后赴荆州市第一人民医院（下称市一医院）、荆州市中心医院（下称中心医院）的新冠肺炎重症救治中心展开调研，并举行座谈会，对广东支援荆州、开展新冠肺炎救治工作作阶段性总结。

记者在调研活动上了解到，广东医疗队来到荆州后，紧紧抓住医疗救治和重症救治的核心与关键，取得了很大的成效。自两大重症救治中心成立以来，荆州治愈率大幅度上升，从2月16日的17.9%上升到3月12日的91.89%；在院患者人数大幅度下降，从1000人下降到3月12日的1.08%。

在援荆过程中，广东医疗队不惧风险，挑战技术难度和体能极限。广东ECMO团队在抵达当天晚上连夜奔赴石首、连夜研判、连夜转运患者，第二天又奔赴监利，挑战世界级水平ECMO转运难题并取得成功。中心医院和市一医院的荆荆团队十几人齐心协力完成ECMO患者和有创呼吸机患者带机转运做CT等高难度操作。

据广东医疗队前方指挥部相关负责人表示，目前，江陵、松滋、公安、石首、监利的危重症病例、重症病例、确诊病例都已经清零，广东医疗队所在医院的患者人数主要集中在两个重症救治中心和洪

湖北中西医结合医院 广东医疗队负责的病区传来好消息：病区“清零”！医护零感染！



广东中医医疗队队员与最后一批患者合影 广东中医医疗队供图

羊城晚报特派荆州记者 张豪、记者张华报道：11日晚，湖北省中西医结合医院由国家中医医疗队广东团队负责的病区正式清零。

在这里，这支广东中医医疗队整整奋战了45天。他们负责的病区累计收治患者245例（轻中症66例，重症149例，危重症30例）。队员们将原地休整待命，做好迎接新挑战的准备。

所有队员站好最后一岗

11日一大早，第二支国家中医医疗队队长、广东省中医院副院长张忠德便带领全体队员进入隔离病区，对符合出院标准予以出院的患者表示慰问；对病情明显好转但还需转入其他定点收治医疗机构进行治疗的患者给予抚慰，帮助他们树立战胜疾病的信心。

“你现在不贴胸牌，我们都知道你是德叔，感谢你们对我的照顾，吃了中药症状缓解了许多。”当张忠德走近患者床边时，一位患者指着

他胸前的名牌说。一段时间的相处，病区里的人们已不仅仅是单纯的医患关系，他们更像是朋友、亲人。队员们帮助患者收拾行李，送他们出院时，不少患者眼含热泪对他们鞠躬致谢。

送完最后一批患者出院后，队员们又对病区进行打扫卫生、清理消毒。“等我们处理完，关掉那盏病区常亮的灯时，所有人都不由地转身回看了一眼。”广东中医医疗队队员王军飞说。

患者DIY锦旗送医护

出院后处于在医学观察期的康复者们听说病区清空，怕广东医疗队要回广州，想送面锦旗，无奈找不到做锦旗的地方，于是派代表挥毫“DIY”一面“锦旗”，送到队员手里。

康复者刘大姐说：“原本我们几个人都想过去和医护人员合影留念，但我们现在还不能外出，所以大家推选肖阿姨、刘叔叔代表将锦旗送到队员手里。”

刘大姐说，东湖樱花园美

队员们原地休整待命

自1月29日起，广东中医医疗队接管了湖北省中西医结合医院的部分病区。在他们接管的病区，所有患者均接受以中医药为主的中西医结合疗法。

截至3月11日晚8时，湖北省中西医结合医院由国家中医医疗队广东团队负责的病区正式清零。符合出院标准的离科患者有188例，其中出院146例，符合出院标准转至缓冲病房的42例，出院率达76.7%。

“由最初的震惊、艰苦、担心到淡定、从容、自如，我们终于圆满完成了国家交给我们的阶段性任务。”广东省中医院援助湖北医疗队临时党支部书记、队长黄东晖说，更难能可贵的是，所有队员实现了零感染。目前，队员们原地休整待命。

