

陈笃生 高度戒备状态

王康威 报道 hengkw@sph.com.sg

陈笃生医院46岁女护士在4月27日确诊后，医院感染群已扩大至46人，院方随后陆续封锁四个受影响病房，并宣布禁止访客和停止接收新病患。在没有访客的日子里，许多病患难免感到孤独，护士们因此自发组织一系列活动，让病患能充实地休养，并继续与亲友保持联系。

在病房之外，医院各部门也积极支援抗疫工作，协助前线医护人员应对压力，也努力将公众的祝福和捐献传递到病房内医疗人员和病患的手上。由于没再出现新的病例，医院从今天起逐步安全地重新开放。

病房封锁生活中释放正能量



陈笃生医院近日封锁部分病房后收到许多个人和团体的热心捐赠，大多数的慰问品为食物和零食，医院的人力资源部则进行协调，确保前线医护人员能在安全的情况下获得这些慰问品。(陈笃生医院提供)



病房内的病患无法出院，也无法接待访客，陈笃生医院护士自发地安排一系列如填色和拼图的活动，让病患能消磨时间，保持头脑灵活。(陈笃生医院提供)

原本即将出院，却因为医院暴发疫情而必须继续留医，女病患顿时陷入彷徨，但她依然信任医院和护士，正面应对，利用护士安排的拼图和填色活动消磨时间。不愿具名的黄小姐(40岁，教育工作者)今年3月中旬到陈笃生医院动手术，4月初转入普通病房休养，原定在月底出院的她却在出院前两天收到通知，指医院收紧防疫措施，即使她不在封锁

的病房留医，也暂时无法出院，直到情况稳定后再另做安排，这一住就是多住了近20天。她描述：“我一开始也还不知道发生了什么事，直到后来看到报章报道，才得知医院出现了感染群。我一开始听到这个消息时，也感到非常彷徨和无助，第一反应就是要马上联系家人和朋友。当时有太多的不确定性，病房内的气氛也很凝重。”

但黄小姐很快就坦然面对状况，她说，自己当时已在医院住超过一个月，对医院的环境很熟悉，对医院和护士也很有信心。虽然医院出现感染群，但她看到医院已加强防疫措施，因此相信在医院内能获得最好的保护。医院进入封锁的状态后便对所有病房进行全面消毒，护士和病患交流时也会全身穿戴个人防护器具。黄小姐所居住的

五人病房中有另外三名病患，每个病床之间都相隔至少两米，病患之间也尽量避免交流和接触。黄小姐说：“我每天会花两三个小时使用手机和一两个小时和亲友通话。大概三四个小时则会用在完成医院提供的活动。”担心病患因无法接见访客而感到寂寞，陈笃生医院的护士准备了一个日程表，让病患能表达心情和选择当天要做的活动，例

如拼图、彩色或阅读报章。黄小姐通常选择进行填字游戏，并在三四天内就填完一本。她说：“我觉得护士的举措很贴心，让我在住院期间能保持头脑的灵活，不会整天对着手机或发呆，帮助我们分散注意力，让每一天都过得更充实。”由于黄小姐的父母曾到医院探望她，因此必须在家中隔离。他们每天都会通过电话保持联

系，因此黄小姐不会太担心。如今黄小姐盼望情况能及早缓解，自己能早日出院，尽快回到和父母同桌用餐的日子。“在医院住了这么多天，大家压力都很大，但病患和护士还是会互相帮忙，病房内充满了正能量。我们并没有因为被病菌折腾，而什么事情都不去做。我有信心只要大家遵守相关的条例和安全措施，我们终究会战胜病毒。”

支撑病患与护理人员 亲情是最大动力

担心医院内1100名病患的情绪会因为少了亲友的探望而受影响，陈笃生医院护士的工作重点之一是确保病患能与家人保持联系。陈笃生医院首席护理总监许淑燕博士说：“我们每天会和病患的家人保持联系，以通报病患的最新情况。我们也会借此呼吁他们为病患打气，护士会把家人发来的照片和祝福语制成精美贺卡，然后亲手转送给病患，每次转交这些贺卡时，病房内总会上演一幕幕感

人的画面，有时护士和病患会因感动而流泪。”她认为，遇到困难时亲情是推动护士和病患的最大动力，简单地传达病患家人的祝福，为护理工作带来浓厚的人情味，令她留下深刻印象。护士们也会协助进行心灵治疗，让病患抒发情绪，也让护士能尽早介入帮助他们。针对近日发生的医护人员遭歧视事件，许淑燕认为护士理解公众的担忧，但即便面对这些流言蜚语，护士始终把重

