



Michael Chen
大学助学金及税务规划专家

明州時報

www.mntimes.org

2020年04月03日 星期五 MINNESOTA TIMES 337期

『每日疫情』
明州时报



电话: 952-688-2848
电邮: ContactMNTimes@gmail.com

育才中文学校特别推出 中国民乐赏析和演奏 免费网课!



喜爱器乐演奏的朋友们不可错过!
只要你会使用任何一种乐器,即可报名!
著名琵琶演奏家高虹女士担任指导教师,
教授中国音乐名曲演奏。
免费向育才学生和家开放!

课程时间: 4/11-5/30
每周六下午 4:00-5:15。

课程形式: 网络授课
报名方式: 即日起, 请扫下方二维码报名

扫二维码注册课程: Folk-Music

(注册时注明: 会何种乐器/是否会简谱或乐谱)



This activity is made possible by the voters of Minnesota through a grant from the Minnesota State Arts Board, thanks to a legislative appropriation from the arts and cultural heritage fund.

众志成城 美国上下奋起抗疫

随着世界新冠疫情的不断扩大,美国的新冠疫情也日益恶化,目前全美已有15个州和两个海外领地进入重大灾难状态。这些州包括: 麻州、密歇根州、南卡罗来纳州、密苏里州、马里兰州、伊州、新泽西州、北卡罗来纳州、德州、佛州、路易斯安那州、爱荷华州、加州、华盛顿州和纽约州。两个海外领地为关岛和波多黎各。截至3月30日,美国累计新冠肺炎病例已超过16万,其中死亡病例已超过3千人。

纽约州是美国的重大灾区,截至3月30日,纽约州已累计新冠肺炎病例超过6.7万,其中死亡病例已超过1,300人。3月28日,纽约州长安德鲁·库默(Andrew Cuomo)在发布会上称,纽约州的医疗峰值预计在14-21天内到来,在医疗峰值到来时,将需要14万张病床和3万台呼吸机。

纽约州长称,州政府计划改建四个临时医院,将可提供4000个床位。另外,医疗船“安慰号”也于3月30日抵达纽约,该船可提供1000张床位、1200位医疗人员、12间操作室和手术室。虽然该医疗船并不用于接收新冠病人,但对缓解纽约的医疗资源紧张起到了巨大作用。

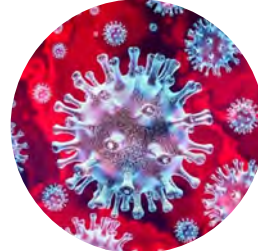
大约1周前,纽约州长呼吁退休的医护人员“回来并加入对抗新冠病毒中。”就在州长呼吁后的不到24小时,就已经有超过1000名退休医生和私人执业医生重返医院,加入到抗击疫情队伍中。截至3月30日,全美包括退休医疗人员在内的医疗志愿者共计6万多人,自发前往支援纽约的队伍中!

(下接A6版)

明州首家新冠专科医院 抗新冠病毒科技简讯 明州新冠抗疫系列



【详见A2版】



【详见A14版】



【详见B1版】

本期热点

满足您所有的移民需求

MARGARET W. WONG & ASSOCIATES LLC
ATTORNEYS AT LAW

黄唯律师楼为全球的公司和个人客户提供服务



精办绿卡、投资、亲属、移民、各类签证(B, E, H, K, L, O, R, T, U, V)、庇护、法庭辩护、上诉、开案、暂缓递解、保释、犯罪记录、子女超龄、梦想法案、入籍等。

最佳律师最佳移民律师楼 超级律师 顶尖律师 全美亚太律师协会联合主席
凯斯西储大学客座教授 第八司法区和第六巡回法庭终身会员

中英文电话: (1) 612-469-9888 & (1) 216-566-9908

7900 International Dr. • Suite 300
Bloomington, MN 55425

wong@imwong.com

www.cimwong.com



加入微信

Atlanta • Columbus • Cleveland • Chicago • Los Angeles • Minneapolis • Nashville • New York • Raleigh

明尼苏达州首家新冠专科医院



3月27日,位于圣保罗的贝塞斯达医院(Bethesda Hospital)正式改造成为明尼苏达州用于治疗新型冠状病毒患者的首家专科医院。第一批的十多位病人已从M Health Fairview的各医疗机构陆续抵达。



就在一周前,贝塞斯达还是一家没有ICU病房的急症医院,经过一个星期的改造后,这家医院已配备35个负压隔离病房。



负压隔离病房,是指病房内的气压低于病房外的气压,病房里被污染过的空气不会直接排放出去,而是通过专门的管道收集到废气处理设备,经过层层过滤消毒后向外排放。



目前,该医院共有55间病房和共计90张病床。而在35个用于治疗新冠重症病人的ICU负压隔离病房里,每一间都配备了呼吸机。明州卫生署官员称,已有数10人入住该院,并且预计往后每日都会增加。

这里不仅将一楼的门诊进行了改造,还将医院的一间健身房改造成了放射室。



M Fairview Health Services 负责医疗事务的副总裁布赖恩·安达尔(Brian Amdahl)博士说:“对这家医院最大的改造,是你无法拍摄到的东西,那就是这里的专业知识水平。我们不仅配备了专业的医生、研究人员、护士、麻醉师等,而且住在这里的病人,将有机会参加明大的NIH药物试验项目。”



这里的工作人员都必须佩戴个人防护设备,包括口罩、面罩、手套和防护服。按照指示,他们在戴上设备、取下设备和治疗病人的过程中,至少需要洗手七次,以达到严格防护的标准。

劉紹虹會計師事務所

專業服務,享譽華人社區逾十年

- ★執照註冊會計師 CPA
- ★誠信高質服務,收費公平合理;
- ★全面多元省稅計劃,避免查稅風險

客戶範圍: 個人,公司,非盈利組織

服務項目: 財務,薪資,稅務,諮詢,審計,公司設立,資產評估

公司地址: 3555 Plymouth Blvd, STE 218
Plymouth, MN 55447

電子郵箱: Amber@liucpa.us; Nina@liucpa.us
Kelly@liucpa.us

聯絡電話: 612-638-2676 612-432-1476

公司傳真: 612-465-6317

網址: <http://www.liucpa.us>



新家园貸款



您从这儿得到的是:
最真诚的服务,有竞争力的价格!
我们帮你实现拥有房屋的梦想!

★想要买自住房

吗? 我们有低首付贷款,最低只要3%。

★想要买投资房? 除了要求债务/收入比的常规贷款,我们还有特殊项目可以帮您实现地主梦。

★看中的房子需要修理? 203K, Home Path, Home Possible...能够帮你解决问题。

★想要建新房吗? 我们的 construction Loans 可以解决你的问题。

AMEC Home Loans | NMLS ID# 150953
7505 Metro Blvd. Suite #600
Edina, MN 55435

毛茅 (Maggie Mao)

NMLS ID# 376900

Mortgage Consultant

612.940.7275 Direct

<http://Maggie-Mao.AmecHomeLoans.com>

明州新聞

明州颁布“居家令”

学校、餐饮娱乐业关闭期继续延长

3月25日,明州州长蒂姆·沃尔兹(Tim Walz)颁布了为期2周的居家令。与此同时,他还宣布,餐饮娱乐行业,关闭期限将继续延长至5月1日;学校关闭期限将继续延长至5月4日。对此,他表示:“显然学校和餐馆等行业的关闭对疫情起到了一定的遏制作用。”他还驳斥了特朗普关于复活节前有望复工的想法,并称“假装对我们没有任何好处!”

据统计,自明州的餐饮娱乐行业关闭以来,3月16日-23日期间,明州申请失业的人数即将突破15万。明州科学博物馆宣布将暂时解雇87%的雇员;明州儿童博物馆宣布,从3月29日开始75%的雇员将被停职。

明州州长签署

3.3亿经济援助法案

3月28日,明州州长Tim Walz签署了议会通过的3.3亿经济援助法案,用以应对新冠疫情。该法案包括:

- 2亿美金拨入“新冠专项基金”。
- 4000万:为明州的小企业提供紧急补助和贷款。
- 3000万:资助托儿所机构(包括有资质的托儿家庭),这些托儿所每月可获得高达5500美金的资助。
- 2650万:对无家可归者提供庇护服务。其中,1520万用于提供住所;630万用于雇佣工作人员;500万用于购买个人卫生用品等。
- 1100万:向部落提供资助,以实行应急行动。
- 900万:支持“食品货架计划”。
- 620万:对退伍军人或配偶提供财政资助。
- 240万:支付临时工作人员的工资,以处理许可证和身份证的申请。

明州疫情新规

“坐地起价”超20%罚款一万美金!

近日,州长签署了有关于“价格欺诈”的最新行政命令:自3月21日下午5点起,禁止在疫情紧急状态期间,以之前价格20%或以上的价格出售包括食品、卫生用品和清洁用品等生活必需品。违反该命令,将面临每次交易最高罚款1万美元的处罚。如遇“价格欺诈”,请立刻拨打:651-296-3353或800-657-3787。

商店在新冠大流行期间

禁止可以重复使用的购物袋

近日,Hy-Vee杂货连锁店暂时禁止了可重复使用的袋子,称很难监测其清洁度。如果用自己的购物袋,Target要求顾客自己打包。还有许多其它杂货店都在做

同样的事情。

明尼苏达州食品杂货商协会已经为其商店制作了传单,以便在结账通道上展示,称可重复使用的袋子可能是该病毒的携带者。该小组引用了最近的一项研究,发现新型冠状病毒可以在塑料或不锈钢等坚硬的表面上生存长达72小时,在纸板上生存长达24小时。

明州红十字会警告 捐助者当心新冠病毒

明尼苏达州美国红十字会表示,明尼阿波利斯献血中心的两名雇员最近因新型冠状病毒症状而患病。该组织已经通知了19位捐助者,他们可能已暴露于该病毒。

红十字会在一份声明中说,两名工作人员在3月17日上次工作时都进行了体温检查。他们随后出现了症状,自那以后一直没有恢复工作。3月17日,与红十字会密切联系的其他四名红十字会工人在家中隔离14天,监视是否有任何症状。

红十字会尚未透露员工是否接受过COVID-19测试。该组织表示,目前还没有献血者在该中心献血后报告任何症状。

AMCO和MCCC支持明大 “羟氯喹治疗新冠临床试验”重大项目

明州华联会和明尼苏达中国商会将一起支持明大医学院“羟氯喹治疗COVID-19临床试验”研究。

众所周知,只有药物治疗才是抗疫的终极方式。为此,明尼苏达大学已开始启动一些药物的临床实验,公开向全国诚招志愿者并筹集经费。明尼苏达大学正在开展的“羟氯喹结合用于COVID-19治疗”临床试验,有望能以最快、最安全的方式为新冠病毒患者找到治疗方法。

