

党建重引领，银发映初心

离退休工作处

面对疫情，我校离退休党组织和党员积极发挥自身优势，宣传疫情防控工作的决策部署，普及科学防疫知识，主动关心重点人群，引导大家保持稳定情绪，弘扬防疫正能量。

闻令而动，离退休党组织筑起坚强堡垒

疫情发生以来，校领导关心老同志，多次表达对离退休职工的问候和关心，要求离退休工作处做好服务，起到桥梁纽带作用。离退休工作处发布《致离退休教职工的一封信》，倡议离退休职工提高政治站位，做稳定大局的先行者；增强防护意识，做科学防疫的示范者；发挥优势特长，做弘扬正能量的践行者。退休局级干部党支部组织党员学习市委常委会精神和《致全市共产党员的一封信》等。退休党委召开线上视频会议，学习市委组织部、市委老干部局和学

迎难而上，离退休党员彰显先锋本色

广大离退休党员退休不退志，他们尽己所能协助社区工作，帮助他人。学校原党委书记张建中通过在线会议的形式，为预备党员作“谈谈怎样撰写党性分析报告”专题讲座。他以丰富的党务工作经验、深厚的党建理论功底，引导预备党员自觉锤炼党性修养。离退休党员们主动参加社区志愿

服务，有的做好楼长工作，将小区核酸检测信息通知到每家每户；有的指导老年居民使用“健康云”，并提供生活上的帮助；有的在核酸采样点引导居民间隔有序排队，保持安全距离……银发志愿者成为社区防疫中的一股中坚力量。

传递关爱，离退休职工生活充实有温度

各党支部书记和块组长们通过电话、短信、微信等渠道，有针对性地做好离退休职工的思想引导、心理疏导工作。党支部书记们不约而同拿起电话，慰问支部的高龄党员、困难党员和独居党员，了解他们的生活情况，叮嘱他们尽量少出门，做好防疫措施，有问题可以找党支部或所在居委寻求帮助。为缓解疫情期间老同志们的焦虑情绪，离退休工作处根据大家普遍关心的问题积极搜集信息，及时通过块组长将信息传递给大家，如针对买菜问题，离退休工作处整合各区域、平台适合老年人的“买菜攻略”，让老同志及时获取电话订购、社区订购、小程序订购的具体操作方法；向老同志们转发八段锦、三线放松功和抗疫强身视频教程，为足不出户的老同志们解锁新家新方式。学校图书馆党总支在疫情期间推出“‘疫’起‘悦’读，书香暖心”线上读书资源，让老同志们用阅读充实疫情下的精神生活。为丰富离退休职工居家生活，离退休工作处还推送了上海市退休职工大学手机摄影课程。退休职工李其忠以书法作品向老同志们表达“宁静居家，致远以待”的祝福。此外，离退休党组织和块组还收集整理了离退休职工先进事迹并及时宣传，产生了良好的辐射效应。

理论武装，在学习中坚定政治信仰

虽然疫情打乱了离退休职工的学习和社团活动，但各党支部始终坚持“三会一课”制度，抓好日常教育管理，及时传达各级各类文件精神。90岁高龄的离休党支部书记董董恒坚持学习，为之后的党支部学习精心准备。党员们积极参加市委老干部部、市教卫工作党委老干部部组织的在线形势报告会，观看了“实施积极应对人口老龄化国家战略，推进新时代老龄工作高质量发展”“解读全国两会精神”“居家隔离期间身心调护术”三场专题报告并交流学习感想。

勠力同心战疫情
勇担使命践初心

汪家芳



导师团:合力熬制“三色汤”，筑牢抗疫防护墙

学工部(研工部)

本轮疫情发生以来，学校“跨界协同育人共同体——服务学生成长导师团”着力发挥名师、名医、名家引领作用，立足专业特色，打造一院一品牌，合力熬制红色引领、橙色引导、蓝色启航“三色汤”，共同筑牢抗疫防护墙，将伟大抗疫精神融入思想政治教育。

红色引领：在抗疫一线绽放绚丽之花

基础医学院“和学生在一起”导师团发挥党员和退役军人的作用，积极投入学校疫情防控工作，以实际行动传递正能量。“启玄”导师团开展线上“春日节气养生之练功舒身心”活动，由上海市气功研究所健身气功国家级教练沈晓东带领学生们练习抗疫强身功，调畅身心，舒展情志，体验传统健身功法的魅力。

护理学院“护理+”导师团关注学生寝室生活和物资保障情况，导师们通过电话、微信等形式与学生们保持沟通，为学生们送去生活必需品，同时建立沟通班”科室小组长—医院大院长—班长—辅导员”联动工作网络，实时掌握72名实习生的动态。“桃李芬芳”导师团组织“封闭不封心，隔离不离爱，听听我们的声音”系列活动，与学生们同舟共济，一起守“沪”。

龙华临床医学院“启德明智”导师团线上开展新冠疫情防控知识培训，上海市名中医、龙华医院肺病科主任张惠勇通过声情并茂的讲解，引导学生们放松心情、增强体质、不信谣不传谣。导师团还邀请龙华医院皮肤科副主任医师李 晓睿为全体学生

橙色引导：在抗疫一线传递温暖关爱

中药学院“厚德弘药”导师团开展线上交流会，团长张彤就学生们在科研和学位论文撰写过程中遇到的困难答疑解惑。“闪药”导师团组织“杏花赏春景，云端递温暖——‘闪药’导师团邀你一起充电”活动，引导学生阅读经典作品，充实在校生活。

公共健康学院导师团带领学生积极投入疫情防控工作。“知行”导师团导师段艳霞第一时间应召“逆行”，作为片区值守校园，严格按照疫情防控要求开展排摸梳理、应急处置等管理工作，积极参与校园核酸检测志愿服务，为保障学院师生疫情期间的学习生活做好统筹协调。“营卫”导师团团长赵海磊经常带领学生们带领学生一起开展科普宣传，主动发挥学科优势，服务人民健康。导师沈红艺撰写的系列科普文章被各新媒体广泛转载。

曙光临床医学院“四明”导师团招募观培生建立青年防疫志愿者队伍，66人申请从医学生时间至核酸采样点担任志愿员。导师陈捷成为披星戴月的“守护者”，为了让学生们安心在隔离区生活，从一块肥皂到一顿餐食她都事无巨细安排妥当。普陀临床医学院“杏林”导师团导师们积极投身抗疫一线，引

导学生们树立战胜疫情的信心和决心；关心关爱学生，携手学生骨干掌握学生思想动态，及时应对突发状况。

蓝色引领：在抗疫一线篆刻责任担当

针对推拿学院导师团以“明理—读经—练功”为抓手，强化与学科组协同育人，组织广大青年学生开展线上政治理论学习、中医经典诵读、养生功法训练、中医科普宣传等；举行“共克时艰，战胜疫情”主题党日活，号召师生党员勇当疫情防控主力军，践行为人民服务宗旨。“经果”导师团导师虎力线上指导学生社团九灵书社开展经典著作诵读活动，引入中医药抗疫的鲜活教材，汇聚疫情防控正能量。此外，导师们还带领学生在线习练抗疫强身功，帮助学生增强体质。

为喜迎党的二十大，热烈庆祝中国共产党百年华诞成立100周年，康复医学院导师团举办2场“追梦大讲堂”系列活动，邀请校外导师为全院学生开展线上讲座，引导学生进一步坚定理想信念、把自身命运紧密同国家民族伟大复兴命运紧密联系在一起，向着中华民族伟大复兴的壮阔征途奋勇前进。