点放在照顾病患。其实护士们在这段时间也得到许多公众和病患的鼓励，并从这些正面信息中获得动力。接触确诊病患 一些护士须隔离 她说：“我和病患接触时经常会问他们的感受，令我感到欣慰的是，他们都表示对医院和护士有绝对的信任，有了病患的信任，我们也备受鼓舞，能正面应对疫情。”陈笃生医院一些护士因接

触过确诊病患而被隔离，许淑燕每天都会和隔离的护士视讯沟通，了解他们的情况。“我们不断鼓励她们，她们也都乐观，还会自制视频来感谢其他同事。我们也通过举办线上尊巴课程让他们能充实地度过隔离期，增强团队精神。”这次的经验也让她深刻体会到聆听和交流的重要性。“身为一名医护人员，一定要和病患和同事解释发生什么事，因为通过沟通才能让大家产生理解，建立共同的责任感和归属感。无论是在陈笃生医院，还是整个社会，这是相互扶持的关键。”

公众留言捐赠鼓励 医院并非孤军作战

公众的捐赠和留言能带给前线医护人员动力，医院人力资源部在医院封锁期间群策群力，以安全的方式将公众的心意传递至每个病房。陈笃生医院人力资源(保健)助理主任邓光山介绍，医院自去年开始就不断收到公众和企业的热心捐献以及鼓励留言，自从医院出现了感染群后，祝福和慰问品更是络绎不绝，医院还开了一个专属的电邮来协调和管理这些祝福语和捐赠，把公众的鼓励传递给前线医护人员。他说：“自从医院进入戒备状态，我们已收到上百名公众和企业的热心捐献，包括食品、饮料和零食等，大多数都希望医护人员在抗疫同时没有忘记填饱肚子。这些心意能提高医护人员的动力和士气，告诉他们医护人员不是孤军作战。”该部门为此创建了一个日程

表，让每个病房能轮流收赠品。他们也会安排有意捐赠食品的企业轮流过来，避免集中在同一个时段。收到慰问品后，院方也会安排不同的部门接收。医院也收到了许多公众的鼓励和慰问，护士会收集和整理给予病患的祝福语，人力资源部则负责处理发给医护人员的祝福语。邓光山说：“我们会把所有留言整理起来并集中转发给同事，确保每一名同事都能看到为他们加油打气的話，帮他们挺过困难时期。”

最让邓光山感动的是医院在出现感染群后，一些曾在去年捐赠过的人也联系我们，表示愿意再出钱出力。“很多捐赠不是一次性的，证明公众长期关注和支持我们。这让许多同事受到鼓舞，不遗余力帮助我们，例如需要人手搬运捐赠物时总是义不容辞。”

医护人员压力下变得更坚韧

医院封锁部分病房，医护人员面对巨大压力，医院福利理事会所建立的系统维护职员的身心健康，医院的调查也发现抗疫经验让医护人员变得更坚韧。陈笃生医院精神科处长兼福利理事主席哈比布副教授(Habeedul Rahman)说，自医院出现感染群并进入封锁状态后，人们面对更多压力是在所难免的，大家都希望一切能尽快回归正常。在这段期间，医院的员工求助热线也接到更多的求助来电。哈比布说：“医院出现许多巨大的变化，而变化经常会给人带来无助和彷徨。有的同事会因为职

务的调动而出现压力，有的则是担心家人的安全。我们非常重视每一通来电，去了解他们面对的问题和帮助他们。”其中，由社工、心理学家、组织发展部等多个部门组成的医院福利委员会就建立一套完善系统协助确保医院职员的身心健康。这就包括确保职员的基本需求例如用餐和住宿等方面获得妥善照顾。委员会也开办网络课程，例如在午餐时间进行正念课程，指导他们面对焦虑和释放压力。哈比布说：“每个部门也都推举一名福利委员，他们发挥创意，针对部门的不同需求自发性

地组织活动来鼓励同事，例如制作感谢卡等。我们意识到在这段时间不能只是被动地帮助同事，也须要主动去寻找能鼓励他们的方法。”医院去年抗疫期间也进行了为期八个月的调查，发现医护人员

面对了更多压力，但也变得更坚韧。虽然每天面对更多的未知，但他们因此变得比较灵活，懂得如何调整心情，积极地应对变化。医院也在这次感染群暴发后重启这项调查，进一步了解医护人员的应对能力。