为此,明州华联会和明尼苏达中美商会将《明州爱心基金》中捐款赠给明尼苏达大学基金会并定向用于这一临床研究。

明大科学家团队

正在测试氯沙坦是否能够减轻新冠症状

路透社报道称,明尼苏达大学的科学家们正在尝试确定这种药物是否可以阻止新冠病毒引起的严重症状,以及是否可以阻止病毒在体内的迅速繁殖。

对于普通人来说,氯沙坦(Losartan)的名字,可能并

不如Cozaar这个商品名熟悉。然而在此之前,我们需要知道这款降压药是否对新冠病毒有确切的抑制效果。

若其能够顺利阻止病毒与细胞的结合,便可有效减少患者的恢复时间,甚至抑制这种被许多无症状感染者四处传播的COVID-19疫情的蔓延。

除了社交疏离,目前全世界对新冠病毒疫情没有太多有效的应对措施。在疫苗研制成功并大批量推广之前,科学家们也只能绞尽脑汁地寻找其它有效药物。

目前不管是抗疟疾药物羟氯喹,还是降压药氯沙坦,其确切疗效都要等待数周后才能揭晓。

明尼苏达有亚裔遭到侮辱和敌意

随着疫情的爆发,明州近期有针对亚裔美国人的种族主义事件正在发生,有些亚裔反映他们在公开场合被骂或者被拒绝服务。

最近的一个例子是Vanishia Yang在Facebook上分享的,当她回到了在伍德伯里(Woodbury)的家时,发现前门贴着一张令人反感的便条:“我们盯着你呢,(种族主义的绰号),快把中国病毒带回中国!我们不希望你把疾病传染给我们——你友好的邻居。”Vanishia说,在此之前她还从未经历过种族主义或歧视,这里的人都对她很友好,所以发生这件事让她感到非常失望。目前,她已经向警察局报告了这件事情。

另一位遭受种族歧视的亚裔美国人,是明州著名的新闻媒体MPR的西南区记者汉娜·杨(Hannah Yang)。她在一家杂货店里采购时,听到有人在她身后窃窃私语道:“特朗普真应该把他们送回去!”当她环顾四周希望大家为她辩护时,发现大家都全神贯注盯着自己手里的商品,“没有人在乎一个几乎崩溃了的站在过道里的亚洲女人。”这次事件之后,当她和丈夫再去商店采购时,她的白人丈夫劝她最好呆在车里。

3月26日,明州州长再次告诫民众:“病毒不会歧视,我们也不会。”MPR亚裔记者汉娜·杨发声:“恐惧和无知只会让我们继续分裂。”

明州“每日疫情”播报

请扫描《明州时报》微信二维码



(新闻来自各大新闻媒体,并不代表本报立场)

精诚装修公司

可提供 设计图纸→申请 Permit→专业施工→市府检查通过等一条龙服务
我们拥有20年从业经验,700万劳工&财产保险免除您后顾之忧

内外油漆, 地板瓷砖, 橱柜台面, 浴室翻新 更换门窗, 围墙露台, 水电安装, 精细木工

- 商店(指甲店/按摩店/饮品店.....)
- office/仓库 隔房间/吊顶/油漆
- 新建/加建 独立屋/公寓/阳光屋/浴室
- 地下室 隔房间/浴室/酒吧台/练歌房
- 危房 市府要求整改不允许入住通知
- Deck 露台/凉亭/BBQ台/Siding
- 投资屋升值装修改造
- 售房屋上市包装
- Stone 壁炉/影视墙/吧台/烧烤台/内外墙文化石装饰

精工细作 诚信为本

请电 651-505-8888 (王先生)

免费到府估价

Stone Construction LLC
MN Lic: BC 746948, 7 million insurance
Tel: 651-505-8888
Email: stone5058888@gmail.com



特朗普将“社交隔离准则” 延长至4月30日

特朗普总统3月29日表示,随着新型冠状病毒继续在美国各地蔓延,他将把社交隔离准则延长至4月30日。白宫的社交隔离准则建议所有美国人避免超过10人的团体,并敦促老年人留在家中。

特朗普说,数据模型显示死亡率峰值可能会在两周内达到,但他强调说,他希望美国将在6月1日前复苏。

紧急医疗物资 从上海空运抵达纽约

据纽约时报报道,3月29日,一架满载急需医疗用品的飞机从中国抵达纽约,这是白宫在未来30天内组织的帮助抗击冠状病毒的一系列飞行中的第一次。这架飞机携带了13万个N-95口罩;近180万个手术口罩和手术衣,超过1030万只手套;以及超过70,000个温度计。

白宫高级顾问贾里德·库什纳说,这是从中国上海出发的大约20个航班中的第一个。该官员称,更多航班将搭载来自中国、马来西亚和越南的类似装备。

此前,总统川普3月26日晚间与中国国家主席通电话。中美元首似乎已冰释前嫌,据中国官媒新华社报道,习近平详细介绍了中方的经验,也关心美国的情况发展。川普则表示两国“紧密合作”,并对中国做出的努力表示“敬佩”。

英国王子、首相、卫生大臣 相继确诊感染新冠病毒

据英国广播公司(BBC)报道,现年71岁的英国王位第一继承人查尔斯王子冠状病毒检测呈阳性。查尔斯王子表现出轻度症状,但“除此之外健康状况良好”。他的妻子、72岁的康沃尔公爵夫人卡米拉也接受了测试,并未感染。他们目前正在



头条速览

苏格兰巴尔莫拉城堡自我隔离,查尔斯“过去几天一直在家工作”。

继王储查尔斯王子确诊感染新冠病毒后,首相约翰逊及卫生大臣马修·汉考克也陆续确诊,王室成员和政府首脑染病让英国疫情成为全球关注焦点之一。

约翰逊首相本人因新冠病毒测试呈阳性而自我隔离,但他仍在主持英国政府的抗疫行动。

福克斯新闻民调 拜登领先川普9%

在福克斯新闻(Fox News)近日发布的民意调查中,民主党2020年大选参选人,前副总统乔·拜登(Joe Biden)以9%的优势领先现任总统川普。根据民调数字,川普有40%支持度,而拜登则有49%的支持。另有11%的人表示他们尚未决定。

拜登呼吁在全国范围内颁布“居家隔离令”以控制新冠肺炎疫情在美国扩散,并表示政府决策者在这期间犯的最大错误就是“应对疫情的行动太慢”。

拜登3月27日在接受美国有线电视新闻网(CNN)的采访时说,他同意微软联合创始人比尔·盖茨对美国疫情的判断,表示如果不在全国范围内实施“居家隔离令”,而让各州“各自为政”,疫情会在美国持续更久,会有更多人付出生命代价。

防控升级

中国暂停所有外国人入境

中国加大疫情防控力度,从3月28日起暂时停止外国人持目前有效来华签证和居留许可入境。

中国外交部、中国国家移民管理局发布公告说,鉴于新冠肺炎疫情在全球范围快速蔓延,中方决定自2020年3月28日0时起,暂时停止外国人持目前有效来华签证和居留许可入境。暂停外国人持APEC商务旅行卡入境。

但公告还说,持外交、公务签证入境的不受影响,外国人持公告后签发的签证入境也不受影响。

公告称,这是中方为应对当前疫情,参考多国做法,不得已采取的临时性措施。中方将根据疫情形势调整上述措施并另行公告。

美国鼓励各国医疗工作者 赴美国抗疫

美国新冠肺炎疫情近日持续恶化,美国的医护力量告急。3月26日,美国国务院领事事务局在推特(Twitter)发文,鼓励各国医疗工作者赴美,帮助美国抗疫。

美国国务院领事事务局具体列出了上述医疗人员可以办理的两类签证类型,一类是H签,即签发给赴美短期工作的申请人。另一类是J-1外籍医生(医疗居民)签,这类签证主要针对目前正在美的外国医疗专业人员。外籍医生可以咨询美国外籍医生教育委员会(ECFMG),以延长他们在美国的居留时间。J-1签通常可一次延长一年,最长可达七年。

新冠疫情重创美国就业市场 全美328万劳工申领失业金

新型冠状病毒疫情已经重创美国就业市场,申领失业金的劳工人数创下历史新高。

高。美国劳工部26日上午公布最新统计指出,截至3月21日的一周之内,全美共有328万劳工申请失业救济金,人数庞大,前所未见。

这一数字打破了2009年3月经济大衰退时期一个月内66.5万人失业的阶段高点,甚至远超1982年10月创下的一个半月内69.5万人失业的历史最高纪录。

此前,美国就业人口连续113个月增加,创历史新高,总增幅达2200万人。2月份的失业率仅为3.5%,与50年来最低水平持平。员工薪资水平也从过去两年开始加速上涨。

MUFG联合银行(MUFG Union Bank)首席金融经济学家鲁普基(Chris Rupkey)说,“接下来失业问题将会变得多严重,没人可以预知,但可以确定的是,目前有接近1000万民众已经丢掉工作,意味着官方的失业率数字将达10%的痛苦门槛。”

史上最大! 2兆纾困法案

详细报道见A7版。

抗击新冠肺炎科技研发简讯

详细报道见A14版。

明州“每日疫情”播报
请扫描《明州时报》微信二维码



(新闻来自各大新闻媒体,并不代表本报立场)



LTA INSURANCE

明州最具竞争力的保險代理

同時也是經驗豐富的房地產投資代理和顧問

代理最多 價格最優 服務最全

精辦

- 多家著名健康及人壽保險企業
- 員工,餐館
- 房屋,車輛,投資房,地產買賣

買人壽? 當然要找LTA!





請撥 651-735-1284 詢問

www.lta-insurance.com

1935 W County Rd B2, Suite 430, Roseville MN 55113

房屋和車輛 - Travelers, Safeco, Encompass, Progressive, American Strategic Insurance, Allied, Dairyland, Foremost 企業,員工及餐館 - Travelers, CNA, The Hartford, Zurich, SFM, Main Street America, Liberty Mutual, ProHostUSA 投資房 - Foremost, Safeco, Burns & Wilcox, American Strategic Insurance, American Modern 健康和人壽 - MetLife 大都會人壽, New York Life 紐約, Prudential, Medica, Preferred One, Lincoln Omaha, Genworth, Banner Life, Blue Cross Blue Shield

Disclaimer: Neither Minnesota Yucai Chinese School nor its subsidiaries (including its directors, officers, employees, agents and advisers) makes no express or implied warranties or representations with respect to its products or services including but not limited to warranties of merchantability, non-infringement, accuracy, reliability or quality of any product, contents, advertisements contained on, distributed through, or accessed from Minnesota Times in print or any products or services obtained or used by any consumer as a result of advertisement or information.