岳阳临床医学院“中西合璧，德润杏林”导师团导师郑莉、周嘉为同学们开展疫情防控教育，并送上医院自制防疫制剂清疏固本膏。

在疫情防控期间，导师团坚持以党建引领思想、通过跨界协同育人机制，一手抓疫情防控，一手抓思想引领，引导学生做抗击疫情“战斗者”，社会正能量“宣传者”，科学防疫“践行者”，遵规守纪“自律者”，师生团结“凝聚者”。

自上海本轮新冠肺炎疫情发生以来，我校统一战线的充分发

挥资源优势，主动担当作为，弘扬中医药专业特色，在医疗救护、建言献策、志愿服务、物资捐助等方面做了大量卓有成效的工作，为坚决打赢疫情防控战积极贡献统战力量。

广泛凝聚统战共识
齐心协力筑牢防疫坚实堡垒
学校统战部第一时间发布《上海中医药大学关于全校统一战线助力坚决打赢疫情防控战的通知》，组织动员学校统一战线成员投身疫情防控工作，号召统一战线发挥中医药专业所长，汇聚多方资源优势，为疫情防控工作提供支持；畅通疫情防控信息报送渠道，加强宣传引导，充分发挥学校统一战线同舟共济、共克时艰的良好精神风貌。

充分发挥统战优势
集智建言助力科学防控
学校各民主党派、统战团体成员和无党派人士围绕疫情防控及当前生产生活各环节中的痛点难点深入思考，聚焦防疫工作体系、网络舆论引导、医疗服务保障等方面撰写多篇社情民意信息，为科学防控、精准施策献计出力，为保障社会民生提供智力支持。一篇篇社情民意信息送达派市委及上级有关部门，其中有的已获市批示，转化为相关工作的具体措施，为当前做好疫情防控工作提供了有益参考。

迅速集结“逆行”出征 勇挑重任践行医者担当
面对严峻疫情，我校附属医院广大医务工作者执守坚守，冲锋在前，奋战在疫情防控最前线。

随着疫情防控筛查工作的不断推进，检验工作者始终站在抗疫前线与病毒近距离接触。民进会员张旭峰作为曙光医院发热门诊检验室组长，持续60天“住”守发热门诊；九三学社社员高淑芳及民进会员董静懿、吴春燕、林叶倩每天坚守在龙华医院检验科，面对大量待检标本一刻不停地分拣、分管、分类，只为尽早、精准出具报告；民革党员徐斐、王培伟等积极参与岳阳中西医结合医院发热门诊核酸检测等工作。

疫情期间，我校附属医院广大医护人员义无反顾顾全抗疫队伍，或逆行出征支援隔离点护理人员，或驻守岗位全力保障病患诊疗工作稳步推进。九三学社社员张宗奇、民进会员梁瑞聪、致公党党员贺旭峰，以及无党派人士汤杰、王波与徐文彬主动请缨支援方舱医院，为上海新国际博览中心方舱医院患者提供中医特色诊疗；致公党党员张春华先后前往宝山区邮轮港隔离点和金石路隔离点负责新冠患者的收治。

市政协委员、校民盟主委袁灿兴在《文汇报》上发表科普文章，为因疫情产生睡眠困扰的市民支招；民建会员戎靖帆、沈智杰紧急开辟全绿绿色通道，成功抢救高龄重症胸痛患者生命；民进会员陈敏在兄弟医院闭环管理时，带领血透中心医护人员昼夜奋战，守护患者生命安全；九三学社社员谢晓峰临危受命，连续7天独守外科病区，细心照顾病人，开展心理疏导；无党派人士邵命海坚守岗位，为肾透析患者筑牢生命防线。

和衷共济守望相助 点滴入海汇磅礴伟力
面对紧张繁重的防疫任务，我校广大统战成员积极参与志愿服务，化身“大白”投身基层疫情防控一线。民革党员浦东海誓驻扎医院门诊，引导患者熟悉互联网门诊操作；浦东新区人大代表、民盟盟员王海颖与盟员王雨稼参加“国医云”线上义诊；民进会员傅勤慧作为120 警务志愿者为居民提供心理疏导和应急帮助；农工党党员沈晓东面向居民开展养生功法线上授课；九三学社社员朱海萍、孙明瑜、李亚娟为居民提供义诊咨询、药物配送服务；台盟盟员美国群联学院教师发挥专业特长撰写科普文章，美国学生会会员王振伟为附属中心小学开设“新冠并不可怕，如何科学防治”线上专题讲座；吕伟波支援社区卫生服务中心核酸检测……广大统战成员在医院、社区、街道闻令而动，昼夜奋战，为共同打赢疫情防控攻坚战贡献自己的力量。

我校各民主党派、统战团体积极发挥资源优势，广泛联系，通过多种渠道为抗击疫情捐款捐物。其中，校民建委员会多方筹集物资，为学校捐赠防疫及生活保障用品；校欧美同学会第一时间发起捐赠，全力支持学校抗疫工作；校侨联紧密联系上海市侨联和上海市华侨实业发展基金会，为留校学生、附属医院捐赠物资；侨民族联多方联络，为家庭经济困难的少数民族学生资助纾困解难，并向各方征集200份清真食品支持。

当前，疫情防控工作已经到了最关键的时期，我校统一战线将继续在校党委的领导下，在这场守“沪”战中积极主动作为，充分展现责任担当和家国情怀。

统战部

坚定必胜信念，携手共克时艰
我校统一战线奋战在疫情防控前线

焦虑失眠人群的自我调养

全国名老中医王翹楚
传承工作室

近来，随着疫情反扑、病毒蔓延，愈来愈多人出现焦虑失眠，那么如何进行自我调养呢？

心理调适
中医认为肝主疏泄，与心情密切相关。若肝失疏泄，情志不舒，气机郁滞不畅，则会引发焦虑情绪。体质肝火偏旺、性格较敏感、做事力求完美的人，更易出现焦虑失眠等状况。调节情绪首先要寻其诱因。当下人们的焦虑主要来自对新冠病毒的恐惧，不少人认为新冠肺炎病毒防不胜防，其实这种认知是错误的。如果人们能够认识到做好个人卫生可以阻断新冠病毒主要传播途径，那么在面对新冠肺炎时，便不会过于恐慌。认知改变了，焦虑情绪自然就缓解了。

按时作息，适当运动
为控制疫情，人们宅在家中哪里都去不了，不仅缺乏适当的体育运动，正常的作息规律也被打乱，不少人因此而失眠。

人的生命活动与自然的生息都有与自然界的各种变化息息相关，正常睡眠一般以晚上9—10点入睡，早上5—6点醒来为宜，睡眠时间不宜少于6小时，只有这样顺应自然界阴阳消长规律，人体才能保持健康。

心情烦躁、胡思乱想时可以尝试躺在床上，将脚抬起靠在墙上数分钟，这么做有助于稳定情绪。建议睡前1小时远离电子设备，静坐冥想再入睡入睡。睡前可洗热水澡，用热水泡脚，按摩脚心涌泉穴，或做一些舒展筋骨的伸展运动等，让血液通畅，足部温暖有利于安稳睡眠。