日期:2020年3月12日 讲述人:佛山市第四人民医院 综合内科护士 李珂澜 记录人:羊城晚报记者 郑诚

“白切鸡”别怕 “油泼面”来了

“白切鸡，别怕，油泼面来迎接！”每天进入隔离病房前，我都会让同事在自己的隔离服上写下一段有趣的话语（见下图），这也算是一天繁重工作前的自我消遣和鼓励。我今年21岁，去年刚毕业，从老家陕西来到佛山工作，“有幸”成为全校同届毕业生中唯一上过“战场”的人。

佛山市第四人民医院是佛山收治新冠肺炎患者的定点医院，我被安排负责消杀工作。这项工作看似简单，但却被一线医护人员公认为是最辛苦的工种。上班时首先要配制好消毒液，逐张病床擦拭完，再用清水再擦拭一遍，然后洗厕所、拖地、收垃圾，出院的病床要做终末消毒，没有了护士的帮忙，这一切都要由消杀的护士来完成。

我是男生，也是科室最年轻的护士，有体力优势，所以重活脏活理所应当要揽下来。穿着密不透风的防护服，脚上还要套上笨重的长筒雨靴，整套防护装备加起来有近十斤重。病人最多时，每天要拖六层楼的地，加起来超过100间病房，所以我经常开玩笑说，我可以表演雨靴倒汗水的绝技。同班的女护士也拿我开涮，说我是“流水的消杀组，铁打的李珂澜”。这点，我还是有点小骄傲的。

我是在华山脚下长大的，但我最大的愿望就是疫情结束后，可以去爬爬耳闻已久的佛山南海西樵山，看看春暖花开的佛山是个什么模样。



扫码上“羊城派”看更多日记内容



绿瘦计划打造具备第三方检测机构资质的基因检测实验室

防疫不松懈，健康不掉线，好体态好气色迎复工

“绿瘦+”科学体系 实现体重、美丽、健康综合管理

文/陈歌

A 减肥是一门科学，国民级体重管理服务商不断升级

健康成为国民焦点话题。每逢佳节胖三斤，居家胖十斤，这个特殊时期更将运动饮食、瘦身塑形、健康管理高度结合在一起。不少健康企业洞察到线上居家健身服务的需求，其中绿瘦健康产业集团（以下简称“绿瘦集团”）就将健身课程“搬”到网上，打造“1㎡健身”项目，每天都由专业教练为用户和粉丝直播居家健身课程。一位网友参与了一连5天包含瑜伽、健身、爵士舞的课程，直呼“过瘾”。

开设健身网课之一是绿瘦线上服务之一，作为国内体重管理行业的知名企业，绿瘦集团在过去十三年里，不断创新和完善其体重管理服务的同时，持续拓展服务边界，2020年全面启动“绿瘦+”升级战略，从核心的体重管理服务，向美丽管理、健康管理服务进行延伸跨越，以大数据为核心，围绕女性客户需求，给用户带来源源不断的极致体验。同时，绿瘦把专业服务进一步升级，实现绿瘦体重管理服务2.0升级，给用户带来温情激励和长情陪伴的服务。

B 强大服务增值能力积淀 打通“体重”和“美丽”服务链路

“很多好久不见的亲戚看到瘦下来的我，神采飞扬的，他们都会问我是怎么瘦下来的，让我传授方法。”在绿瘦超级用户杨女士看来，要瘦得健康也要瘦得美丽，成功减重后杨女士更关注塑形和美容，又先后体验了绿瘦美学馆和好享瘦形体美学中心的服务。

基于十三年来的体重管理服务基础，绿瘦积累了大量女性用户，体重管理和美丽管理的链路相贯通，不少像杨女士的用户想“又瘦又美”，绿瘦“美丽管理”的开拓自然是水到渠成，以绿瘦美学馆和好享瘦形体美学中心为代表

因检测、男性女性健康以及美容方面的易感基因检测，并计划申请ISO15189资格认证，成为专业的第三方检测机构。同时，绿瘦集团通过对数千人健康瘦身顾问团队的专业培训，帮助他们考取由广东省营养师协会认证的“体重管理师”资格证书，以及各专业机构认证的心理咨询、运动学、慢病管理等专业资质。