明尼苏达州颁布“居家令”

3月25日,明尼苏达州州长蒂姆·沃尔兹(Tim Walz)颁发了“居家令”(stay-at-home order),要求自3月27日午夜起至4月10日,明州民众须居家2周。只有在进行一些必要的活动时方可外出,但必须保持6英尺的社交距离。

可以外出的活动

只有在进行下列必要的活动时方可外出,但必须保持6英尺的社交距离:

- 1. 健康和安活动:** 如紧急医疗服务、其他医疗服务(去看保健或牙科专家等)、取药,或看兽医、献血等。
- 2. 户外活动:** 如锻炼、遛狗或打猎钓鱼。只要保持安全的社会距离,可以“开车兜风”,并且可以去公园和其他开放的公共场所。
- 3. 获得“必要的物资和服务”:** 其中包括食品(杂货、交货或外卖)、饮料(包括酒)、汽油、在家工作所需的用品以及清洁和维护房屋、车辆所需的产品,您也可以离家去送洗衣物。
- 4. 必需的旅行:** 例如从州外返回家园。
- 5. 照顾他人:** 您可以去照顾另一个家庭的家人、朋友或宠物,或为他们提供交通服务。
- 6. 无家可归的人:** 不受州长命令的限制,允许在紧急避难所、临时收容所和营地之间移动。
- 7. 为确保安全而进行的搬迁:** 如果您的房屋变得不安全,或者您处于不安全状况,您也可以搬到另一处住所。
- 8. 在部落土地之间旅行:** 明尼苏达州的印第安人保留地、联邦信托土地和该州条约领土上的活动不受州长命令的限制。一些土著民族已经实行了他们自己的限制。例如 Red Lake Nation,已在晚上10点后和早上6点前实施宵禁限制行动。

我还可以出去吗?

是的,沃尔兹州长在宣布“居家令”时强调:出去散步是一件好事,新鲜空气对保持身心健康至关重要。

但沃尔兹也警告说,人们必须与他人保持6英尺的社交距离,并继续采取预防措施:包括咳嗽时进行遮挡、勤洗手和消毒物体表面等。

Duluth 公园部门甚至发布了一张方便的图表,详细描述了6英尺长的样子。



截至3月26日,国家公园、游憩区、露营地和其他公共土地仍向公众开放,目前并没有对 DNR 控制的钓鱼坡道施加任何限制。

我还能去上班吗?

所有可以在家工作的工人都必须在家办公,除了下列在“关键部门”的地方工作的人,包括:

- 保健和公共卫生
- 执法、公共安全和应急人员
- 儿童保育
- 运输,包括公共交通工作者
- 建筑和关键行业,包括熟练的行业,如

电工和水管工,以及商业和政府建筑的清洁工

- 粮食和农业
- 水和废水
- 关键制造业,包括铁矿石开采和加工业

我还能去度假屋吗?

明尼苏达州北部和威斯康星州的一些地方官员要求疫情爆发期间不要去度假屋。

3月24日,库克县(Cook County)专员委员会一致通过了一项旅行建议:“由于我们的医疗基础设施非常有限,现在请不要来本地。”

库克县位于明尼苏达州箭头地区的顶端,与加拿大、苏必利尔湖和边界水域接壤;包括四个州立公园:贡弗林特小径、大波蒂奇国家纪念碑以及卢森、托夫特和大马来镇,其旅游业占经济的80%以上。

这项建议不是强制性的,也不是法律上可以强制执行的。但县政府领导人担心,其有限的医疗基础设施、杂货店和其他零售商没有能力接待更多的游客。

我的孩子还能上学吗?

当州长发布“居家令”时,还将学校的停课期延长到了5月4日。

因此,目前明尼苏达州的学校将不接受面对面的教育,但是必须提供持续的网络授课。学校也必须允许员工尽可能远程工作。

“居家令”将如何执行?

根据命令,任何故意违反限制的人将被处以最高1000美元或90天的监禁。

然而,沃尔兹州长敦促明尼苏达州人自愿遵守行政命令。如果有人违反了它,他说,“我们不希望他们被逮捕,那就需要社会自愿遵守。”

旅行需要许可证吗?

不需要。
沃尔兹州长3月26日进一步澄清新闻简报说,没有人被要求携带证明他们的工作或目的地的特殊文件。

餐饮服务类将继续关闭吗?

自3月初以来,沃尔兹已经发布了几项命令,其目的都是为了防止明尼苏达州人聚集在一起扩大疾病的传播。

酒吧和餐馆已经转向外卖服务。其他公共设施,如健身房和俱乐部、剧院、博物馆和保龄球场以及美容院和纹身店等都被关闭。该命令原定于3月27日到期,现已延长至5月1日下午5点。

公共交通会继续运营吗?

会,但许多公交系统已经削减了服务。例如,双城地铁减少了日常服务,以遏制新型冠状病毒的传播。

一些公共交通还实行了“后门上车”的措施,以限制司机和乘客之间的互动。还有一些公共交通系统,包括 Fargo、N. D.-Moorhead 和 Minn. 等,在疫情期间是免费的。

机场也将继续开放,供那些必须要旅行和返回家园的人使用。

明州“每日疫情”播报
请扫描《明州时报》微信二维码







Jacob T. Merkel
莫律师

明州注册律师 通晓中文

中文电话: 612-436-7487
邮箱: jmerkel@grjn.com

业务范围:
合同★商业诉讼★公司法
建筑法★雇用★保险
移民★上诉★仲裁
民事侵权★房地产★遗嘱

GRJN 律师事务所建所60余年 拥有多名经验丰富的律师

地址: 100 Washington Ave. S., Suite 1550, Minneapolis, MN 55401
办公电话: 612-338-0755 网址: www.grjn.com

段峰建築設計事務所



- 明州第一位华人开业建筑师
- 注册建筑师, 美国建筑硕士, 清华大学建筑学士
- 二十多年在明州为亚裔设计餐馆一百多家
- 深通建筑法规, 熟知双城地区卫生局及政府施工纸审批官员
- 精通设计餐馆, 东方店, 商场, 办公楼, 老年公寓, 表演剧场

Duan Corporation
7096 East Fish Lake Road
Maple Grove, MN 55311
Tel: 612-326-3000
Cel: 612-226-2043
E-mail: fduan@duancorp.com

www.duancorp.com





众志成城 美国上下奋起抗疫

(上接A1版)

3月25日, jetblue捷蓝航空公司开始免费承运各地医疗志愿者前往纽约重灾区进行支援。hertz公司也表示为医护工作者提供免费车辆。四季酒店开放所有旅馆让医务人员入住。

至此, 全美抗击新冠的战役已经打响! 举国上下奋起抗疫。

即使美国政府的官僚主义, 导致错过了遏制疫情的最佳战机。但是, 当美国进入国家紧急状态之后, 政府史无前例的救助、航空公司提供对医疗人员的运输、游轮公司提供游轮做方舱、科技公司当机立断让员工在家工作并告诉员工“你们才是公司最重要的!”

这一切都彰显了美国的多层级纠错机制, 相互独立、相互影响, 一个机制不发挥作用, 还有其它备用机制候补, 这是美国在历经劫难后还依旧强大的一个很重要的原因。

28日, 特朗普在送别前往纽约支援抗疫的海军医院船“安慰”号时发表讲话: “本周, 我援引‘国防生产法’, 迫使通用汽车履行(生产)呼吸机的联邦合同。”特朗普说, “在未来的100天时间里, 美国制造或获得的呼吸机将是我们的(正常情况下)一整年里(制造或获得)的3倍之多。我们准备得很充分。”

接着, 特朗普说, 在波音、福特、霍尼韦尔、3M、Hanes和其它伟大的美国公司, 工厂车间以及生产线正被改造成生产呼吸机、防护口罩、护面罩和其他重要设备。“波音还正在提供他们的货运飞机, 我们将用世界上最大的货运飞机向不同的州运送特定类型的设备。”

此外, 美国的私营企业也纷纷站出来承担社会责任。

对于新冠肺炎的重症患者来说, 呼吸机

有多重要不言而喻。美国危重病医学学会预计, 在爆发期间, 美国可能有96万名新冠肺炎患者需要使用呼吸机, 而该组织估计全美大约只有20万台呼吸机。

特斯拉创始人埃隆·马斯克在社交媒体表示, 特斯拉和SpaceX的员工正在研发呼吸机, 此前马斯克曾称, 转型生产呼吸机并不困难, “特斯拉生产的汽车拥有先进的暖通空调系统, SpaceX生产的宇宙飞船拥有生命支持系统。如果呼吸机出现短缺, 我们非常愿意制造。”

3月24日, 加州州长Gavin Newsom在新闻发布会上表示, 马斯克已将首批设备(1000台呼吸机)送往洛杉矶周边医院。马斯克最近还向两家大医院运送了大量急需的设备。

通用汽车已经宣布, 与Ventec Life Systems合作生产呼吸护理产品, 包括呼吸机, 以对抗新冠病毒。Ventec将利用通用汽车在物流、采购和制造方面的专长, 制造更多呼吸机, 以期挽救更多生命。

除了特斯拉和通用汽车, 福特汽车也表示随时可以转型生产呼吸机。

口罩行业的标杆——3M公司, 在过去两个月内将产量提高了整整一倍, 目前每个月能生产1亿个N95口罩提供给医疗机构。

美国多个酿酒厂表示正在运用自己库存酒精制成含酒精的消毒洗手液, 亚特兰大的Old Fourth酒厂宣布制造洗手液并且免费发送。奥勒冈州的Shine Distillery也宣布免费送出限量洗手液。位于特拉华州的年产17万桶精酿啤酒的Dogfish Head Craft Brewery将一部分生产线拿出来为当地居民生产洗手液, 以正常市场价出售, 并且全部利润将捐给特拉华州的抗疫基金。

美国最大的零售巨头沃尔玛为受疫情影响的员工支付5.5亿美元奖金, 并计划增加15万人, 这些员工还将帮助沃尔玛以最快速度将超市停车场变身成为能够提升美国检测速度的检测场。

亚马逊也扩招10万人, 并为全世界暂时无法上学的孩子们提供免费的线上有声书。

美国银行、富国银行、摩根大通等银行向所有的客户发邮件, 受冠状病毒影响的客户可以申请延期支付抵押贷款、信用卡和其他贷款。

还有数不清的民间组织、个人, 把各自组织捐赠的物资送到一线人员的手中, 希望警察局、消防站、救护中心、急诊室等一线人员的手中都能有防护设备使用, 以最小的医护人员感染的代价坚持到医疗物资充沛时刻的到来。

3月26日深夜, 特朗普与习近平进行了至少一小时的电话。第二天凌晨, 特朗普发推文说, “刚刚与习近平主席进行了非常愉快的交谈。详细讨论了肆虐全球大部分国家的冠状病毒。中国已经经历了很多, 并对病毒有了深刻的了解。我们正在紧密合作。非常尊重!”