居家锻炼，如习练八段锦、五禽戏等，可以调和气血，缓解焦虑情绪和失眠症状。

中医食疗

民以食为天，中医自古有“药食同源”之说，“胃不和则卧不安”，以为了解焦虑、失眠的食疗方。

1.小米粥
原料：小米适量。
制法用法：小米浸泡后，大火煮开再小火熬15—20分钟，可加入冰糖调味。睡前1—2小时食用。

小米为五谷之首，具有和胃安眠的功效。根据个人的体质不同，可在小米粥里适量加入桂圆、百合、莲子肉等。

2.葱白拌菜汤
原料：葱白茎（忘忧草）50克，小排250克。
制法用法：金针菜洗净备用。小排焯水后洗净，加入料酒、葱姜和水，大火烧开，小火炖40分钟，加入金针菜再炖10分钟，调入味后即可食用。

金针菜又名萱草花，又名忘忧草，顾名思义有忘忧抒愁之效。在日常生活中，多食金针菜有预防、缓解焦虑情绪的作用。

“岐”战疫 守护健康

上海中医大报

SHANGHAI UNIVERSITY OF TRADITIONAL CHINESE MEDICINE AND PHARMACY BIWEEKLY
中共上海中医药大学委员会主管、主办 《上海中医大报》编辑部出版 主编：朱慧华
第 425 期(总第 865 期) 2022 年 4 月 15 日
国内统一连续出版物号 CN31-0817/（G） 网址：http:// www.shutcm.edu.cn 本期四版

上海新冠疫情中医药防治策略专家研讨会召开

本报讯 为贯彻落实国务院联防联控机制及国家中医药管理局相关指示要求，4月6日晚，国家中医药管理局医政司联合上海市中医药管理局召开上海新冠疫情中医药防治策略专家研讨会。

全国著名中医药专家张伯礼、陈凯先、全小林三位院士和张忠德、徐建光、刘清泉教授等参会，积极建言献策。国家中医药管理局医政司有关负责人、上海市新冠肺炎医疗救治中医专家组成员、上海市各三级中医医院院长、上海市各定点医院和集中隔离收治点负责人、中医药牵头负责人、国家中医药防治基地、国家中医紧急医学救援基地成员参加会议，会议由国家中医药管理局医政司副司长严华国主持。

曙光医院院长、国家中医药防治基地负责人房敏提到，上海的抗疫已经进入关键时期，在上级领导单位的指导下，曙光医院、龙华医院分别作为国家中医药防治基地、国家中医紧急医学救援基地在疫情之初就发挥了重要作用，特别是近期在上海市委市政府、上海市中医药管理局和上海中医药大学的领导下，派出多支医疗队进入方舱医院、集中隔离收治点，积极参与工作。

我校校长徐建光指出，3月疫情发生以来，上海始终贯彻落实习近平总书记重要讲话讲话精神，按照党中央、国务院和市委市政府的部署，在新冠肺炎救治和疫情防控中，坚持中西医结合、中西药并用。特别在新一轮的本土疫情中，中医药全方位深度参与，在预防、救治、康复的过程中起到重要作用。曙光医院充分发挥国家中医药防治基地示范引领作用，联合上海市新冠肺炎医疗救治中医专家组发布了《上海市新型冠状病毒感染患者中医药诊疗专家共识（2022 春季版）》，结合时令、疫病特点，分层分类制定治疗方案，为这次以轻症、无症状为主的新冠肺炎患者的诊治提供了可借鉴、可操作的中医药指南。

上海市卫健委副主任、市中医药管理局副局长胡鸿毅对各位院士、专家到会表示感谢。上海市卫健委、市中医药管理局中医药服务监管处处长刘华对上海市新冠肺炎疫情防控工作进行介绍。

曙光医院呼吸科主任张炜汇报今年3月本土出现新冠肺炎疫情以来，曙光医院作为国家中医药防治基地针对新冠肺炎预防、救治、康复三个阶段制定的中医药方案。一是，制定《2022年春季易感人群外感疫病中药内服预防方案》，针对普通人群的预防，推荐春季预防呼吸道感染病茶饮灸预防方；针对重点人群的预防，推荐内服汤剂预防方；推出推拿功法、香囊等五种预防建议。二是，制定专家共识，在国家和上海第八、九版诊疗方案基础上，根据此轮疫情的疾病特点分层分类制定方案。三是，在国家第九版诊疗方案基础上制定方舱医院的诊疗方案和新冠肺炎患者康复方案。

龙华医院急诊医学科主任方邦江、市中医医院儿科主任薛征分别汇报方舱医院中医药工作规范、中医药防治儿童新冠病毒变异株感染专家共识等。

参加会议的国家新冠肺炎中医医疗救治专家介绍指导全国各地中医药疫情防控经验。张伯礼结合天津应对奥密克戎病毒防治情况，提出中医药治疗要尽早干预，疫情防控要按照好“一老一小”，要“新老兼顾”。全小林指出疫情防控工作重点要放在“密接人员不出现阳性、阳性无症状感染者尽早转阴”上，治疗要注重辨寒热等。张忠德结合香港本轮疫情防控指出，香港疫情病机以风热犯卫为主，患者年龄高，基础疾病多，治疗宜以扶正健脾、补气祛邪、润肠通腑为主。刘清泉结合自身方舱医院工作经历，介绍方舱医院中的中医管理、中成药应用、核酸检测和社区党建等方面的经验。

最后，陈凯先对全国各地专家为上海新冠疫情中医药防治提供的智慧和经验表示感谢。他指出，当前上海疫情形势依然严峻，给中医药发挥工作提供了机遇，上海中医药工作者要抓住机遇，发挥中西医结合、中西药并用，为打赢疫情防控阻击战发挥中医药的独特作用。

（曙光医院）

上海市卫健委副主任、市中医药管理局副局长胡鸿毅对各位院士、专家到会表示感谢。上海市卫健委、市中医药管理局中医药服务监管处处长刘华对上海市新冠肺炎疫情防控工作进行介绍。

曙光医院呼吸科主任张炜汇报今年3月本土出现新冠肺炎疫情以来，曙光医院作为国家中医药防治基地针对新冠肺炎预防、救治、康复三个阶段制定的中医药方案。一是，制定《2022年春季易感人群外感疫病中药内服预防方案》，针对普通人群的预防，推荐春季预防呼吸道感染病茶饮灸预防方；针对重点人群的预防，推荐内服汤剂预防方；推出推拿功法、香囊等五种预防建议。二是，制定专家共识，在国家和上海第八、九版诊疗方案基础上，根据此轮疫情的疾病特点分层分类制定方案。三是，在国家第九版诊疗方案基础上制定方舱医院的诊疗方案和新冠肺炎患者康复方案。

龙华医院急诊医学科主任方邦江、市中医医院儿科主任薛征分别汇报方舱医院中医药工作规范、中医药防治儿童新冠病毒变异株感染专家共识等。

参加会议的国家新冠肺炎中医医疗救治专家介绍指导全国各地中医药疫情防控经验。张伯礼结合天津应对奥密克戎病毒防治情况，提出中医药治疗要尽早干预，疫情防控要按照好“一老一小”，要“新老兼顾”。全小林指出疫情防控工作重点要放在“密接人员不出现阳性、阳性无症状感染者尽早转阴”上，治疗要注重辨寒热等。张忠德结合香港本轮疫情防控指出，香港疫情病机以风热犯卫为主，患者年龄高，基础疾病多，治疗宜以扶正健脾、补气祛邪、润肠通腑为主。刘清泉结合自身方舱医院工作经历，介绍方舱医院中的中医管理、中成药应用、核酸检测和社区党建等方面的经验。