凭借着专业的体重管理服务团队和科学解决方案，绿瘦集团为众多用户成功减重，也收获了一批深度认可该品牌的“超级用户”。其中一名

超级用户杨女士，先后体验了绿瘦基因检测、体重管理产品、减肥训练营、美学馆等服务，从体重管理走向美丽管理、健康管理，一步步走近心目中完美的自己。

既要延展业务边界使自身服务更多元，2020年，绿瘦还要将提供给用户的专业服务进一步深化，并提倡有温度的服务，计划打造95127服务品牌，让服务热线95127与移动端“好享瘦”APP联结，打通多种服务形态，以优化用户体验、提高用户满意度。

同于一般健身室的硬朗朗，也有别于一般美容中心的慵懒气息，设计独特，随手拍都很高大上。

有业内人士指出，绿瘦在“美丽管理”运营中积累的服务增值能力是绿瘦核心竞争力之一，其中还包括回馈用户的“闺蜜荟”。据了解，闺蜜荟是绿瘦为用户设立的女性成长俱乐部，邀请VIP用户体验浓缩了绿瘦十多年业务精华的7天“魅力周”活动，除了体重管理，还从仪容仪态、心灵修炼等多个维度助力女性成长，变得更自信更美丽。

C 积极创新“出圈”从“小健康”迈向“大健康”

基于家庭健康管理的实用性产品——小熊智慧药箱同样获得众多用户青睐。用户赖女士表示小熊智慧药箱就像自己的“家庭医生”，提供在线的健康咨询服务，“特别在居家期，一些小病小痛我可以线上咨询解决，这台药箱还可以全家人一起使用，我向朋友推荐了，她们都说好用。”

如果说体重管理是“小健康”，那么一家人的健康管理就是“大健康”，“健康管理”是绿瘦集团迈向大健康的重要一步。绿瘦集团董事长皮涛涛表示，绿瘦是一家健康服务公司，健康二字就是绿瘦的DNA。加快落地“绿瘦+”战略，帮助客户进行体重管理到美丽管理、健康管理，这是客户需求的升级，也是绿瘦自身发展的升级。“绿瘦+”战略标志着绿瘦集团从过往的体重管理“出圈”，向更大的市场发起挑战。

事实上，绿瘦为全面推进“绿瘦+”战略在狠打“创新牌”，2017年

获得广州市人民政府颁发的“广州市百家创新标杆企业”称号；2019年，绿瘦集团获批广东省科学技术协会在全省审批建立的“院士专家（企业）工作站”，标志着企业技术创新能力迈向新的台阶。据介绍，通过院士工作站平台，绿瘦将借助院士、专家等智力支持，在健康管理领域发挥“主力军”的引领作用，建立更加完善全面、科学高效的产品服务体系。工作站计划搭建大数据应用领域合作、智能化大健康服务场景合作、大数据+人工智能(AI)辅助诊疗合作等，依托院士“智囊团”助力绿瘦未来发展，共同建设国家级企业创新中心，为技术经济发展、国民健康做出更大贡献。

除了“智囊团”的创新加持，为更好地承载“绿瘦+”战略，绿瘦集团斥资3.5亿元增强“硬件”配置，成功竞得广州市荔湾区白鹤沙超过42亩的地块，该地块规划建设绿瘦集团广州新总部“绿瘦科技园”。据介绍，该园区将承载“绿瘦+”战略中体重管理、美丽管理、健康管理各板块的所有业态，整体串联线上线下健康产业生态圈，推动绿瘦向“用户生命全周期管理”的健康产业迈进。

据了解，疫情期间，为积极配合新型冠状病毒疫情防控工作，广东省绿瘦慈善基金会累计捐赠资金和物资折合人民币超过550万元，积极承担企业的社会责任。

居家抗疫期间，绿瘦每天直播健身课程，课程包括瑜伽、爵士舞、TABATA等

基于家庭健康管理的拳头产品——小熊智慧药箱备受市场青睐

