

从灾区回来后,他们变得很沉默

很多救援人员是有心理准备的,但到现场后发现还不够

文/本报记者 金梁 褚睿雅

在这场灾难中,消防员、医护人员、志愿者,我们不能忘记,因为他们充当的是救援者的角色,挖掘在废墟下的人,抢救挖出来的人,在前线分发物资……

这群奋战在灾难最前线的人,回来后,沉默了。



消防员

刚回来那段时间,很回避灾区新闻

“谁能料到灾情那么严重？”

汶川地震后,浙江消防总队派出400多人的武警和消防战士赶往灾区,此外还调动了一支20来人的医疗救援队。李琰琰就是其中一位,她是杭州消防武警医院的医生,平时还做着心理辅导这块工作。

“地震后的第一天,我们和消防战士一起赶往汶川,那时候根本不知道灾区里面会是个什么情况。车子开在高速公路上,路上只剩下急救物资车、警车和救护车,那时候觉得有点严重了。我们到了都江堰后,发现那里一片漆黑。当时下着雨,很多百姓打着伞坐在马路边上过夜。虽然我们在来之前,心理上都有所准备,但谁能料到灾情是这么严重呢?”

当天晚上,消防医疗队就在一个简易的帐篷里开始工作起来。那时整个都江堰只剩下人民医院这么一个大型医院,像中医院等都全部埋在了废墟里。很多重伤病人只好都送到了人民医院,可一个医院的接纳能力是有限的,更多的伤者没办法进行治疗。

“光第一天晚上,我们这里已经来了100多个病人。其实我们来的时候,也不太清楚自己能做些什么,到了这里后,发现要做的事情太多了,一刻也不能休息,我们就是不断在忙。大家是轮休的,可一个人每天的休息时间只有4个小时。”

李琰琰说,有个小细节可以说明当时的情况,第一天大伙带来的药,没过一个晚上就发现不足了。那天半夜,当地有些私人药店还存着一些药品,那些人就一家家送药过来,全是免费的,这才稍微缓解了一些药品的紧张问题。

第一周,70%的人处于麻木状态

李琰琰是心理方面的医生,对于心理问题特别留了点心。

有一次,一位妈妈带着她的孩子来治疗,小男孩患了皮疹,不过还是很活泼的样子。在治疗间隙,李琰琰特意跟那位妈妈聊天,打听了一下她家的情况。

“房子全塌了,孩子的爸爸昨天刚刚被挖出来……”她很平静地诉说着自己的遭遇,就像是在说一件生活小事那样。“我真的很惊讶,她是如此的镇定,这种镇定太不正常了,甚至已经有些麻木。一般灾难后一周,70%的人都会处于麻木状态,他们发现身边的人都一样,都在灾难中失去了很多东西。可过了一周后,他们心里就开始回想,会出现那种失落感。”

那位妈妈继续说着:“平时吃饭、睡觉都还好的,庆幸孩子还活着!孩子以前很粘爸爸的,不知道为什么,现在很粘我,晚上睡觉都一定要跟我一起睡,爸爸的事情,他一句都没有问过。”

“那么,你打算怎么跟孩子说爸爸的事呢?”李琰琰问道。“家里人以后告诉孩子,就说爸爸出门去了。其实我也不知道该说什么。”那位妈妈眼神黯然。不过,李琰琰还是建议不要对孩子长期隐瞒真相。

一回想起来,就故意转移注意力

比起医疗队、志愿者,在抗灾最前沿的是消防武警战士。浙江消防总队的主要战场就在绵竹的汉旺镇,那里受灾的情况比都江堰要严重多了。

景芳消防中队的一支队伍,在一次执行任务时,需要把尸体从废墟中抬出来,可没想到那是一具高度腐烂的尸体,一碰就会破掉。有名消防队员不小心碰到了尸体的肚子,结果破了,内脏都掉了出来。消防队员虽然戴了手套,可是把内脏装回袋子时还是吐了。那天整个队伍回去后,连饭都吃不下。

后来很多人会时不时地回想起这个事情,有人故意拿出当时的照片来看,说多看看可以麻木掉;有人每当回想起这一场景,就故意转移注意力,尽量避开这事。

“我连赈灾晚会都不敢看”

从灾区回来后那段时间,李琰琰发现自己也有点变化。她家靠近马路,每当大车子开过时,楼总有点晃动,以前总是习以为常,可从灾区回来后,突然感觉这个楼晃起来,心里有点紧张。“是不是地震啊?我老是问自己,可能在那边余震惯了。”

此外,关于灾区的电视、新闻,她都是回避的。“老公说央视的赈灾晚会做得很感人,叫我去看,我是不敢看的,主要是接受不了那种场面。这并不是只有我一个人如此,很多同事、消防战士都跟我一样,人家问起灾区的事情时,我们都不想说,觉得很累。过了一段时间后,就慢慢好起来了,也开始看一些新闻。”

李琰琰说,从心理角度来说,不论是消防战士,还是医护人员,在灾区总是觉得自己的力量很微薄,自己能做的事情都已经做了,可还是帮不了这么多人。听很多消防战士说,那个电视里说的“再让我救一个吧”的战士很真实、感人,其实他们跟那个战士一样,到了前线都觉得自己做得不够。回到杭州后,有人问起,他们都觉得自己真的没做什么,因此往往很沉默。

