



十个新冠治愈者的经历

上接 7 版

呼吁社会善意看待新冠阳性康复者

葛先生 38岁 银行职员

现在被问起当时感染新冠的经历，葛先生还是有些摸不着头脑。“3月底开始封小区，之前的几次核酸检测也一直没有问题，但是后面病例就越来越多。我被确诊后有低烧和感冒的症状，几天后被送往方舱医院隔离，两个多星期后才转阴出院。”

隔离期间，葛先生受到了身边同事、邻居和亲友的许多帮助，回想起来感动犹在。“这一次疫情给我的感触特别深。当时大家对奥密克戎还不太了解，抗原检测出阳性的时侯我还有点担心。联系了同事后，他专门开车

来给我送了几盒连花清瘟。居家期间，社区发放的物资、团购的东西都靠邻居送上门，倒垃圾也基本靠邻居帮忙。艰难时刻，幸亏有了大家的帮助。”

6月以来，葛先生的生活逐渐恢复正常，“可能有些医院的要求会严格一点，会问你有没有感染经历，如果说有的话还要当场做个抗原，这也能理解，没有特别不方便。”在葛先生看来，他的日常生活基本没有被区别对待。目前社会上对新冠感染者的管理，总体说可以理解和接受，算不上是刁难。

但与此同时，葛先生也关注到新冠阳性康复者遭到“用工歧视”的新闻。他气愤地表示：“方舱当时很多志愿者、建设者都是从外地来上海的。清洁、送餐、垃圾转运等工作全靠他们才能有效运转起来。这些朴实善良的劳动者没有得到公平的对待，让人很难过。希望全社会能更理性地看待疫情带来的影响，对曾经感染过的患者，大家更当善意地看待。”

让歧视、偏见止于智者

严先生 33岁

在经历了两天高烧，核酸复核阳性确诊后，4月2日凌晨，严先生经转运抵达连亮路方舱医院。此后随着身体状况的好转，他很快就加入了方舱医院党员志愿者队伍，每天和医护人员一起帮忙给同楼层的病患做核酸检测、通知带领病患出院，遇到老年病患不会使用智能手机，也会帮助他们做好出院登记。

“有一次，出院的专车马上要发车了，有一位病患突然变卦，无论如何不愿走，而且态度很坚决。当时我只能硬着头皮上，在和对方交谈后得知，原来他健康码还没有从红色变成绿色，居委会明确告知他不能进小区。为了打消他的顾虑，我帮忙联系了院方工作人员，并通知居委会，同时对他耐心劝导，最终他同意出院，赶上了专车。”

在连续两次核酸结果阴性后，严先生在4月20日离开了方舱。离开的当天，他收到了来自方舱医院临时党支部的感谢信，舱内生活从此告一段落。

回到社区后，周围邻里朋友们多数还是关心、询问。生活中也未感觉到太多不便，只是在日常做核酸时需要特殊说明“单人单管”。如今生活已步入正轨的严先生表示：希望大家不要特殊对待新冠阳性康复者，让歧视、偏见止于智者，也希望管理措施可以更科学、高效。

大家能像对待感冒一样 对待新冠康复患者

胡女士 26岁 教师

4月8日凌晨3点，胡女士被通知转运至方舱。胡女士作为一名教师，在方舱期间，因为有了线上教学，工作并没有受到太大影响。她甚至还在方舱里召开过班会和家长会。同时还看到了很多和她一样，随时搬着电脑，坚持工作的“打工人”。

胡女士于4月17日离开方舱，生活也慢慢恢复到了正常节奏。但是偶尔还是会遇到令人生气的事，“有一次在一个常态化核酸点，我出示了解除医学隔离证明上的二维码，要求做单人单管检测时，工作人员没有给出任何理由地拒绝让我检测。那天真是气死了！”胡女士说道，“后来想想，可能也是工作传达不到位的原因吧，幸好只是偶然，在那之后就再也没有发生过了。”

除了这一次的不愉快，新冠康复患者这个身份也给她的爱人带来了一点小麻烦。在6月初，恢复正常生产期间，她爱人的公司曾提出，不建议新冠康复患者同居人回单位上班。后来因为公司紧急缺人，在保证核酸阴性的情况下才让她的爱人回归正常工作。

“真希望大家能像对待感冒、腱鞘炎、头痛病人一样对待新冠康复患者啊！”胡女士发出了这样的期许。

(据新民晚报)

从方舱回家后头痛持续了两周

刘先生 媒体从业者

4月初，刘先生一家四口先后感染上新冠，并成为了他所居住小区的“首例”。他与爱人和女儿一起申请进入亲子方舱。“方舱生活没有想象中那么可怕，除了洗漱和上厕所有些不方便，吃得倒是不错。”

而最让刘先生困扰的是如何与妻女一起回家。由于感染者入院后第2天起，每日要进行核酸检测。连续2次核酸检测结果阴性才符合出舱标准。然而一家三口的阴性报告始终没能同步。“我想向方舱工作人员争取，跟还未成年的女儿一起回家，但没有成功。”无奈之下，刘先生只得求助居委，幸好居委同意派车，把女

儿从中转点接回社区。刘先生至今对这样的安排感到不解，“在流程上，其实完全可以做得更合理、更人性化一些。”

回家前，居委会已经为他们安排了专业的全屋消杀，邻居们也始终友善。最初一周，全家需要隔离足不出户时，左邻右里还纷纷“投喂”食物。

有些意外的是，刘先生的爱人回家后发了持续一个星期的低烧，他自己也断断续续有头痛症状，持续了两周后才逐渐缓解。从来没有头痛史的刘先生一度想去医院做核磁共振检查。他在咨询了医生朋友后得知，这些都属于常见的短暂后遗症现象。

近期，已经重新回到工作岗位上的刘先生对新冠康复者遭遇职场歧视有所耳闻。在他看来，这是由于企业本身对“新冠”病毒缺乏正确的认识和科学的理解。从企业的角度来看，一旦出现阳性感染者，很容易让他们产生直接的经济损失。但实际上新冠病毒并没有那么可怕。“莫名其妙”复阳的概率并不高，而且在复阳之前也并没有传染性。

如何向全社会更广泛地科普，消除隐藏的风险，如何保障我们的日常生活与工作不再因病毒的持续而频繁受到影响，或许才是当下亟待解决的难题。

她把方舱经历拍成短视频，播放量增长了几十倍

姚晴怡 30岁 互联网企业工作

5月2日到5月6日，经历了5天4夜短暂的方舱生活后，姚晴怡开始把自己的经历制作成视频，搬运到b站上。视频里，她经常找周围即将出院的病友取经；阳性感染者康复主要靠自己的免疫力，她就不断提醒自己多喝水，中午有时还会吃两份盒饭“增强体质”；为了早日出舱，她每天晚上都试着戴两层口罩睡觉，口鼻被呼吸带来的水雾狠

狠闷住，入睡变得无比艰难……。这些真实记录下来的视频在b站上大受欢迎，账号从过去不温不火到播放量一下子翻了几十倍。观众的评论也伴随着播放量纷沓而来，有些是好奇，各种各样的问题涌入了她的私信箱。“我原本以为大家从新闻中已经对方舱生活有了很多了解，没想到对我的内容还是很感兴趣。”