



接受集中医学观察的甲型流感密切接触者 吃啥？住哪儿？身体和心情咋样？ 隔离七日记

北京

真实对白 “我们要做的就是放松心情”

截至5月13日15时，北京已有207名甲型H1N1流感密切接触者接受集中医学观察。他们的隔离生活究竟怎样？记者就此采访了部分医护人员和部分被隔离的甲型H1N1流感密切接触者。

吃：“动口不动手”

【被隔离者】美籍华人郑周女士本是来京参加全美台湾同乡联谊会两岸和平之旅的会议，她与四川患者同机到达北京，11日开始在位于首都机场附近的国门大饭店接受医学观察。她在电话里向记者描述了自己的一日三餐：

“7:30至9:00，早餐。鸡蛋、牛奶、面包、香肠、培根、咖啡、小米粥和一些蔬菜、咸菜，有时还有油条。我吃早餐时，客房清洁人员会给我打扫房间，还会送来两瓶农夫山泉、两罐可口可乐和两罐雪碧。”

“11:30至13:00，午餐。白灼芥蓝、西红柿炒鸡蛋、鱼香肉丝、水煮牛肉、西兰花、蔬菜汤，主食有米饭、馒头，有时还有粗粮玉米和白薯。为满足被隔离的外国人的需要，他们还准备了炸猪排、意大利面条等西餐。”

“18:00至19:30，晚餐。菜品和午餐差不多。”

“从一开始取餐盘，我们就被‘剥夺’了动手权利。每道菜都是我们边指边说‘我要这个’，然后由服务员盛。就连面包、苹果、黄油、速溶咖啡等，也绝不允许上手。几顿饭下来，人人都成了君子，绝对‘动口不动手’。”郑周女士说。

【客服人员】“客人一天三餐的食谱必须经卫生监督员审查，每次饭后都要检测，主要是温度和卫生学指标，餐具则是抽查。”饭店客房经理王旭明说，“考虑到客人来自很多国家，口味不同，我们还专门从其他饭店调来几名厨师，主要提供适合自助餐食用的菜品。每天3餐保证8个热菜、4种面食和2种营养汤的足量供应。”

住：三星级宾馆

【被隔离者】“我们住的饭店在机场高速旁边，离市区有相当一段距离。这家饭店集中西建筑风格于一体，具有独特的田园风光。”郑周女士说，“房间设施不错，标准的三星级宾馆，每个房间都摆着一束鲜花。宾馆里有一个4个篮球场面积大小的院子，虽然有些局促，但我们可以在那里自由活动。”

“为避免交叉传染，房间是每人一个标准间，每间房都有电视和两张床。”郑周女士说，

玩：感觉挺放松

【被隔离者】在国门大饭店进行医学观察的仲女士说：“酒店聘请了一名女教练带着大家打太极拳。真是妙极了！有人协调性不好，动作像跳舞，我站在最后一排‘捡乐儿’，很有趣……”

“午觉醒来，本想出去遛遛弯，却听到了乒乓球的声音，发现在一间会议室，两名‘病友’正打得起劲儿，我也加入进去。”仲女士说，“这一打就不可收拾，我基本没下过场，出了一身汗，感觉挺放松。”

“宾馆空地上，有散步的，有跑步的，有踢毽

护：解心中焦虑

【被隔离者】“我们每天测量两次体温。医生手里有电子体温计，像小摄像机一样，往喉部照1秒就能立即显示体温数。医生还给我们发了说明，提示测体温半小时前不要洗澡，不要到室外暴晒、不要喝冷热饮、也不要吃太多，否则会影响测量结果。”记者电话联系郑周女士时，医护人员正在给她做测试体检。

“偶尔，会有3名身穿‘太空服’的医生拿着表格、采样工具箱、试管、处置盒、特殊垃圾袋等，给我们做‘采样’。”郑周女士说，“他们用一根长长的棉签，伸进我的喉咙，轻轻刮一下，感觉很凉。随后再把棉签放入试管，拿回去化验。”

【医护人员】罗晓告诉记者，医护人员每天

8:30和16:00都要给客人检查体温，做简单的健康咨询，并详细记录。同时，还要进行心理干预和辅导，以缓解被隔离者焦虑和紧张情绪。

被隔离者仲女士在自己的网络博客里写道：“隔离，对普通人来讲，会感到比较恐惧。就连我自己，一开始也有过抵触情绪。其实，所有的恐惧都来自‘未知’，不清楚‘隔离’到底是怎么回事，会不会像‘观察病房’一样那么压抑。”

“说实话，在这种特殊情况下被隔离很正常，没什么可担心的，这是科学的必须。我们要做的就是放松心情，静下心来，积极配合防疫和治疗工作，用乐观向上的态度影响周围的人。我相信，这会是一段难忘的经历。”据新华社电

5月7日上午，上海女孩丁佳蕾刚刚测量完体温。



5月7日下午，两名隔离者口含温度计测量体温，脸上的表情耐人寻味。



5月10日，晚饭后郭淑湘在走廊里打太极拳，工作人员在收集餐盒。

上海

真实记录 99个人168小时的笑脸和信心

13日，首批乘坐包机回国的98名乘客和1名随机公共卫生专家结束了为期一周的隔离观察。

5月6日，南航包机搭载滞留在墨西哥的中国公民抵达上海浦东国际机场，根据规定，所有旅客被统一安排到浦东一家酒店进行医学观察。

上海一家媒体的摄影记者身穿防护服走入了他们中间，捕捉瞬间的同时和隔离者一起过生日，玩魔方，看他们百无聊赖，看他们大快朵颐。

隔离七日，168个小时，摄影记者记录下了这些隔离者令人动容的笑脸和迎战困难的信心。

隔离·语录

鲍卯：“头还没梳，脸还没洗，就这个丑样儿就被拍下来了。”

阮汶郅：“我们公司有很多数据处理的业务，所以EXCEL对我来说有很多帮助，这两天刚好可以多看点EXCEL的书。”

覃馥馥：“现在我们都习惯一天三餐有人送饭，有人服侍，有人打扫卫生了，这要出去那咋办，这咋活嘛？不就像动物园的狮子、老虎都放出去野生，然后就活不了啦！”

李青杰：“我们的隔离即将结束，这个隔离对个人对国家都是十分必要的，这是个大局。”

王正慧：“想赶快带着女儿悠悠回家，悠悠这两天也憋坏了，想赶快带她去玩一下。”

丁佳蕾：“快要解放了，这是一个奇妙的旅程！” 据《东方早报》



5月6日，在墨西哥工作的强昕和妻子刘宇凌抵达隔离酒店。



5月7日，悠悠收到了工作人员送给她的生日蛋糕，这一天是她2岁生日。