最后，陈凯先对全国各地专家为上海新冠疫情中医药防治提供的智慧和经验表示感谢。他指出，当前上海疫情形势依然严峻，给中医药发挥工作提供了机遇，上海中医药工作者要抓住机遇，发挥中西医结合、中西药并用，为打赢疫情防控阻击战发挥中医药的独特作用。

（曙光医院）

医药管理局中医药服务监管处处长刘华对上海市新冠肺炎疫情防控工作进行介绍。

曙光医院呼吸科主任张炜汇报今年3月本土出现新冠肺炎疫情以来，曙光医院作为国家中医药防治基地针对新冠肺炎预防、救治、康复三个阶段制定的中医药方案。一是，制定《2022年春季易感人群外感疫病中药内服预防方案》，针对普通人群的预防，推荐春季预防呼吸道感染病茶饮灸预防方；针对重点人群的预防，推荐内服汤剂预防方；推出推拿功法、香囊等五种预防建议。二是，制定专家共识，在国家和上海第八、九版诊疗方案基础上，根据此轮疫情的疾病特点分层分类制定方案。三是，在国家第九版诊疗方案基础上制定方舱医院的诊疗方案和新冠肺炎患者康复方案。

龙华医院急诊医学科主任方邦江、市中医医院儿科主任薛征分别汇报方舱医院中医药工作规范、中医药防治儿童新冠病毒变异株感染专家共识等。

参加会议的国家新冠肺炎中医医疗救治专家介绍指导全国各地中医药疫情防控经验。张伯礼结合天津应对奥密克戎病毒防治情况，提出中医药治疗要尽早干预，疫情防控要按照好“一老一小”，要“新老兼顾”。全小林指出疫情防控工作重点要放在“密接人员不出现阳性、阳性无症状感染者尽早转阴”上，治疗要注重辨寒热等。张忠德结合香港本轮疫情防控指出，香港疫情病机以风热犯卫为主，患者年龄高，基础疾病多，治疗宜以扶正健脾、补气祛邪、润肠通腑为主。刘清泉结合自身方舱医院工作经历，介绍方舱医院中的中医管理、中成药应用、核酸检测和社区党建等方面的经验。

最后，陈凯先对全国各地专家为上海新冠疫情中医药防治提供的智慧和经验表示感谢。他指出，当前上海疫情形势依然严峻，给中医药发挥工作提供了机遇，上海中医药工作者要抓住机遇，发挥中西医结合、中西药并用，为打赢疫情防控阻击战发挥中医药的独特作用。

（曙光医院）

上海市卫健委副主任、市中医药管理局副局长胡鸿毅对各位院士、专家到会表示感谢。上海市卫健委、市中医药管理局中医药服务监管处处长刘华对上海市新冠肺炎疫情防控工作进行介绍。

曙光医院呼吸科主任张炜汇报今年3月本土出现新冠肺炎疫情以来，曙光医院作为国家中医药防治基地针对新冠肺炎预防、救治、康复三个阶段制定的中医药方案。一是，制定《2022年春季易感人群外感疫病中药内服预防方案》，针对普通人群的预防，推荐春季预防呼吸道感染病茶饮灸预防方；针对重点人群的预防，推荐内服汤剂预防方；推出推拿功法、香囊等五种预防建议。二是，制定专家共识，在国家和上海第八、九版诊疗方案基础上，根据此轮疫情的疾病特点分层分类制定方案。三是，在国家第九版诊疗方案基础上制定方舱医院的诊疗方案和新冠肺炎患者康复方案。

龙华医院急诊医学科主任方邦江、市中医医院儿科主任薛征分别汇报方舱医院中医药工作规范、中医药防治儿童新冠病毒变异株感染专家共识等。

参加会议的国家新冠肺炎中医医疗救治专家介绍指导全国各地中医药疫情防控经验。张伯礼结合天津应对奥密克戎病毒防治情况，提出中医药治疗要尽早干预，疫情防控要按照好“一老一小”，要“新老兼顾”。全小林指出疫情防控工作重点要放在“密接人员不出现阳性、阳性无症状感染者尽早转阴”上，治疗要注重辨寒热等。张忠德结合香港本轮疫情防控指出，香港疫情病机以风热犯卫为主，患者年龄高，基础疾病多，治疗宜以扶正健脾、补气祛邪、润肠通腑为主。刘清泉结合自身方舱医院工作经历，介绍方舱医院中的中医管理、中成药应用、核酸检测和社区党建等方面的经验。

最后，陈凯先对全国各地专家为上海新冠疫情中医药防治提供的智慧和经验表示感谢。他指出，当前上海疫情形势依然严峻，给中医药发挥工作提供了机遇，上海中医药工作者要抓住机遇，发挥中西医结合、中西药并用，为打赢疫情防控阻击战发挥中医药的独特作用。

（曙光医院）

上海市卫健委副主任、市中医药管理局副局长胡鸿毅对各位院士、专家到会表示感谢。上海市卫健委、市中医药管理局中医药服务监管处处长刘华对上海市新冠肺炎疫情防控工作进行介绍。

曙光医院呼吸科主任张炜汇报今年3月本土出现新冠肺炎疫情以来，曙光医院作为国家中医药防治基地针对新冠肺炎预防、救治、康复三个阶段制定的中医药方案。一是，制定《2022年春季易感人群外感疫病中药内服预防方案》，针对普通人群的预防，推荐春季预防呼吸道感染病茶饮灸预防方；针对重点人群的预防，推荐内服汤剂预防方；推出推拿功法、香囊等五种预防建议。二是，制定专家共识，在国家和上海第八、九版诊疗方案基础上，根据此轮疫情的疾病特点分层分类制定方案。三是，在国家第九版诊疗方案基础上制定方舱医院的诊疗方案和新冠肺炎患者康复方案。

龙华医院急诊医学科主任方邦江、市中医医院儿科主任薛征分别汇报方舱医院中医药工作规范、中医药防治儿童新冠病毒变异株感染专家共识等。

参加会议的国家新冠肺炎中医医疗救治专家介绍指导全国各地中医药疫情防控经验。张伯礼结合天津应对奥密克戎病毒防治情况，提出中医药治疗要尽早干预，疫情防控要按照好“一老一小”，要“新老兼顾”。全小林指出疫情防控工作重点要放在“密接人员不出现阳性、阳性无症状感染者尽早转阴”上，治疗要注重辨寒热等。张忠德结合香港本轮疫情防控指出，香港疫情病机以风热犯卫为主，患者年龄高，基础疾病多，治疗宜以扶正健脾、补气祛邪、润肠通腑为主。刘清泉结合自身方舱医院工作经历，介绍方舱医院中的中医管理、中成药应用、核酸检测和社区党建等方面的经验。

最后，陈凯先对全国各地专家为上海新冠疫情中医药防治提供的智慧和经验表示感谢。他指出，当前上海疫情形势依然严峻，给中医药发挥工作提供了机遇，上海中医药工作者要抓住机遇，发挥中西医结合、中西药并用，为打赢疫情防控阻击战发挥中医药的独特作用。

我校牵头制定的《WHO 中医药术语国际标准》发布

本报讯 近期，在世界卫生组织（WHO）官网上，《WHO 中医药术语国际标准》发布，这是 WHO 总部第一次正式向 194 个成员国发布中医药术语的英译标准，为中医药的标准化、国际化提供了统一的中英文对照蓝本。我校和中华中医药学会翻译、信息化建设等重要保障作用。