3月29日, 一架满载急需的医疗用品(口罩, 手套, 防护服)的飞机从中国抵达纽约, 这是白宫为帮助抗击冠状病毒而在未来30天内组织的一系列航班中的第一批。白宫高级顾问贾里德·库什纳(Jared Kushner)领导由美国大型医疗保健分销商与联邦政府一起组成的团队, 计划在未來30天内加快公司购买的关键医疗用品的到达时间, 并且使用飞机而非船只来减

少运输时间。

库什纳在声明中说: “在特朗普总统的指导下, 我们建立了前所未有的公私合作关系, 以确保将大量口罩、装备和其它个人防护装备立即运到美国, 更好地为我们的医护人员配备一线服务, 并更好地为美国人服务。”

目前, 在各方的努力下, 美国医疗物质的紧缺正逐步得到缓解。

雅培(ABBOTT)公司近日宣布, 该公司对新冠病毒的测试新技术已获FDA的紧急使用授权, 并将于4月1日起开始向医疗部门提供这些测试设备。机器只有6磅重, 可以用于各种场合。只需一滴血, 阳性结果就会在5分钟内显示, 阴性结果13分钟出来。该公司表示正计划扩大生产规模, 不久一天可以生产5万台测试设备。

新冠疫苗也已进入人体试验阶段, 美国政府卫生官员已宣布, 西雅图的一名健康的志愿者, 是美国第一位接受实验性冠状病毒疫苗的人, 在接下来的六周内, 研究人员将计划招募45名参与者参加该试验, 测试疫苗的安全性以及在志愿者体内诱导免疫反应的能力。

此外, 氯喹、瑞德西韦, 以及其它一些治疗新冠药物的临床试验也已取得突破性进展!

这种自下而上、团结一致的迅速行动, 已经多年未在美国看到了。“United We Stand”, 国家真正的希望, 来自于这个国家的每一位人民。他们虽然微小, 却力量巨大。相信在每个组织、个人的共同努力下, 人类不久便将战胜这次灾难, 度过难关, 恢复正常的生活。

致领区中国侨胞和留学生的慰问信

亲爱的领区各位侨胞、留学生朋友们:

“人心齐, 泰山移”。在习近平主席的坚强领导和亲自指挥部署下, 全体中国人民万众一心、众志成城, 取得了新冠肺炎疫情阻击战的重要阶段性胜利。中国内地已经连续多日无新增本地确诊病例。疫情防控形势持续向好, 生产生活秩序在加快恢复。家乡父老和亲人们的平安健康, 让身在海外的游子们欣慰不已! 14亿中华儿女戮力同心、团结奋斗, 我们的坚强、奉献和牺牲不仅守护了自己的平安, 也为全世界人民守护了平安!

两个月多来, 领区广大中国同胞和留学生朋友密切关注国内疫情发展, 以各种方式支援国内抗击疫情。大家千方百计捐钱捐物, 倾情付出, 一批批医疗防护用品运达国内抗击疫情最前线, 抒写了一个个感人的战“疫”故事。在此, 总领馆向大家致以最衷心的感谢和最崇高的敬意。

当前, 新冠肺炎疫情在美国快速发展, 领区多州宣布进入紧急状态, 并颁布了“居家隔离”(stay-at-home)令, 当地的疫情防控形势十分严峻。广大海外侨胞和中国留学生的安全和健康始终是党和国家的牵挂。总领馆一直密切关注当地疫情发展, 同当地有关政府部门、高校和机构保持着经常沟通, 推动有关方面采取切实措施, 保护好旅美侨胞和留学生的生命安全和身体健康。我们及时发布当地疫情信息, 介绍防疫知识和经验, 澄清不实传言, 并24小时接听领保协助应急电话, 全力为大家答疑解惑。我们知道美国当地许多友好人士和华人社区的朋友们也在积极行动起来, 为广大留学生朋友提供力所能及的支持和帮助。面对疫情肆虐, 遵循科学精神和避免恐慌是非常必要的, 我们在此多唠叨几句, 谨向领区广大侨胞和留学生朋友们提出如下建议:

第一, 减少外出, 减少接触, 勤洗手, 出门戴口罩, 是降低感染风险最有效的方法。美国医疗资源丰富, 医疗设施、诊疗技术先进, 各级政府正在采取一系列防控疫情的举措。希望大家理性看待疫情, 科学做好防护。从个人角度讲, 只要做好个人防护, 减少外出聚集聚会, 即使是在疫情十分高发的情

况下, 也能有效降低感染的风险。

第二, 长途旅行会带来很多不确定性, 建议尽量减少远距离流动。一般认为, 长时间置身机舱、机场等密闭空间或人员密集场所, 会增加交叉感染风险, “家里蹲”应是最安全的。如确需长途旅行, 请务必严格遵守相关防疫规定, 并事先充分了解旅行目的地的防疫要求和入境管理措施, 切实做好旅途防护。

第三, 发现有相关症状应及时诊治。如出现发热、咳嗽、呼吸困难等疑似症状, 特别是与确诊病例有密切接触或近14天内曾赴疫情较重州旅行者, 请及时听从医务人员指导做好隔离、检测和就医就诊。中国公民如需领事协助和保护, 请及时拨打总领馆领保电话: 312-780-0170; 总领馆教育处留学生服务电话: 773-279-0701/02/05/06。

第四, 留学生是祖国的孩子, 你们的安全和健康牵动着千万父母的心。不久前, 崔天凯大使与在美留学生代表在线交流谈心。祖国时刻关注关心着你们。希望同学们冷静应对, 切实做好个人防护(戴口罩、勤洗手、保持社交距离), 常与父母联系报平安, 合理做好学业、生活安排。祖国送给同学们的“健康包”已经在路上!

疫情也是一面“照妖镜”。在防范、抗击疫情过程中, 我们还有可能会面对各种各样的冷言冷语甚至是歧视排外。绝大多数美国人民是友善的。但我们也高度关注针对特定种族或人群的一切歧视性言论和排外行为, 并对此强烈谴责、坚决反对。如遇到此类情况, 请大家务必保持冷静, 尽力避免发生肢体冲突并视情及时报警, 确保自身安全。总领馆愿随时为大家提供必要协助, 全力维护大家的安全和合法权益。

我们相信, 疫情终将过去, 美丽的春天必将来临。总领馆永远和大家心连心, 将坚定与领区中国同胞同在, 共同抗击和战胜疫情! 让我们一起做好疫情防控, 健健康康, 平平安安, 让祖国人民放心! 让家乡亲人放心!

中国驻芝加哥总领馆
2020年3月25日

“只有同舟共济, 才能战胜疫情”

3月初以来, 中国抗击新冠肺炎疫情取得重要阶段性胜利。目前中国内地已连续多日实现本土新增病例为零。中国人民用自己的坚强意志和奋勇拼搏证明, 新冠肺炎是可控、可治的。我们完全有信心赢得疫情防控阻击战的最后胜利。

中国抗击疫情的成果来自于中国政府科学、有力、高效的应对。疫情爆发后, 习近平主席亲自指挥部署, 中国政府迅速应对, 第一时间建立起覆盖全国的联防联控机制, 采取了最全面、最严格、最彻底的防控措施。我们统筹调配全国优质医疗资源, 争分夺秒医治患者, 全力以赴加强诊疗技术科研攻关, 坚决做到早发现、早隔离、早治疗, 有效降低了感染率和死亡率, 并快速提升了治愈率。

中国抗击疫情的成果靠的是全体中国人民的万众一心、众志成城。疫情发生以来, 不仅武汉当地的全体医护人员始终冲锋在抗疫最前线, 全国各地还有数万名医护人员不顾危险毅然驰援武汉和湖北。有数千名建设者日夜奋战, 不到15天时间在武汉建成两所大型专门医院。全国许多企业开足马力生产医疗物资, 各省市捐献的粮食、蔬菜、饮用水和各种生活用品源源不断送到湖北。还有无数社工和志愿者默默地为武汉市民提供最暖心的服务。我们当然也不能忘记为防控疫情做出巨大牺牲的1100万武汉人民, 是他们的奉献和坚持为全中国和全世界人民守护了平安。世卫组织专家组专家访问武汉后多次指出, 全世界的人们都应该感谢武汉人民。

抗击疫情的初步胜利也离不开我们与国际社会的团结协作。中国从一开始就采取公开、透明态度, 积极同世界卫生组织和其他国家加强合作, 及时分享疫情信息和病毒研究成果。中国的抗疫斗争也得到国际社会的慷慨支持和帮助, 包括美国在内的各国人民纷纷伸出援手, 许多企业、社团和个人积极为中国

抗击疫情捐款捐物。海外华人社区为支持祖(籍)国人民抗疫斗争慷慨解囊。前一段时间, 媒体还报道了芝加哥一所小学的学生们通过义卖筹资为武汉捐赠口罩等物资的故事。中国人民会始终铭记并珍视这份情谊。

当前新冠肺炎疫情还在世界上许多地方发展蔓延。人类文明史就是一场与疾病的抗争史。事实再次说明, 全球化时代, 各国命运相连, 休戚与共。面对传染病等非传统安全威胁, 没有哪个国家能够完全独善其身或置身事外。

要战胜疫情, 我们必须树立信心, 尊重科学, 积极应对。病毒来势汹汹, 我们需要高度重视, 切实遵循世界卫生组织和卫生疾控部门的专业建议和科学指导, 科学防控。但我们无需恐慌, 更不能允许有人借机造谣诽谤甚至煽动种族歧视和排外情绪。恐慌和谣言比病毒更可怕。

要战胜疫情, 各国必须同舟共济, 共克时艰。中国秉持人类命运共同体理念, 愿继续同各国交流分享防控有益经验和做法, 合作加强药物及疫苗研发, 并及时向有需要的国家提供力所能及的物资和技术援助。随着美国疫情的发展, 中国许多地方、企业和民众已经行动起来, 通过各种渠道为美国人民抗击疫情提供医疗物资等方面的支持和捐助。中国并将继续积极向国际市场供应防疫物资及生活必需品等产品。

病毒不讲意识形态, 不分国界、种族, 是全人类共同的敌人。然而时常有人拿疫情当地缘政治工具, 借此抹黑攻击中国政治体制和中国政府, 这样的“政治病毒”值得我们警惕。同为地球村的一员, 各国应切实摒弃意识形态偏见和冷战思维, 在抗击疫情中相互支持, 相互帮助。我们只有齐心协力, 团结协作, 才能最终战胜疫情, 维护共同安全。

中国驻芝加哥总领事
赵建

特朗普正式簽署 2.2 万亿美元纾困法案

美国众议院在 27 日(周五)中午顺利通过了总值超过 2 万亿美的纾困法案,其中包括向小企业发放紧急贷款、给大部分美国人发现金支票、扩大失业福利等,以防止美国经济受新冠肺炎疫情冲击陷入严重衰退。

3 月 27 日下午 4 点,特朗普总统在白宫举行该法案的签署仪式,他签署了美国历史上最大规模的 2.2 万亿美元纾困法案。他对两党团结在一起将美国放在首位表示感谢。按照法案规定,美国政府将给符合条件的纳税人发支票将成为现实。

2.2 万亿纾困法案

3 月 25 日,该法案在参议院获得在场 96 名议员全票通过。

3 月 27 日上午,肯塔基州共和党众议员马西(Thomas Massie)要求唱名表决而非语音投票的方式阻碍法案通过,但最终众议院以口头表决的方式通过了该法案。为此,总统特朗普在众院投票前夕将矛头对准了马西,呼吁将他逐出共和党。最终,白宫和参议院终于就 900 页的、美国史上最大的一次经济刺激计划方案达成共识。