年度书坛盛宴揭幕

政务次长蔡瑞隆：深信新加坡书协会把书法艺术一代一代地传承下去，坚持了41年的书家展会越办越好 40位书家呈献 51佳作迎接第41届新加坡现代书家作品展·于晓丹吴燕安春来陈波获得陈景昭书法奖



2021年5月17日，文化、社区及青年部兼社会及家庭发展部政务次长蔡瑞隆(中)主持第41届新加坡现代书家作品展开幕式后，与今年第35届陈景昭书法奖得主安春来、陈波、吴燕，及于晓丹(左一、二、四、五)合影。当天到会的包括书协顾问、前高级政务部长姚智、新加坡书法中心董事会主席杨应群、董事林丽娟、陈树兰博士、萧孙庆、蔡德明、刘炳杰，新加坡书协正副会长陈声桂教授、何钰峰、林隆惠，及工作委员会主席赵灵等。

40位书家呈献51件新作，参加今年新加坡现代书家作品展，使这一一年一度的书坛总检阅大为丰收。由资深书法家陈声桂、何钰峰、吕永华三人组成的评审团，经过多轮的审慎评选后，决定将2021新加坡书法最高奖——“陈景昭书法奖”，颁予于晓丹、吴燕、安春来及陈波四人，使陈景昭奖增至47人。文化、社区及青年部兼社会及家庭发展部政务次长蔡瑞隆致词时说，他知道书法不是一朝一夕能够掌握的，但世界上任何艺术的发展，都是这样生生不息的繁衍下去。所以，他深信这个坚持了41年的展览，一定可以再坚持多个40年，把书法艺术在新加坡一代一代地传承下去。他很欣慰看见书协仍继续奋力迈进，让公众及下一代国人都能欣赏和感受书法艺术的魅力。他希望书协能坚持不懈，继续保存并传播书法文化。今年与往年相比，最令人意外的就是竟然有四位参展者同时获颁“陈景昭书法奖”！而且都是以楷书作品得奖，创下了一个历史记录！这四位获奖者都来自中国，有的已在这里生活了二十多年，早已是新加坡公民，有的拿了永久居留权，有的则是暂居此地，都是源于一份共同的对中华书法的热爱，他们不约而同地齐聚到了新加坡书法中心，为今年的书家展添了浓墨重彩的一笔！更令人欣喜的是四位当中有三位是女性，大有巾帼不让须眉之势！也为新加坡书坛增添了一道亮丽的风景线！

书法在新加坡虽是一种业余的爱好，但50余年来，在新加坡书协大力推广下，学习和欣赏书法的人士，与日俱增。新加坡书法中心一星期七天，每天都有开班：少儿楷书班、成人行书及楷书班、篆刻班、中国画班，还有老人书法班。学习者从小学生到退休人士都有，共有650名。这股学习书法的风气方兴未艾，势不可挡。

今年的参展者有40人，即：陈声桂、何钰峰、许梦丰、杨昌泰、吕永华、陈朝祥、萧雅恬、沈松樾、林端媛、谢哲哲、姚智、陈合新、李士通、李嘉仪、潘永强、刘妙莲、陈凤英、尤东晔、周德成、黄福元、符传国、吴洪、陈树兰、罗月秋、洪子茵、郭书明、陈波、安春来、谢永怡、于晓丹、吴燕、方瑛、吴晓良、陈玉成、傅有權、黄美娇、龙丽因、贾俊波、黄洁贞及许彩端。书法展由新加坡艺术总会、章章福书法基金及陈景昭书法基金赞助，新加坡书协协会主办，将在新加坡书法中心李光前堂(48 Waterloo Street Singapore 187952)公展至5月23日结束。每天1200至1800开放，入场免费。

原定5月22日及29日的陈声桂书法演讲会已取消，少儿书法班则挪至11月。书法中心停车场将由2021年6月5日关闭至24日，有事请联系63377753

Water & Air Care, SMART Care, SMART Living, Vitamins & General Supplements, Personalised Health Therapies, Health Aid & Homecare Solutions, goli, healthfiesta

Your One-Stop Online HEALTH SOLUTION

SHOP NOW: eshop.healthfiesta.sg

Scan to Shop: \$5 OFF* WITH A MIN SPEND OF \$20 *For first time purchase only

PROMO CODE NEWS5