我校于 2016 年受 WHO 委托启动《WHO 中医药术语国际标准》项目。2016 年至 2021 年，项目在国内外专家、相关机构和组织的大力支持支持下不断推进和完善。项目工作组成员主要为上海中医药大学中医基础、中医诊断、临床、中药、方剂、针灸推拿及中医英译等领域专家。项目工作得到了国家中医药管理局、上海市中医药管理局的大力支持。

该项目由 WHO 传统医学、补充医学和整合医学部（TCI）发起。根据 WHO 规范，标准制定原则和流程，TCI 制定了规划提案并明确了工作范围。我校和中华中医药学会翻译分会的专家负责起草和修订英文版中医药标准术语。2016 年 12 月，中国 23 位专家应邀参加初步会议，随后参加每周一次的磋商会议。2017 年 6 月，中文版初稿完成。2017 年 7 月，全国会议召开，审议草案。2017 年底，英文版草稿完成。2018 年初，48 位专家对英文版进行评审。2018 年 4 月，中英文稿提交 WHO 审议。

2018 年 11 月，WHO 中医药术语国际标准工作组会议在中国澳门特别行政区召开。来自澳大利亚、加拿大、德国、中国香港特别行政区、中国澳门特别行政区、新加坡、南非、泰国、美国 and 英国的专家审阅草案。2020 年 9 月，WHO 中医药术语国际标准工作组第二次会议在线召开，WHO 美洲区域、欧洲区域、东南亚区域和西太平洋区域 30 多位国际专家出席。该会议标志着中医药术语技术编辑、WHO 行政审批和出版前的技术磋商进程结束，与会专家就最新版中医药术语标准达成共识。经过多次修订与审核，《WHO 中医药术语国际标准》发布，成为在全球推广行之有效的中医药卫生服务的重要工具。

中医药是世界广泛应用的传统医学之一，在健康维护和疾病预防治疗方面有悠久历史。根据 WHO 进行的第二次全球调查，针灸是全球最受欢迎的传统和补充医学形式（被 113 个成员国认可），100 个成员国使用除针灸外的其他中医药疗法。《WHO 中医药术语国际标准》制定的相关规范和标准将成为 WHO 亟需开发的中医药培训和实践项目技术资料的基础，为全球中医专业人士、决策者、卫生工作者和公众提供参考。

（WHO 中医药术语国际标准工作组）

本报讯 习近平总书记指出：“‘大思政课’我们要善用之，一定要跟现实结合起来。”“思政课不仅应该在课堂上讲，也应该在社会生活中来讲。”为深入学习贯彻习近平总书记关于“大思政课”理念的重要论述，进一步深化新时代高校思政课程改革创新，4月1日，全国政协委员、民进上海市委员会医疗卫生专委会副主任、我校“学术荣誉体系”首席教授、上海市针灸经络研究所所长吴焕淦受邀走进我校马克思主义基本原理在线课堂，以“凝聚智慧力量，共谱奋进新篇”为主题进行授课。我校马克思主义学院党总支书记陶惠亮主持。

吴焕淦的专题授课分别从两会资讯、政协工作报告解读、政府工作报告解读及建言献策四个维度展开，重点就习近平总书记提出的“五个必由之路”重大论断进行深入讲解。

习近平总书记参加十三届全国人大五次会会议内蒙古代表团审议时，用“五个必由之路”深刻阐明了新时代党和人民奋进历程昭示的重要认识。坚持党的全面领导是坚持和发展中国特色社会主义的必由之路；中国特色社会主义是实现中华民族伟大复兴的必由之路；团结奋斗是中国人民创造历史伟业的必由之路；贯彻新发展理念是新时代我国发展壮大的必由之路；全面从严治党是党永葆生机活力、走好新的赶考之路的必由之路。习近平总书记在全国两会期间发表的重要讲话具有很强的政治性、思想性、战略性和指引性，为进一步认识把握当前形势、做好各方面工作提供了根本遵循。

吴焕淦对李克强总理在政府工作报告中有关“坚持中西医并重，加大中医药振兴发展支持力度，推进中医药综合改革”的内容进行深入解读。他表示，报告内容令中医药界人士备受鼓舞。委员们就如何坚持中西医并重、如何加大中医药振兴发展支持力度、如何推进中医药综合改革等问题进行热烈讨论并发表意见，提出要抓住时机，担当作为，守正创新，推动中医药事业发展，助力健康中国建设。

吴焕淦表示，作为一名政协委员，不但要做两会精神的宣传者，更要做贯彻落实两会精神的实践者、推动者，“用心用情，为中医药事业发声，为民生福祉作贡献”。吴焕淦与学生们分享他在今年两会上提交的《关于当前稳定中药材价格的建议》“关于促进中医新版国际贯标与绩效考核落地的建议”“关于进一步提高罕见病科学研究水平的提案”“关于加深中医四大经典教育与研究，夯实中医药事业学科建设基础的提案”四件提案建议的具体内容。吴焕淦说，他将继续立足本职工作，持续关注中医药标准化、人才培养和中药材问题，积极建言献策，为中医药事业发展作出更大贡献。

在对话两会委员环节，吴焕淦就学生们提出的两会中医药发展的影响、中医经典对疫情防控的指导作用等问题进行解答。

课程结束后，近两百名学生从不同角度进行热烈讨论，表示要深入学习贯彻全国两会精神，坚定中医药文化自信，勇担时代使命，奋勇砥砺前行，为中医药事业的传承创新发展贡献力量。

【马克思主义学院 学工部(研工部) 团委】

全国政协委员吴焕淦与学生共享思政大课
对话两会委员「青」听两会精神

奋战在“疫”线

本版责任编辑 唐青

我校作品首获“挑战杯”全国大学生课外学术科技作品竞赛一等奖

本报讯 日前,第十七届“挑战杯”全国大学生课外学术科技作品竞赛决赛举办。经过激烈角逐,我校作品“基于药物代谢与生物酶解技术的中药知母抗真菌活性成分的制备及应用”脱颖而出,获得一等奖,实现我校“挑战杯”全国大学生课外学术科技作品竞赛一等奖零的突破。

“挑战杯”全国大学生课外学术科技作品竞赛是由共青团中央、中国科协、教育部、中国社会科学联和地方政府共同主办的全国竞赛活动,被誉为当代大学生科技创新的“奥林匹克盛会”。本届赛事由四川大学承办,

全英语骨干师资教学能力提升培训项目开课

本报讯 为了进一步提升国际教育全英语师资的英语教学能力,国际教育学院与美国 Intentional College Teaching LLC (简称 ICT) 开展合作,由 ICT 提供英语在线课程培训项目。项目于 2021 年年底启动,经过教师报名、学院推荐等环节,共有来自 10 个学院的 42 名承担全英语教学任务的教师或国际

化专业任课教师参加本次培训。培训采取小班制形式分三期进行,每班次 10—16 人,每期 21 天。第一期培训于 4 月 4 日开课,各学院共 11 名教师参与线上培训。

国际教育学院长期致力于提升我校全英语授课专业教师的英语授课能力。学校的 42 名承担全英语教学任务的教师或国际

上中医“爱心云托班”上线

本报讯 近期,我校团委联合同济大学、东华大学面向本轮疫情防控一线工作人员子女开展线上“爱心云托班”课程。其中,我校推出的“云健康”课程模块涵盖明目护眼、穴位保健、药食同源、健身功法、中医药小知识、中医药名家小故事、中医药文化、日常健康小知识八个板块,由我校资深教师和大学生志愿者们共同主讲。