3 月 27 日下午,特朗普总统正式签署了 2.2 万亿纾困法案。

特朗普总统在推特上说:“我刚刚签署了‘CARES 法案’,这是美国历史上最大的经济救济方案,是先前颁布的任何救济法案的两倍。这项法案的金额为 2.2 万亿元,将为我们国家的家庭、工人和企业提供急需的救济。”

这项纾困法案主要内容包括:向年收入不足 7.5 万美元的每个单身成人一次性最多发放 1200 美元,向年收入低于 15 万美元的每对夫妻最多发放 2400 美元,每个孩子发放 500 美元;将失业救济金每周增加 600 美元,最多持续 4 个月;因疫情陷入



(3 月 27 日,特朗普正式签署 2.2 万亿美元纾困法案)

困境的美国航空企业将获得 250 亿美元直接经济援助。

根据法案内容,将有 2500 亿美元是用来发放支票给民众应急,3500 亿是用于放款给小公司,2500 亿是用于失业补助金,5000 亿是用来补助因为疫情而受到影响的医院,1500 亿美元则会分配给为了抗疫已经用尽资源的州政府。

众议院议长佩洛西(Nancy Pelosi)称,该法案能“减缓”新冠疫情造成的破坏,并预计将会有更多法案来帮助“恢复”。

就在这项立法通过的前一天,劳工部报告了创纪录的失业人数,至创纪录的 330 万人,全美各地的企业纷纷停业减缓大流行的蔓延。

由于美国成为全球新冠肺炎确诊病例最多的国家,市场人气受到打击,纽约股市当天并未如期受到众议院通过财政刺激计划提振。截至 27 日午盘收盘,纽约股市三大股指进入下跌区间。

人,将以申报内容的年收入数字做为是否符合纾困现金领取的区分标准。如果还没申报 2019 年的报税收入的话,则依照 2018 年的收入来分配。对于收入未达报税标准的低收入族群,最后还是可能有某些弱势民众是拿不到纾困现金的。

目前,尚不清楚该法案将如何处理那些不纳税的人,但专家建议以前没有纳税的人,应迅速提交 2019 年的税表。

总统特朗普和财政部长锁定的发款日期为 4.6 日,但税务专家对此事件承诺表示并不确定。截至发稿时,美国财政部长带来的最新消息是,发款日将定在特朗普签署协议后 3 周内进行。

这次新规中,有一项特别重要的是:禁止联邦官员及其直系亲属从这笔 5000 亿美元补助款中拿到补助。这主要是为了防止特朗普总统私人机构从中获利。

根据法规,禁止将资金分配给“总统,副总统,行政部门负责人或国会议员以及配偶,子女,子女的配偶所拥有或部分拥有的企业。该法律适用于任何上述人员在企业中拥有 20% 或更多股份的人。”

这是民主党员所新增的一项关键规定,他们害怕特朗普从这项纾困计划收益至个人企业。

失业保险

该法案将失业保险延长 13 个星期,对于遭到暂时解雇(furloughed)的劳工,联邦政府将会发放最多四个月的全薪。未来 4 个月内,每周给失业者增加 \$600 的失业补助。

并且,该福利不仅适用于全职员工,也适用于自由职业者、合同工等。

比如,法案将特别资助疫情期间必须坚持工作的 Uber 司机、亚马逊送货员等兼职员工,因为他们的工作在疫情期间格外重要。

个人和家庭补贴

根据计划,个人和家庭补助款将以支票方式寄到家庭地址。分配原则如下:

- 如果是个人报税,收入在 \$75,000 以下的个人,每人获得 \$1,200; 收入在 \$75,000-\$99,000 之间的个人,收入越高,补助逐级减少,超过 \$99,000 则没有补助。
- 如果是夫妻共同报税,家庭收入在 \$150,000 以下的已婚夫妇共获得 \$2,400; 收入在 \$150,000-\$198,000 之间的夫妇,收入越高,补助逐级减少,超过 \$198,000 则没有补助。
- 有孩子的家庭,除夫妇所得之外,每个 17 岁以下的孩子额外获得 \$500,孩子份额限制在 2 个。

收取支票的居民还必须拥有一个有效的社安号 SSN,非本国居民的外国人将被排除在外。

根据美国税务基金会(Tax Foundation)估计,有 93.6% 的纳税人会收到支票。已经申报 2019 年联邦税的纳税

鄧治剛會計師事務所

Peter Deng & Associates, CPA

熱情服務華人社區十餘年

- 執照開業會計師 (CPA)
- 多年政府查賬師的經驗
- 專業可信的服務
- 合理的 CPA 費用
- 降低查賬的風險
- 最大限度的省稅



- ★ 公司和个人稅務申報
- ★ 公司成立及帳務處理
- ★ 省稅計劃和查賬代理
- ★ 各種稅務和商業諮詢

地址: 1885 University Ave W. Suite 269
St. Paul, MN 55104
電話: 651-917-0809 傳真: 651-917-0851
E-mail: info@dengcpa.com



多年房地產投資經驗,根據房地產買家賣家的需求,做出專業的分析,提出合理的建議,專業的服務態度,恪守職業道德,貼心周到,注重細節,把客戶的利益放在首位。誠信,耐心,熱情,都會成為您信賴的理由



明州房地產專業經紀人

趙廣平 Rachel Zhao
教育學碩士

Phone: (952) 232-9586

Email: rachelhappyhome@gmail.com

微信: rachelhappyhome



《听听就说》

专栏作家介绍

刘道生, 上世纪八十年代中叶, 先受邀到美国著名的霍普金斯大学医学院做研究, 后来明尼苏达大学工作, 并从此在美国安家落户。闲时爱好时事, 文学, 历史, 名人传记, 也经常动笔写写。在此以《明州时报》专栏“随想录”与大家见面, 希望大家喜欢, 并不吝赐教!

联系方式: george.liu31@gmail.com

的中文原文是: “2/2 美国疾控中心主任被抓了个现行, 零号病人是什么时候在美国出现的? 有多少人被感染? 医院的名字是什么? 可能是美军把疫情带到了武汉? 美国要透明! 要公布数据! 美国欠我们一个解释!”

首先, 赵立坚将 CDC 关于流感病毒与武汉肺炎病毒尸检报告时间混淆。其次, 以中国全国摄像头联网侦破技术, 可在 7 分钟内找到罪犯嫌疑人, 为什么不将在武汉军运会的美军投毒人抓住? 第三, 和美军同时参加军运会比赛的各国军人运动员, 至今未见任何被感染武汉肺炎者的报道。显然, 赵立坚明知不是美军干的, 偏要栽赃?! 第四, 武汉肺炎病毒是病毒史上罕见的病毒, 有如生化武器? 已给中国和世界造成无法计量的损失。如果真是美军干的? 岂能以“美国欠我们一个解释”, 可以了结的?! 赵立坚言论一出, 不要说别人看不过眼, 同是外交部发言人的耿爽也认为不合适, 赶忙出来澄清说: “病毒源头是科学问题, 需要听取专家意见。”赵立坚推文, 已引起美国高度重视。3月13日, 美国国务院召见中国驻美大使崔天凯, 问责谁是灾难源头, 并表示严正抗议。因为, 这不是小事, 在某种意义上讲, 是中方在公然挑战国际生化武器条约……?

2020年3月13日, 当记者问川普, 中国认为目前流行的武汉肺炎病毒是美国在中国投放的说法时, 川普总统有一番意味深长的说法: “从我与习主席的交谈来看, 当然不代表习主席。他们知道它(病毒)是从哪里来的, 我们都知道它(病毒)是从哪里来的。”我以为, 川普总统说辞, 证明了据我几个月来关于病毒源来自哪里的分析研究(写有 10 来页文稿。作者注)。在中共的不断挑衅下, 川普总统才在 3 月 16 日发推文称, 当今祸难美国企业的是: 中国病毒。英文如下: The United States will be powerfully supported those industries, like Airlines and others, that are particularly affected by the Chinese Virus. We will be stronger than ever before (美国会有力支持那些受中国病毒特别打击的工业, 如航空业和其他企业。美国会比以往任何时候更强大)。随后, 川普总统在答记者问时多次强调: 中国病毒说法, 是准确的。因为它来自中国。并说, 只要我是美国总统, 我就不许中国污名病毒是美军传播的……我相信, 国际社会, 迟早会就武汉肺炎病毒来源, 做出结论的。让我们拭目以待!



近来, 世界发生许多大事件。这里, 仅以三件论述之。

一, 武肺大流行

首先, 什么是“武肺”? 武汉肺炎之谓也。其次, 什么是“大流行(pandemic)? 是指: “一种疾病在全球传播, 通常表明这种疾病已扩散到两个或更多个大洲, 并持续在人与人之间传播。”

现在, 武汉肺炎已在世界除了“南极洲”以外的各大洲, 各个国家感染、传播……何以如此? 君不见, 武汉肺炎开始疯狂肆虐中国和全球之时, WHO 曾极力掩盖疫情, 即便派出专家组到中国考察, 不要说追查武汉肺炎病毒起源, 甚至连武汉肺炎发生的可能原发地——华南海鲜市场, 都没有去。用 WHO 考察组的话说, 他们没有到“dirty area (肮脏区)”去。

可是, 武汉肺炎病毒并没有以所谓专家的“意志”为转移, 还是一如既往地以其固有的方式, 不停地在全球扩散……至 2020 年 3 月 11 日, WHO 宣布“武汉肺炎成为全球大流行病”时, 世界上已有 119 个国家被武汉肺炎病毒攻陷。即便这样, WHO 还在“犹抱琵琶半遮面”的称: “大流行”的宣布, 仍在停、看、听阶段。当时, 世卫组织总干事谭德塞不仅不谴责中方隐瞒疫情, 释放假数据, 给世界造成的危害, 反而指责世界各国对病毒来袭, 反应麻木、不作为, 令他“极为担忧”。

而且, 武汉肺炎大流行宣布后, WHO 仍一以贯之的不作为。请看当今世界, WHO 根本没有就世界各国疫情, 拿出任何可以指导疫情防治的指南。例如, 为了防止武汉肺炎病毒传播扩散, 应该限制多少人可集会这样的限量建议? 都没有。因此, 各国莫衷一是, 出现了 10 数人、250 人至 5000 人不等的限制。事实证实, 没有受 WHO 指导的地方如台湾, 反而成为全球抗疫最好的典范, 世界称之为台湾经验。台湾经验是什么? 就是, 政府透明疫情, 官民一心, 积极配合, 认真排查, 杜绝破口, 平易恐慌……

当今世界, 疫情前景如何? 台湾疫情指挥中心指挥官——陈时中有段说辞, 耐人寻味, 他说, 如何评估当今世界疫情? 最有发言权的有两个: 第一知情者, 是中国。可是, 中国讲的, 大家都不相信。第二个知情者, 是 WHO。可是, WHO 从来不讲话。是故, 当今世界, 只能是各国控

疫, 各显神通! 可见, WHO 的不作为, 已成为全球抗疫乱相丛生的根源?! 用陈时中的话讲, 现在还“看不到疫情终点”, 只能做最坏的打算……以最好的准备应对!