李琰琰说,近一两周,她打算给救灾的消防战士做一次心理测试,再看看有没有需要加强心理辅导的。

志愿者

心理医生假冒驴友,来找沉默的他

风筝(网名)是杭州的一名驴友,前不久刚从汶川重灾区回来,当时他是以志愿者的身份,地震的第三天赶去了成都。

到灾区后,他一直被派去前线送物资。“那边有很多地方交通不方便,车子开到一半,就被滑坡下来的石头堵住了路,于是剩下的全部需要徒步才能走进去。我们的任务就是发挥驴友在野外的能力,把必要的物质送到需要的人们手里。”

灾后可能的心理问题,杭州的一些朋友早就意识到了这点,他们在风筝回来前,特地找好了一位心理辅导老师。

风筝回来后,朋友们果然都觉得他有点变了。“以前他这人特能侃的,每次从哪里探险回来,就会写一堆文字,发大量图片,把旅途中的喜悦告诉其他人,而这次从汶川回来,他好像什么都不想说。”熟悉他的朋友说道。

刚开始,大伙觉得他可能接受不了灾区的场面,于是建议他去见一下那位心理辅导老师。可没想到,风筝当场拒绝了。“我又没病,只是不想说话而已。”风筝解释道。

朋友们说服不了风筝,也没办法,后来有人出了个主意:要不我们找个心理方面的医生,然后以驴友的身份通过电话或者QQ聊吧。

“听说你去四川了,怎么样?真佩服你的勇气……”那个假冒驴友的心理医生在QQ上故意跟风筝套近乎。风筝这人在驴友圈内口碑就不错,见到谁都能聊上几句,于是就对了那个医生的话。

“你觉得在那里,有哪些东西是你印象最深刻的呢?”

“你回来后,还会继续想起汶川的事情吗?”

心理医生时而充当听众,时而问一两个问题,渐渐地就把风筝的心理弄清楚了。“其实他是觉得累了,不仅是身体疲惫,心灵也疲倦不堪,在汶川一直处于高度紧张的状态,好好休息一段时间,就会恢复过来。”最后,心理医生给大伙下了这么一个结论。

医生

同事觉得他不爱说话了

邵逸夫医院脑外科的医生牛焕江,是第一批赶赴四川抗震救灾的医护人员。5月14日出发,26日回来。这10多天时间,对牛焕江来说,可能这辈子都难以忘记。

有医生告诉记者,牛焕江从四川回来后,就像换了一个人,变得不爱说话了。当记者问他是不是真的,牛焕江笑笑说:“没有不爱说话吧?虽然刚回来的那两天的确有点郁闷,但过去一个星期,基本上就已经调整过来了。”

从四川回来后,牛焕江还做了两次与四川有关的梦,一次是他们正在开车,结果遇到了塌方;一次是抢救病人。这是他们在灾区经历最多的事情,也是之前从来没有经历过的。

虽然去之前已经通过电视了解了灾区情况,但到那边,还是被那副满目疮痍的情景深深震撼了,所有的医生都觉得很难过,有些女医生当场流下了眼泪。

从江油到平武县城,平时大概是四五个小时的车程,但现在要走15个小时,而且路上塌方不断。去的路上,他们就经历了一次比较大的塌方,所幸当时车队正好停下来休息,否则后果不堪设想。他们去南坝镇上接病人,几十公里的路,走了三个多小时,并且又经历了一次塌方,山上滚落的石块把路都给堵住了,他们不得不停下来,搬了20多分钟的石块……几乎每次出行,都会遇上塌方。

在平武的那段时间,余震不断,6级以上的余震经历了3次。一开始,大家也有些害怕,毕竟从来没有经历过这些,睡觉还有人守夜,到后来,也就习惯了,大地震动着,还能安稳地睡觉。但所有的医生都有一个感觉,生命太脆弱了,一定要争取活着回杭州。

问牛焕江,在抢救病人的过程中,看到那些伤得很重的,看到那些没法抢救的伤员,会不会觉得很难过?牛焕江说,他们是外科医生,平日里见惯了血,所以还好,而且,在工作的时候,基本上也不想起要难过了。

他们在灾区,是穿着统一的队服的,队服上有很多口袋,里头放满了纱布、药品、绷带之类的东西,看到送过来的伤员,第一个反应就是掏口袋,给伤员做治疗,根本没时间去伤心难过。反倒是回来以后,想起那些场景,会觉得有些难过。

在灾区的时候,既要面对病人的生死,又要面对余震和塌方的危险,心里那根弦肯定是紧绷着的,都是怎么来缓解压力的呢?牛焕江说,他的办法就是给家里打电话,但在四川那几天,那边的通讯都毁掉了,手机基本上没信号,所以只要有空,而且手机有信号,他就往家里打电话,报个平安,同时也舒缓一下自己的压力。这招,对他来说,挺管用的。

牛焕江告诉记者,医疗队的医生,虽然也会难过,但同情的成分居多。最难过的,还是当地的那些医护人员,他们不仅是医护人员,同时也是灾民,某个废墟里可能还压着他的亲人,房子又全部倒塌了,无家可归,他们会更难过一些。

从四川回来后,很多同事都建议牛焕江去做个心理辅导。但他觉得没必要做,自我调整一下就可以了。