上海市气功研究所陈春艳以“预防新冠病毒,中医穴位来帮忙”为主题主讲线上科普课程。她深入浅出地介绍疫情期间可能出现的健

疫情防控专题会议召开

本报讯 4 月 2 日,我校召开疫情防控学生工作专题会议,校党委副书记、副校长朱惠蓉出席,学工部(研工部)和各二级学院、研究生培养单位相关负责人参加会议。会议由学工部(研工部)部长沈漫主持。

会上,各二级学院和研究生培养单位相关负责人就近期学生工作管理和服务工作进行汇报交流。各学院、单位扎实开展特殊时期的学生工作,认真做到底数清、情况明,通过发放物资和慰问金、开展线上心理疏导等形式向学生和辅导员传达关心关爱,会议就疫情防控期间如何确保学生生活物资供应充足平稳、满足学生用餐、宿舍网络宽带等实际需求进行研讨,并联系相关职能部门协调落实。

朱惠蓉强调,特殊时期要加强学生的日常管理,准确把握学生个人信息、落实楼楼封控管控相关手势,在核酸检测、抗原检测的流程管理上进一步细化,确保不漏一人,信息准确;要及时、细致了解学生的需求,尽最大努力做好学生的基本学习生活保障;要关心关爱一线辅导员尤其是驻楼辅导员的生活和身心状况,确保一线学生工作顺利开展。

朱惠蓉指出,各学院、单位要把此次疫情防控工作作为开展“大思政课”的重要任务,将学生疫情防控教育、爱国主义教育、理想信念教育、心理健康教育、职业生涯规划等内容有机结合在一起;要认真分析研判今年的就业形势,分层分类做好毕业生的就业指导工作。朱惠蓉还对困难学生资助等工作进行部署。

学工部(研工部)

本报讯 3 月 31 日中午,第 27 期“杏林有约”教师午间沙龙活动线上举行,围绕“守‘沪’人民健康,贡献青春力量”主题,邀请四位教师讲述抗疫期间的感人故事。宣传部(党委教师工作部)副部长刘虹主持本次活动,百余名教师参加。

康复医学院刘健丹是一位基层党支部书记,她在此轮疫情中第一时间报名加入社区防疫志愿者队伍,协助开展居民服务工作。她表示,目前其在支部所有党员均已完

成“双报到”,一半党员已参与到社区服务中,还有许多党员教师主

动留守校园陪伴学生,在各自岗位上发挥和贡献着自己最大的力量,充分展现了党员的先锋模范作用。

护理学院党委书记吕伟波在唐镇社区“家门口”服务站开设义务健康咨询服务近七年。面对此次疫情,她充分发挥专业所长,协助唐镇社区卫生服务中心医务人员上门检测核酸,担任封控小区驻点医疗保障组组长,负责解决小区封控管理期间居民的日常

受新冠疫情影响,此次决赛以线上展示和同榜的形式进行。参赛团队在答辩现场精心布展,将团队前期的基础研究、产品研发、转化和应用成果进行多维度充分展示。

我校获奖作品基于中药知母中知母皂苷 B Ⅱ(TB Ⅱ)体内代谢活化规律,采用生物酶解技术模拟 TB Ⅱ体内代谢过程,实现对知母药材中含量较少、抗真菌作用较强的知母皂苷 A Ⅲ(TA Ⅲ)的体外定向制备,并将 TA Ⅲ用于抗真菌制剂和日化品的开发。

近年来,学校注重对大学生创新创业项目的培育和孵化,通过构建“一心多环”的“双创”人才培养体系,集中优势资源,搭建广阔平台,组建优质师资,开展内容丰富的各项大学生创新创业主题活动,为建设世界一流中医药大学培养优秀的创新创业人才。(团委 教学实验中心)

英语专业理论课程、临床各阶段见习实习及毕业实习。国际教育学院 2013 年开展全英语慕课示范性课程建设,组织拍摄全英语慕课近 20 门;已连续 3 年开展“全英语师资教育教学能力培训项目”,300 多名教师参与该培训项目。(国际教育学院)

败疟疾的故事,在潜移默化中引导学员们增强民族自信心,为学员们上了一堂生动的本草思践课。

我校大学生志愿者结合专业特长制作了多个精美的视频,主题包括“唐慎微与《证类本草》之三三事”“药圣李时珍概述”等。

此外,国际教育学院教师李西蒙第一时间报名参加上海疫情防控一线人员爱心线上托管站的志愿服务项目。在我校负责的“健康自护及文体锻炼”栏目中,她开设了 Little superstars 英语歌舞课程,指导学员们沉浸式学习英语经典歌舞,在音乐和舞蹈中释放天性、绽放自我,激发潜能、培养自信心、提升创造力和想象力。(团委)

初心如磐担使命,踔厉奋发展新篇 学校第 27 期预备党员培训班结业

本报讯 3 月 30 日,我校第 27 期预备党员培训班结业。组织部负责人、党校常务副校长王璐,相关党组织负责人,培训班班主任、指导教师和全体学员 60 余人参加结业典礼并合影。

本次培训班主要采取线上形式,设有线上专题讲座、红色“云”参观、党性分析专题组织生活会、简报制作和自学交流等培训内容。学员们深入学习习近平新时代中国特色社会主义思想和党的十九届六中全会精神,共同探讨当前国际形势与中国外交等。通过理论学习、探讨和实践,学员们进一步坚定理想信念,增强政治素养,为做一名优秀的共产党员打下坚实基础。

当前,上海正经受着疫情防控常态化以来最严峻的一次考验,市委组织部号召全市共产党员扛起特殊责任、拿出特殊担当,咬紧牙关、一鼓作气,坚决打赢疫情防控这场重大仗硬仗。本次培训过程中,学员们充分运用党的理论知识指导实践,将全心

守“沪”人民健康 贡献青春力量 第 27 期“杏林有约”教师午间沙龙活动线上举行

四位教师以实际行动展现逆行者,奉献者、奋斗者、志愿者的风采,参与活动的教师们深受感动并发表感言。大家表示,今后会将这真实生动的抗疫事迹融入课堂教学,践

行课程思政的教育理念,将伟大的抗疫精神传递给学生,让学生更加深刻地感受中国力量、上海力量、中医力量,培养学生赤诚仁爱、胸怀天下的家国情怀。(教师工作部)

本报讯 3 月 23 日至 4 月 7 日,“春暖杏林,悦心成长”工作坊围绕“心理应激、危机识别与心理抗疫”“心理赋能·人际沟通与情绪调适”“心理发展·生涯就业和身心调谐”三大主题,分六个专场在云端举行。我校学生生活园区寝室长、楼层长、楼长、朋辈心理辅导志愿者、心理爱好者等近 3600 人次参加学习。工作坊由学工部(研工部)心理咨询与发展中心组织。

上海交通大学医学院附属精神卫生中心心理健康促进科科长李黎、中国人民大学心理健康教育与咨询中心教授周利、西安交通大学大学生心理健康教育与咨询中心主任姚斌、东华大学心理健康教育与咨询中心主任曹宁宁、华东师范大学心理健康教育与咨询中心副主任王淳熙、中国医学气功学会理事陈昌乐作专题演讲。

围绕“心理应激·危机识别与心理抗疫”主题,李黎从危机中常见心理问题及识别、常见情绪问题帮助的策略和方法及紧急心理援助步骤三方面介绍校园危机干预。王淳熙聚焦疫情下的焦虑心理,引导学生保持理性思考、减少不必要信息刺激、强化积极情绪反馈,助力学生增强心理抗压能力。以“心理赋能·人际沟通与情绪调适”为主题,周利讲解人际关系系统的特点,分析常见的沟通障碍和人际冲突,介绍有效交流沟通的方式方法。姚斌从当前疫情反复的特殊性谈起,提出疫情下负面情绪的应对方式。