二, 拜登可赢乎

以现在趋势看, 拜登可能成为 2020 年度民主党总统候选人。民主党推举拜登, 究竟有多大胜算, 以我观之: 几乎是零。这, 不是危言耸听。请听我慢慢道来。请看美国近七十年或更长时间的选情, 以参议员竞选总统者为例:

1, 十四年规则。先说拜登: 拜登的命运人生, 可谓一帆风顺, 1973 年 1 月 3 日就任参议员→2009 年 1 月 20 日就任副总统前, 在参议员位置上长达 36 年之久。拜登从参议员直接进入副总统, 已属奇迹了。查查美国历史可见, 从参议员竞选总统的, 如果任参议员在 36 年、30 年、25 年、20 年、15 年以上者, 无人竞选成功。如: 共和党参议员多数党领袖巴布·杜尔(Bob Dole), 1969 年—1996 年任参议员, 长达 27 年, 辞去参议院共和党领袖, 竞选美国总统, 结果败给了克林顿。2008 年, 共和党参议员麦凯恩(John McCain), 任参议员 21 年, 出来竞选总统, 败给了奥巴马。参议员凯瑞(John Kerry)任参议员 19 年, 2004 年出来竞选总统, 败给了小布什。是故, 有人总结认为, 任参议员 14 年, 是竞选总统者, 几乎跨不过去的坎, 人称 14 年规则。

2, 或许可赢者。任参议员时间短者, 可能性大。奥巴马是其实例。2005 年, 奥巴马开始任参议员, 只 3 年时间, 就竞选 2008 年度美国总统, 并战胜了麦凯恩, 当选为美国总统, 成为美国有史以来的第一位黑人总统!

3, 副总统上跳。副总统任期 8 年后, 直接竞选总统者, 从 1836 年至今, 成功竞选总统者, 只有老布什(George H. Bush)一人耳!

4, 副总统退下。副总统卸任成为平民, 再竞选总统者, 有两位。第一位是尼克松, 他也任过参议员。1953 年就任共和党总统艾森豪威尔的副总统 8 年。1960 年, 尼克松竞选总统, 败给了肯尼迪。尼克松沉寂了 8 年后, 1968 年再次出来竞选总统, 并获胜。记住, 尼克松就任总统时, 只有 57 岁。相比之下, 拜登有类似尼克松的经历, 但年龄却比尼克松大了 20 岁! 现在, 且不论拜登的经历如何? 仅从拜登竞

选表现看, 似乎相当迷糊, 常出现脑子一时迷糊现象。如: 拜登对选民说: “对不起, 我们不能赢这次再选。我们只能再选川普做总统(We can't win this re-election, excuse me. We can only re-elect Donald Trump……)。”看官, 你觉得拜登有戏吗? 有人甚至认为, 拜登衰老的很快, 能否走到竞选尽头, 都是两可。不过, 这不是遥远的未来, 我们等着瞧!

三, 病毒哪里来

以我之见, 武汉肺炎突发, 人们一直有个问题, 引发武汉肺炎的病源来自哪里? 零号病人在哪里? 回顾武汉肺炎发展历程, 至少经历下列过程:

1, 华南海鲜市场动物源说。可是, 公开报道的最初 4 个病人, 3 个未到那里。即使海鲜市场是病毒源, 但绝非唯一。

2, 蝙蝠病源说。更说不通, 蝙蝠比人类早 2000 多万年诞生, 但从来就与人类共生, 至今没有蝙蝠病毒直接感染人类的证据。小时候, 我在山上抓蝙蝠, 不知咬过多少次, 也没有感染病发生……

3, 穿山甲说。证据不足, 无人提了。

4, 病毒外源说。例证是, 中国钟南山 2 月 27 日在广州说, 武汉肺炎发在中国, 病源在国外?! 但没有明确指向谁?

5, 美军投放说。3 月 12 日, 中国外交部发言人赵立坚, 同时以中、英文发推文, 称是美军在中国放的病毒。赵立坚推文

TWIN CITY DISCOUNT GRANITE LLC
雙城大理石折扣店

保證全明州最低價

主要经营厨房, 卫生间, 酒吧的大理石和人造石台面, 赠送不锈钢水槽

地址: 11521 EAGLE ST NW #10 COON RAPIDS MN 55448
TEL: 763-862-0888 BENNY: 917-353-6939

如何最大限度回收 亚马逊网购包装



现在疫情当前,大家居家少不了网购,首当其冲是亚马逊。网购方便安全了不少,但其使用的包装在不同程度上影响了我们的环境。怎么样才能把这个影响降到最低呢?我们明州环保小分队为你推荐排忧解难。这篇文章介绍的处理与回收网购包装的办法,可根据情况用于其它网购包装。

1. 纸质邮件袋:可以回收,就像纸箱和其他纸质物品一样。



2. 带气泡的塑料袋和塑料膜:撕掉或剪下商标后,拿到接收塑料袋、塑料薄膜的地点回收。



3. 纸板箱和纸板夹:拆开弄平后,直接放回收垃圾箱。



4. Give Back Box partnership:用这样的盒子装上你想捐赠的物品,在包装盒上填写这些物品的名字,到网站上打印标签(<https://givebackbox.com/amazon>)就可以通过UPS或USPS免费运送。您捐赠的物品,亚马逊将通过与Give Box的合作关系送至给慈善机构。捐赠可报税。



5. 包装纸:可回收,直接放回收垃圾箱。



6. 空气枕袋:放掉空气后,拿到接收塑料袋,塑料薄膜的地点回收。



7. 气泡纸邮件:这种带有气泡垫的纸质邮件件不可回收。看一看能不能再利用,否则只能扔进一般垃圾桶。



8. Prime Now 凝胶袋:不可回收,看能不能再利用,否则只能扔进一般垃圾桶。



9. Amazon Fresh 干冰塑料膜:这种塑料薄膜用于包装干冰块,以保证亚马逊新鲜食品保持在适当温度。不能被回收,只能扔进一般垃圾桶。



10. Prime Now 纸袋和 Amazon Fresh 纸袋:由于它们是纸质的,都可回收,直接放回收垃圾箱。



11. Prime Now 绝缘袋:很难回收。亚马逊建议您首先从塑料邮件袋中取出绝缘垫,然后切开绝缘垫以除去塑料膜。塑

料膜可拿到接受塑料袋,塑料薄膜的地方回收。绝缘垫可拿到接受#60棉的地方回收。



12. 亚马逊淡水:这是一般水瓶,可回收,直接放回收垃圾箱。这些水瓶用于冷却食品,水可以喝,不要浪费。



13. 铝箔气泡保温袋:不能回收,只能扔一般垃圾。



14. Amazon Fresh 纸箱:纸制品,直接放回收垃圾箱回收。



15. Amazon Fresh 干冰袋:无法回收,只能扔进一般垃圾。



(由明州环保小分队翻译整理,想加入他们,请电邮 MNEnviroProtect@gmail.com)

中文 美术 科学 音乐 功夫

2020 育才“国学华风”夏令营

学费详情

学费: 每期\$300
学费优惠期: 3月31日之前全额付款: 270/期(不含午餐)。
午餐费: 如有需要,育才将提供午餐:每周\$35
付费方式:
 1. Mail check to: Yucai Chinese school, PO Box 46155, Plymouth, MN 55446
 2. 网上支付: Email to: yucaimn.fee@gmail.com for instructions
 邮箱: yucaimn@yahoo.com
 网站: www.yucaimn.org
 地点: Wayzata Central School
 *退款: 5月1日之前取消,退还学费,但收取100元手续费;5月1日之后取消,不予退款。

课程表

8:30 - 9:00am 早上好!
 9:00 - 10:50 am 中文(儿歌/故事/诗词)
 11:00 - 12:00pm 手工/游戏
 12:00 - 1:30pm 午餐/休息/户外活动
 1:20 - 2:20pm 科学故事及实验
 2:30 - 4:30pm 才艺(琴,棋,书,画,舞蹈,武术,体育)
 4:30 - 5:00pm 回家吧!

报名方式

报名时间: 即日起至6月13日; *早鸟优惠期3月31截止。
报名年龄: 5-12岁
报名方式:
 1. 育才网站: <https://tinyurl.com/u9m5ahh>
 2. 扫右侧微信扫码报名:



义工报名

育才为9-12年级学生提供义工机会,并颁发证书。
 义工网站报名:
<https://tinyurl.com/rzq8pu8>
 扫右侧微信二维码报名:



历史空白处的隐秘信息

——“梁车刖姐案”与大义灭亲观

通常认为,历史只有留下痕迹才能呈显意义,空白只能留给人们遗憾和遐想。白居易《琵琶行》却告诉我们,空白有时也有意义,“冰泉冷涩弦凝绝,凝绝不通声暂歇。别有幽愁暗恨生,此时无声胜有声。”历史书写的空白,不等于历史的空白,不等于没有事情发生。由于某些原因,当事人有时不得不“声暂歇”,不得不“幽愁暗恨”,不得不“此时无声”,但是仔细审视空白之处,仍可读出其中“胜有声”的隐秘信息。

梁车刖姐

“梁车刖姐”是记载在《韩非子·外储说左下》的一起悲惨案件,发生于前四世纪的赵国。某天,梁车的姐姐去往邺城,看望不久前当上邺城令的弟弟。一路风尘仆仆,到达邺城时,天色已晚,城门已经关闭。由于城墙不高,也不是很平整,可以徒手攀爬,她就翻上城墙,进入邺城,被守城的士兵发现,抓了起来。

梁车听到士兵的报告,前来审讯案犯,发现竟是自己的姐姐。按照当时赵国的法律,夜间戒严,禁止翻越城墙,违者处以刖刑。关于刖刑,有人认为是砍掉一只脚,有人认为是砍掉两只脚,也有人认为是砍掉脚趾。《韩非子·和氏》中提到,楚人卞和献玉,第一次被“刖其右足”,第二次被“刖其左足”,据此推测,梁车应该下令砍掉了她姐姐的右脚。

梁车的上司赵成侯(? 前350)接到案件报告后,并没有因为梁车新官上任,就依法砍掉了自己姐姐的脚,而表扬他秉公执法,反而觉得他实在太刻薄寡恩了,下令免除了他的职务。梁车姐姐的脚断了,成了瘸子,姐弟感情当然也破裂了,梁车也遭到当时舆论的谴责。但是两百年后,法家大师韩非却对他的表现大加赞赏,责怪赵成侯做得不对。

法家对梁车的赞赏

“梁车刖姐案”之所以为后人所知,正是得益于韩非的记载。然而,要准确理解韩非对这起案件的态度如何,为什么要记载这起案件,还是得通读《韩非子·外储说左下》全文。孟子说:“颂其诗,读其书,不知其人,可乎?”理解文章不失原意,必须把握上下文和语境。远离上下文和语境,很可能读出原文并不包含、或者只是读者期望包含着的意思。罗兰·巴特的名言“作者之死,读者之生”,说的就是这个意思。

《外储说左下》分为六条“经”,即基本原则:第一条讲“以罪受诛,人不怨上”,主张只要依法裁判,连被处刑的

人也不会怨恨;第二条讲“信赏以尽能,必罚以禁邪”,主张严格执法,不打折扣,规定赏的必须赏,规定罚的必须罚;第三条讲“君臣之理”,主张君臣之间须有森严的等级;第四条仍然讲“禁所禁,利所利”,该赏则赏,该罚则罚;第五条讲“主术”,教君主怎样驾驭臣下。可见,《外储说左下》的核心意思,一是主张国家利益至上,二是主张法律执行不能打折扣。据此可知,韩非是赞成“梁车刖姐”,反对赵成侯免梁车之职的。

在第六条“经”中,韩非正是这么说的:“公室卑则忌直言,私行胜则少公功。说在文子之直言,武子之用杖;子产忠谏,子国谯怒;梁车用法而成侯收玺;管仲以公而国人谤怨。”他认为越讲求私人的品德高尚,私人越从中获利,国家越没有好处。梁车不砍他姐姐的脚,就可以获得个人声誉,但国家的法制却遭到了损害。梁车砍了姐姐的脚,个人声誉受损,国家法制却得到了维护,忠直为公却遭到赵成侯的怨怒和人们的诽谤,这就像文子、子产、管仲曾经遭遇的那样,是对国家不利的。

韩非把公、私截然对立起来,断言私人获益,国家必然受损,两者之间永远是零和博弈。照其观点,国家应该这样实施法制:每个人的父母、夫妻、兄弟、姐妹、子女等“私”的关系,都必须为国家、官民、法律等“公”的关系让路。所有亲缘关系,一律视为法律关系。所有习俗化的自然语言,一律代之以系统化的国家语言。把社会彻底捣碎至“原子化”“颗粒化”,代之以整齐划一、如臂使指的国家。韩非被称为法家集大成者,关键在于他将上述理论推向了极致。

儒家的暧昧和法家的现实

与法家倡导大义灭亲不同,儒家对大义灭亲却相当暧昧。面对纯理论问题,或者假想案件,不需要面对现实的时候,孔、孟都明确反对大义灭亲。如孔子说“父为子隐,子为父隐,直在其中矣”,不但反对灭亲,还主张护亲。面对舜父瞽叟杀人的假想案件,孟子设计了“窃负而逃,遵海滨而处”的妙策,主张即使丢弃全部利益,也要护亲,绝不灭亲。这是儒家理想主义的一面,书呆子的一面,遇到现实就不好使了。

在春秋“灭国三十六,弑君五十二”的惨烈进程中,发生了大量真实的灭亲事件,儒家并不真的反对,如西周初的周公诛管叔,鲁隐公四年卫国石碣杀死“从弑君之贼”的儿子石厚,鲁庄公三十二年季友杀死图谋弑君的兄弟叔牙,鲁昭公十四年晋国叔向审判贪腐的弟弟叔鱼,等等。面对这些现实案件,儒家不得不承认只能灭亲,奉周

公为圣贤,赞石碣为“纯臣”。这是儒家现实主义的一面,善于变脸的一面。

照理来说,梁车如果刻薄寡恩,砍了姐姐的脚,应该是儒家批判法家的最好靶子,为什么儒家学者却全部选择性失明,对“梁车案”视而不见,以至于留下了巨大的历史空白呢?因为儒家还有现实主义的一面。越到明清,儒家越现实主义,恰好法家也是现实主义的,两者便越走越近,于是我们看到,尽管“梁车刖姐”的故事早已被人遗忘,清官大义灭亲的故事却越来越被传扬。包拯从来没有“铡”过一个人,戏曲里却硬是安排他铡了陈世美(驸马),铡了庞昱(国舅),铡了郭槐(宦官),又铡包勉(包拯之侄)。

民众不像理想主义那么羞羞答答,而且比现实主义更现实,直截了当地说出儒家不好意思说出的话。当有权贵违反法律的时候,他们毫不犹豫选择杀伐。当有权贵杀伐权贵的时候,他们更会爆出满堂的喝彩。这就他们为包拯“铡”包勉喝彩,将其奉为清官典范的原因。春秋时的赵成侯选择将梁车免职,秦汉以后儒家对“梁车刖姐”选择性失明,明清的民众则为铡包勉、铡陈世美等欢呼,在这些历史的痕迹和空白之间,我们看到了整个社会的法家化进程。

只有明代理想主义儒家谢肇淛例外,他列举了“乐羊食子”“刘览劾兄”“史牟杀甥”“梁车刖姊”等灭亲案件,认为都是“君子弗善”的卑鄙行为。他也批评了包拯,为求声誉而在庐州处罚自己的亲舅舅;赞赏西晋的郭奕,为了不辜负姐姐宁愿放走罪犯玷污自己。谢肇淛没有意识到的是,他所说的孔子云“父为子隐,子为父隐,直在其中矣”,孟子云“骨肉之间,宁情胜法,无法胜情”早已是儒家的理想化说辞,在法家化治理体系中已经失去了根基。

专栏作家介绍

陈灵海,上海师范大学教授、博士生导师;中国法律史学会常务理事、东方法律文化分会执行会长、儒学与法律文化分会常务理事。美国华人人文社科教授协会会员、荷兰Amsterdam大学出版社新时代中国丛书评审委员;多种权威学术期刊专家评审。著有《唐代刑部研究》《中国古代解冤神判的观念构造》等,获中国教育部中国法律文化研究成果奖,第8、11、12、14届上海市哲学社会科学优秀成果奖。欢迎明州时报读者与作者互动交流。电邮: chenlinghai@hotmail.com 电话: 18602138815 微信: chenlinghai1801

One Stop 診療中心

www.procedureclinic.com

知道嗎? 門診做檢查和手術 比在醫院做便宜很多

低價高質 快速方便 服務健全

保證 24 小時內就診,國語服務

特色診療:

- ★ 各種皮膚腫塊切除,采用最新一代激光射頻刀
- ★ 最新電子胃鏡和全結腸鏡,無痛操作
- ★ 痔瘡治療,最新無痛性紅外治療儀
- ★ 靜脈曲張激光療法,硬化劑注射和靜脈切除
- ★ 灰指甲激光療法,腋下多汗激光療法

主治:

皮膚痣切除,皮膚癌切除,皮膚腫塊活檢,皮膚液氮冷凍,皮脂腺囊腫切除,創傷縫合,異物去除,灰指甲激光療法,腋下多汗激光療法,內生性足趾甲去除,關節注射,痛點封閉注射,腱鞘囊腫切除,淋巴結活檢,甲狀腺腫塊針刺活檢,乳房腫塊活檢,脂肪瘤切除,輸精管結扎,痔瘡無痛紅外治療,內/外痔瘡切除術,肛裂手術,婦女會陰囊腫切除,曲張靜脈激光療法,電子胃鏡,電子全結腸鏡。

Edina 診所:

6545 France Avenue S, Suite 290, 周一, 二, 四, 五全天: 8:00-5:00

電話: 952-922-2151



距南越前首都西貢(現改稱胡志明市)三百公里的避暑勝地大叻山城,市集旁的春香湖景色秀麗,是當地人眼中的「西湖」,其美可想而知。自然是遊客必至的一處名聞遐邇的觀光重點。但在市郊尚有一個幽美的湖泊,卻知者不多。

大叻這塊人間福地,在漫長的戰爭年代,鮮有被無情戰火蹂躪;在如詩似畫的寧靜山居裏,偶聞城外松林中有一原始淡水湖,有個哀傷的名字叫「嘆息湖」,真令人浮想連篇。

離市區六、七公里處的鵝芽瀑布左轉入山,一片蒼翠山林幾乎把驕陽阻斷,廁身其內、清風吹拂,精神爽利。小路崎嶇不平,山坡盡處,雲煙縹緲,四方松柏高聳,參差挺拔,圍繞著如鏡般清晰的湖面。

走下陡峭山坡,湖邊草地佈滿了松子,松針也四散;鳥語啾啾之聲盈耳,湛藍的天空透過濃密的松柏枝葉斜射照下稀疏的光線,影影綽綽,恍惚如夢。

陪我尋幽探勝的畫家郭欣泉同學,為了寫生,經常獨自帶了畫具四處遊覽;他在大叻大學教授繪畫時,極少在教室內講課,而是帶了學生們置身自然中,傳授他的畫藝。因此,他幾乎踏遍每一處的風景,嘆息湖的故事,也是他從越藉女友口

嘆息湖

■心水(澳洲 墨爾本)

中知曉。

越戰期間,兵役令男丁從十八歲到四十五歲都要被徵召入伍,與世無爭的山胞(越南人對山區原住民的稱謂)與華裔和當地人一視同仁,要為抵抗越共南侵而保家衛國,許多山胞和華裔一般不願意被捉去充當「炮灰」,而千方百計設法逃避軍役令。

陳杰木為了避免當軍而從西貢逃到山城,用假身份來到山地,後來結識了田查娘,她身材婀娜多姿,是能歌善舞的山地姑娘,大方熱情。對同族的追求者不假詞色,那天經過湖邊,遙遙相對的青年正專心看書,側影俊逸,給她平靜的芳心投下了漣漪。

自始每日有事無事,她都獨個兒行去湖邊散步,終於和心儀的人結識,陳杰木從她的談吐中根本不知身旁佳麗是原住民,一般農村越女因為在田裏工作,膚色

也是古銅亮麗,和原住民的皮膚難與區分。

孤男寡女朝夕共處,早已擦出了愛情的火花;為了長相廝守,田查娘把自己是原住民的身分向情郎表白,沒想到陳杰木一點也不介意,眾生平等的思想早已根深柢固;他從小歸依三寶,本來到山城是要尋一所寺廟出家,但那座佛寺的住持因為收到地方官的文書,不敢讓適齡青年剃度,恐防惹上包藏逃役者的罪名。故此他只好留在山地教畫,有緣與田查娘相識,頗為情投意合,有佛法修養的平等觀念,那會在乎她是山胞。

談婚論嫁後,女方父母因為女兒能嫁給華裔青年,自是歡喜,由於男家遠在西貢,也就一切從簡,依原住民的儀式舉行婚禮。那晚在湖邊的營火舞會歡樂中,新郎新娘相擁著,被大堆青年男女圍繞其中,笑聲歌聲歡呼聲,似乎群山也感染歡