围绕“心理发展·生涯就业和身心调谐”主题,曹宁宁等分析当前就业形势,总结文丽虹工作经验,给疫情中焦虑不安的毕业生打了一剂强心针。陈昌乐带领学生练习放松功,提升身心健康水平。

通过本次工作坊,园区学生骨干共同学习疫情管控下朋辈心理工作的方式和方法,将进一步发挥寝室长、楼层长、楼长的模范带头作用,引领朋辈共同成长。学校心理工作队伍将持续保障疫情反复期间学生健康成长,夯实学校、院系、班级、宿舍“四级”工作网络,筑牢疫情“心防线”。[学工部(研工部)]

件,或协同服务确保核酸检测工作高效有序开展,或致为工作人员在楼幢管理和志愿服务中屡作表率。学员们真正下沉到校园抗疫工作中,在大战大考中彰显党员的特殊责任和担当。

面对严峻的疫情防控形势,学员中的医务工作者们在抗疫第一线展示出强烈的责任意识、奉献精神和服务意识。岳阳中西医结合医院外科副主任医师虞丽洁进驻老年医学中心隔离病区、内科护理党支部书记王虹进驻上海新国际博览中心方舱医院,投身没有硝烟的抗疫战场,开展医疗救治工作。同时,岳阳中西医结合医院麻醉科党支部顾陈耀留守医院开展工作,行政第二党支部邵丽莎参加核酸检测志愿服务,认真完成医院环境管理期间科室里的病患服务及抗疫管理工作;普陀医院麻醉科党支部李佳齐作为医院核酸检测采样引导志愿者,负责维持核酸检测队伍秩序。每一名党员都在一线工作和本职岗位中奉献着自己的青春力量,在特殊时期将初心落在行动上,把使命担在肩膀上。

在抗疫一线,学员们闻令而动、纷纷响应,带头亮明党员身份,落实“双报到”要求,身处校园之外的学员主动到对口联系或所在社区参加防疫工作,在疫情排查、小区封控、群众服务等工作当中当先锋、作表率。他们积极参与小区抗疫志愿服务,有的细心引导参加核酸检测的居民排队、登记、扫码,帮助老年人申请二维码,热心解答疑问;有的披上防护服,变身“大白”,协助街道人员有序开展居民信息登记及样本标签黏贴等工作;有的协助社区环境消毒、为独居老人配餐……

疫情期间,学员们以实际行动展现逆行者,奉献者、奋斗者、志愿者的风采,参与活动的教师们深受感动并发表感言。大家表示,今后会将这真实生动的抗疫事迹融入课堂教学,践

行课程思政的教育理念,将伟大的抗疫精神传递给学生,让学生更加深刻地感受中国力量、上海力量、中医力量,培养学生赤诚仁爱、胸怀天下的家国情怀。(教师工作部)

疫情防控工作开展在哪里,党旗就高高飘扬在哪里,共产党员就出现在哪里,学员们将继续发扬抗疫大局,坚决扛起特殊责任,拿出特殊担当,以坚定的决心和必胜的信心打赢这场疫情防控阻击战。(组织部)

“战”疫 守护健康

倒春寒里遇新冠,居家中风需防范

蔡丽

春季天气变化多端,气温跌宕起伏,是心脑血管病高发的季节。再加上因为新冠肺炎疫情的关系,居家隔离少锻炼,情绪紧张添焦虑,作息紊乱又熬夜,药物服用不规律,心脑血管病高危人群更要注意防范。

中风又称脑卒中,是一类常见且高发的心脑血管疾病,是脑血管突然破裂或血管阻塞引起脑组织损伤的一组疾病,居家隔离如何预防中风?

1. 监测血压、血糖、心率

对于高血压、糖尿病患者,建议居家时定期监测血压、血糖。一般而言,血压不应高于 140/90mmHg,但也不能过低,老年患者血压不应低于 100/60mmHg;空腹血糖应控制在 5—7mmol/L 之间,餐后血糖则应控制在 8—10mmol/L 之间,同时糖尿病患者也要注意预防低血糖的发生。心脏病患者应经常监测心率,在正常情况下,心率为每分钟 60—100 次。

2. 清淡饮食,作息规律

隔离期间,绿色蔬菜供应较少。建议合理搭配膳食,可以用木耳、豆皮、腐竹等干货或肉制品搭配蔬菜,也可适当选用杂粮。

在作息方面,建议养成良好的睡眠习惯,保证睡眠充足,尽量避免熬夜。

3. 规律服药,不能随意停药

对于有中风病史或有心脑血管病高危因素的人群而言,有些药物具有预防脑梗复发的作用,例如阿司匹林、硫酸氢氯吡格雷、西洛他唑等,不能随意停用。建议根据家里的药物储备情况,提前联系互联网医院进行配送。

4. 适当运动,不要久坐久卧

居家隔离期间,运动不要停。建议根据体力、空间、器材情况选择合适的运行项目,包括健身操、广播操、瑜伽、哑铃操、高抬腿、平板支撑、靠墙站立、两点往返快走等。

5. 转移注意力,缓解紧张焦虑情绪

建议一天中找出几个时间段放下电子产品,减轻心理压力。可以通过看书画、书法、烹饪、追剧等方式转移注意力。

6. 戒烟限酒,建立健康生活方式

居家隔离期间,不要靠抽烟、酗酒消磨时间。抽烟和酗酒都是慢性健康杀手,会引起多种疾病,不仅会影响自己,还会危害家人。

“战”疫 守护健康



留守校园的防疫工作者和学生们的饮食保障是第一要务。三月中旬以来,后勤餐饮保障团队“一手抓防疫,一手抓服务”,近百名食堂员工响应学校疫情防控的工作要求,克服时间紧、任务重等困难,在做好疫情防控工作的同时,努力为在校师生提供全方位的餐饮保障。

在接到校园封闭管理通知的第一时间,后勤保障处处长周强峰紧急召开餐饮保障专项工作会议,连夜部署工作方案。

每一餐的菜单都经过后勤保障处严格审核。在部分原材料运输受限的情况下,后勤餐饮保障团队想方设法更换菜品花样,力求每一餐营养丰富、荤素搭配合理。清明节日期间,食堂还推出青团等时令美食,满足师生们的味蕾。

周强峰多次走访现场,要求食堂做好每一餐,全体餐厅负责人主动听取师生意见和建议,并及时响应处置。后勤保障处陈晓玲每日开展现场巡查,实地了解和解决师生线上反映的问题。餐厅经理黄友金、陈雷则多方联系,采购到香蕉、苹果、砂糖橘、蜜瓜等各类价廉物美的水果,细致的处理;食堂内,工作人员每天定时对餐厅大堂、楼梯等公共空间进行全面消毒。餐厅后厨人员严格执行餐厨用具、工作台的清洗消毒和食品留样操作,认真记录台账。餐厅经理全

面掌握在岗员工的身体状况和行程动向,精准排摸员工信息,确保每一名员工安全上岗。4 月 8 日深夜,食堂接到临时任务:次日清晨为我校徐汇宛平南路学生公寓紧急供应 650 份早餐。接到通知后,忙碌了一天的面包房员工加班加点,烘焙糕点,清点装袋,后勤保障处同步联系具有跨区通行证的保供车辆。大家齐心协力,终于在凌晨顺利将新鲜出炉的爱心餐包送上发往浦西的专车。

近期,根据防疫工作要求,食堂供餐调整为“送餐上门”模式。食堂各餐厅通宵达旦配餐制,分装打包,清点核销。清晨 6 点,后勤、资产团队的 10 余名留校教职工志愿者穿上工作服,拉上小推车,开始了“送餐服务”。5200 多名师生,20 余幢园区公寓楼,10 余幢校园办公楼……用了整整 2 个小时,志愿者们终于将早餐全部送到师生们手上。与此同时,食堂大厨们已



翁毅涛作为一名预备党员,始终将党员的使命铭记在心,每日坚持多次前往监控室机房巡查,确保校园各处实时监控点位正常运行。校园封闭后,他落实 24 小时网格化巡查机制,与安保人员负责校园日常巡逻,重点排查校园周边围墙、出口等部位的安全隐患,及时协调基建部门修复破损、消除隐患,杜绝“投喂”、人员翻墙等行为。

身体处于术后恢复期的周方面对疫情坚持冲锋在前,迎难而上。三月下旬留校值守以来,她积极参与学校各项志愿服务工作,作为保卫处唯一的女性,她和其他男同志一样,每日睡办公室里支起的行军床,日常巡逻与值守工作都不落下。

其他校园也通过在线办公,有序推进疫情防控期间的校园安全生产管理等工作,为解决后校园安全建设做好前期准备。

耐心解释倾听,做有温度的守护者

为保障疫情期间校园安全,保卫处对重点单位、重点区域开展安全走访排查工作,善意提醒在园区内活动的师生减少聚集,及时返回宿舍。

“同学,不要聚集,羽毛球收起来,等疫情结束了再一起打……”口罩戴起来,买完饭就回寝吧!”保安会在巡逻时经常耐心提醒学生遵守防疫要求,避免聚集。

孙鸿杰说:“疫情确实给校内师生生活出行带来不便,我们也在和各相关部门协调,倾听师生需求,做有温度的校园守护者。”

随着疫情形势不断演变,学校为确保师生安全,防控要求不断升级。面对有时不被理解的情况,保卫处工作人员与一线执勤人员主动做好政策的解释,在严格落实各项规定的同时周全处理师生需求,得到了大家的广泛支持和配合。

巡逻时,保安会主动撑好被风吹乱的路障,将车辆的共享单车停放整齐,扶起倒下的非机动车,抖落倒置安全头盔里的落叶……

校园里,岗亭前,学校保卫处工作人员用平凡且平凡的坚守守护着担当与使命,他们脚踏实地,落细落实防疫工作要求,为广大师生筑起了抗击疫情的的第一道防线。

保卫党支部共有 6 名党员。在疫情防控阻击战中,他们践行初心使命,体现了党员担当。

曾经做过五年消防兵的退伍军人金治佳目前负责校园消防管理工作,谈到与全校各个消防点位他如数家珍。校园封闭期间,执勤的安保人员和消防维保人员在他的指导下定期检查消防设施,加强对消防器材的日常检查及维修保养,严格落实好日常台账管理,确保疫情期间校园消防安全。



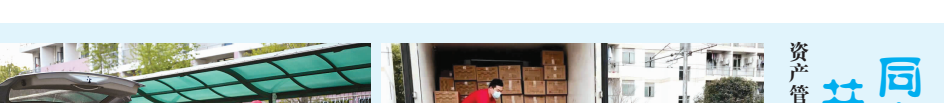
在紧锣密鼓地开展午餐制备工作。于是,稍事休息后,志愿者们又踏上了送餐之路。

食堂供餐模式调整后,各餐厅打包压力激增。员工们每天连站数小时打餐分装,完成各就餐时段打包任务。一楼餐厅打餐阿姨袁香因腰椎间盘突出突发腰痛不止,为了不影响团队工作,她在门诊部就医用药,一等到伤痛稍有好转就重返岗位。她的儿子周全是一楼餐厅的员工,同在一个“战场”,周全看在眼里,急在心里,却又深知母亲的坚持和执着。结束一天忙碌的工作后,他赶紧为母亲上药热敷,帮助她缓解伤痛。第二天继续投入“战斗”。

面包房的老板陈秀春深知学生需求,遇到需要帮助的学生时,会悄悄地在结账时给予折扣优惠。

招待餐厅于 4 月 6 日晚接到支援曙光医院东院餐饮团队的紧急任务,9 名员工在厨师长方念章的带领下,连夜打包整理,次日凌晨便集合入驻任务点,为在院医护人员提供全天候餐饮服务。

特殊时期面对种种困难,食堂各餐厅仍然持续保障在校师生正常供餐,竭尽所能为师生们送出优质可口的暖心饭菜,让大家吃得更安心放心。



同心守“沪” 共担风雨

资源管理处·封控男团图集

学以致用,值守教师变身采样“大白”

——记核酸采样教师志愿者

“最早我做志愿者是去校园核酸采样现场维持秩序,看到医院来接种的护士做到晚上七八点才结束,太辛苦了。我想着自己不能做点什么。”护理学院博士邢济麟如是说。后来,她和校园里另外 6 名有着同样想法的教师一起报名组建了核酸采样志愿者队伍,带领 17 名护理学院研究生志愿者共同承担校内核酸采样任务。

最初,作为教师师生采样的是曙光医院医护团队和一支社会检测机构队伍,但医院和校外队伍资格采样任务越来越重,学校便根据专业背景和执业资格等情况,组建了一支核酸采样志愿者队伍。经过曙光医院医护团队的专业培训和两次“跟师”实践,学校的“大白”逐步走上了采样岗位。

学校近阶段每天组织 20%在校师生进行核酸检测,志愿者们轮流上岗,一般需要 3 个小时完成采样。如果当天是全员核酸检测,所有志愿者齐上阵,需要连续采样 6 个小时。6 个小时不吃不喝也就算了,想上厕所怎么办?提前少喝水是关键。之后就更麻烦了,再也没有出现过这样的情况。”

核酸检测志愿服务只是值守教师们日常工作的一部分,脱下防护服和采样服,他们回归各自的角色。管翀、陈晓晴和基础医学院学生干事马旭翔每天都要去各自学院实验室巡查一遍,检查水电安全。

采样结束后吃过“下午茶”的张师攀回到办公室开始撰写中国传统法科科普推文,为社会大众提供一套促进身心健康的锻炼方法,接着参加合作团队的视频交流会,会后撰写自己的科研论文。当他给“结论”部分打上最后一个句号,时针已经悄悄划过了午夜 12 点。

如果没有疫情,每周三、周五上午,程康耀会在教室里给学生讲授老年护理学、急救护理学两门课程。现在他已调整转移到线上,如果周二、周五下午轮到他采样,他基本上是“两眼一睁,忙到夜深”。李倩负责周五下午的毒理学课程,备课、上课,再加上科研,节奏已经十分紧张,但她还是坚持参加核酸采样志愿服务。

马旭翔觉得,做了核酸采样志愿者以后心里很踏实。他说:“这项工作让我能够用力所能及的方式为学校抗疫做一点事。我的东西在这一天用上了,我也从中收获了一点价值。”偶尔有学生通过马旭翔的镜头说出穿着防护服的模样。学生惊讶地说:“原来学校里的‘大白’就是我们的老师啊!”那一刻,马旭翔觉得,对学生讲再多也不如自己先做给学生看。

陈晓晴认识到,这是一个系统工程。“还有很多老

本版责任编辑 唐青