喜,迴聲處處。

新婚後第三天,搜捕逃役的軍警竟然來到了田查娘的茅屋,強把陳杰木拘押上警車,他在田查娘淚花哀號中被帶走了。

新娘從此以淚洗面,日夜獨自徘徊在湖邊,痴痴的等待著丈夫;日子一天天的飛逝,一月月的遁走,一年年的滑過,遠征的良人卻音訊全無,一去無蹤影。

那日如晴天霹靂,她突接到一從封軍部寄來的陌生信函,是他的戰友寫的噩訊,說在芽莊省育美村那場與韓軍聯合剿共戰中,陳杰木被越共炮火轟死了。其實已死了半年多了,因為戰亂不息,他無法及時報噩訊。

那晚田查娘跪在湖旁哭拜亡夫在天之靈,哀號之聲遠近可聞,翌日家人除了在草坡上見到她的鞋子及一堆焚化的紙錢外,再也找不到她了。村民都說她必定投湖隨夫而去了,自此,寧靜的湖面,夜夜傳來一聲聲哀怨悲傷的嘆息,這個無名湖就此被村民叫做「嘆息湖」。

聽完畫家講的故事,果然四處傳來一聲聲的嘆息,細細聆聽,彷彿是田查娘這位痴情女子的嘆氣,在向世人訴說其不平。

回程時,隨著風的強烈而感到嘆息聲的急迫;松柏的針枝被風吹打發出的聲響,竟然也可附會出如此感人的愛情故事。不管真假,對當地的居民,嘆息湖早已是一個哀傷優美的傳說伴隨著的地方,而這個傳說代代都有不同的版本。

想起那位才藝非凡的畫家郭欣泉同學,竟記起那段早歲山居時,一齊到嘆息湖的美好回憶。這位能左右手同時作畫的天才藝術家在越戰後,輾轉傳聞他於越戰期中犧牲了,每念及此,我耳際宛若自遙遠的嘆息湖傳來聲聲的嘆氣,欣泉兄的音容清晰如昨,彷彿是他的幽魂在嘆息.....

(二零二零二月十六日修訂於墨爾本)

Phalen Park Auto Repair

陳寬車行 — 老字號,信譽高

擁有修車專業證書,美國ASE技術認證。經驗豐富,收費合理。

汽車保養,診斷維修。免費估價,誠信可靠。

地址: 1383 Arcade Street
St. Paul, MN 55106
電話: (651) 771-1590
联系人: 陳寬 / Michael

中文 美術 科學 音樂 功夫

2020 育才“国学華風”夏令營

夏令營期

第1期 6月15日—6月19日
第2期 6月22日—6月26日
第3期 7月06日—7月10日
第4期 7月13日—7月17日
第5期 7月20日—7月24日
第6期 7月27日—7月31日
第7期 8月03日—8月07日
第8期 8月10日—8月14日
第9期 8月17日—8月21日
第10期 8月24日—8月28日

*如果某一期报名人数不足,育才才会考虑予以取消并退还付款。

课程表

8:30 - 9:00am 早上好!
9:00 - 10:50 am 中文(儿歌/故事/诗词)
11:00 - 12:00pm 手工/游戏
12:00 - 1:30pm 午餐/休息/户外活动
1:20 - 2:20pm 科学故事及实验
2:30 - 4:30pm 才艺(琴,棋,书,画,舞蹈,武术,体育)
4:30 - 5:00pm 回家吧!

报名方式

报名时间: 即日起至6月13日; *早鸟优惠期3月31截止。
报名年龄: 5-12岁
报名方式: 1. 育才网站: <https://tinyurl.com/u9m5ahh>
2. 扫右侧微信扫码报名:

义工报名

育才为9-12年级学生提供义工机会,并颁发证书。
义工网站报名: <https://tinyurl.com/rzq8pu8>
扫右侧微信二维码报名:

学费详情

学费: 每期\$300
学费优惠期: 3月31日之前全额付款: 270/期(不含午餐)。
午餐费: 如有需要,育才将提供午餐: 每周\$35
付费方式:
1. Mail check to: Yucai Chinese school, PO Box 46155, Plymouth, MN 55446
2. 网上支付: Email to: yucaimn.fee@gmail.com for instructions
邮箱: yucaimn@yahoo.com
网站: www.yucaimn.org
地点: Wayzata Central School
*退款: 5月1日之前取消,退还学费,但收取100元手续费; 5月1日之后取消,不予退款。

RETECH PAYMENT SYSTEMS

RETECH PAYMENT SYSTEMS 是 FIRSDATA(FirstData) 直接代理商。为全美各州的零售和餐馆提供信用卡、礼券卡和支票确认的服务。

诚信.完善.公开的收费 是我们的信条

提供优惠的利率和周全的服务 是我们的宗旨

RETECH PAYMENT SYSTEMS 据有多年的营销经验,客户已包括全美各州共数百家餐馆、零售商和批发商。我们提供福州话,国语,广东话和英语的全方位专业服务。

电话: 1 (888)-858-4218 EXT 2 (中文) 传真: 1 (888)-439-0409
地址: 1900 County RD D E Suite 115, Maplewood MN 55109

人为什么会抢购卫生纸?

在新冠肺炎疫情的影响之下,纽约居民抢购卫生纸的景象让人吃惊。超市里不仅仅那些放大米、瓶装水、洗手液的货架都已经空了,平时堆积如山的卫生纸也已经所剩无几。很多顾客的购物车里都有大包的卫生纸,有的还有好几包,堆得连后面推车的人都看不见。

囤积食品、水、消毒用品,这完全能理解,但是卫生纸既不能吃,也不能防病毒,怎么也有那么多人抢呢?

在新冠肺炎疫情暴发后,不只是纽约,美国其他地区也出现了抢购卫生纸的新闻。三月五日,加州的圣伯那地诺市(San Bernardino)有很多顾客因疯狂争抢卫生纸而产生争执,最后警察到来才平息了局面。三月二十一日,芝加哥附近的小城皮奥里亚(Peoria),警察接到911电话:数人在超市因为争抢卫生纸而打架。与此同时,美国各大城市的很多超市里的卫生纸都被抢购一空。

还不只是美国,很多国家和地区都出现了这种抢购卫生纸的现象。一段三月七日的视频显示,澳大利亚悉尼的家庭主妇为了争夺最后一包卫生纸而大打出手。在日本东京,人们抢购太疯狂,很多商店不得不限购,每人最多买一包卫生纸。

其实抢购和囤积卫生纸并不是今年的特例,而在历史上反复上演过多次。比如,在1973年,美国股市经历了崩盘,经济陷入严重萧条。当时,原油价格飞涨了4倍,华尔街股票下跌45%,举国一片恐慌。几百万美国人涌向了商店,卫生纸售罄,这种状况持续了四个多月。

时间再近一点,到了2013年。当时,委内瑞拉深入经济危机和通货膨胀,因为物资短缺而人心惶惶。当时委内瑞拉的民众也开始抢购卫生纸。最后,政府不得不将所有的卫生纸制造公司收归国有,以此提振民众的信心,表示有国家支持,卫生纸不会短缺。

为什么面对危机,囤积卫生纸会成为

人们的首选呢?按照心理学的理论,这叫做自我决定论(Self-Determination Theory)。自我决定论由两名美国心理学家爱德华·德西(Edward Deci)和理查德·瑞安(Richard Ryan)提出。这个理论分析了人类行为后面的内在心理动机。

这一套理论最核心的观点,是它提出人类有三个与生俱来的需求。这三个需求分别是:

- 第一,自主,也就是需要对环境和自我有一定的掌控能力;
- 第二,胜任,也就是通过操纵环境达到预期目的成就感;
- 第三,关联,就是我们需要和周围的人产生联系,在集体中找到归属感。

抢购卫生纸恰恰是以非常低的门槛满足了这三种基本需求。

首先说自主的需求,或者说,掌控感。你想,如果气象局报道飓风或者暴风雪即将来临,可能持续一周,你会不会感到某种程度上失控,有一种惊恐、慌张的感觉?虽然你知道,按照已有经验来说,飓风和暴雪肯定会结束,但还是会很自然地去囤积一些水和食品,用来抵御未来的不确定性。

而这次新冠病毒就相当于一场飓风或者暴风雪,但是它带来的不确定性甚至比暴风雪更大,因为它是一种未知的病毒,目前仍然没有任何疫苗,人类对它的高度传染性、死亡率和持续的时间都所知甚少。在这样的情况下,我们很容易感觉生活失控了。

其实人类并不完全具备理性地处理失控的能力。我们经常会做各种合理或者不合理的事情,来创造一种自己仍然能控制局势的感觉。许多国家出现抢购,其实就是人们在试图通过抢购来获得一种掌控感。

那为什么偏偏要抢购卫生纸呢?因为,卫生纸很便宜。它不像蔬菜、水果非常容易过期,卫生纸能存放很长时间,而且肯定能用完。当人们想疯狂采购,重新找回掌控感的时候,卫生纸就成了一个风险很小、门槛很低的选项。

事实上,卫生纸不仅是风险小,它还具有其他物资并不具备的文明属性。现代卫生纸是美国人约瑟夫·盖迪(Joseph Gayetty)在1857年发明的,但是一直等到美国和欧洲绝大部分城市拥有公共和私家厕所后才开始广泛应用。因为这个原因,所以卫生纸一直被认为是生活中干净、舒适和文明的象征。

在很多人的潜意识里,卫生纸其实就是正常生活的代名词,买卫生纸,在某种程度上就是在给家人提供文明、舒适的物质基础。

在疫情恶化时,主妇们或者家庭内负责采购的成员,往往会感受到强烈的照顾家人的意愿和责任心。而买卫生纸就意味着,他们只用最小的投资和努力,就能够获得照顾了家人和自己的成就感——这不就满足了我们前面说的第二类基本需求吗?胜任。

除此之外,前面我还说道,人还有第三类基本需求,关联。在1973年美国股市崩盘期间,以及今年出现的抢购事件里,都埋着这么一个细节:刚开始,往往是某个国家出现这种抢购行为,然后逐渐产生区域性或者全球性的连锁反应。比如今年是日本最先出现了抢购。接下来是澳大利亚,随后是美国。换言之,这种抢购似乎有一定的传染性,人们在互相模仿。

其实,这种模仿是写在我们基因里的生存直觉。我们的祖先生活在远古丛林中,当其中一名成员发现某种危险而开始逃跑时,其余人也会开始奔跑,不管他们是不是看见了真正的危险。集体行动提高了我们的生存率,在演化过程中就逐渐成为一种直觉,让我们不自觉地会模仿其他人的行为。

同样的,在超市里,你看着周围有人在抢购某种物品,一定会想:也许他们知道什么我不知道的事情?如果不照着做,会不会陷入糟糕的、危险的境地?这么想着呢,于是就随众买了一大包。

前面说,关联需求,指的是我们需要和周围的人产生联系,在集体中找到归属感。而买卫生纸,就是此时此刻我们能做的,跟集体保持一致的行为,这样的行为就满足了我们心里的关联需求。

所以,抢购卫生纸表面上看对于防控病毒没啥用,但放在人类需求的基本框架下去看,它反而是合情合理的。这种行为,用极低的成本和非常小的努力,满足了人的三大基本心理需求:自主掌控感、胜任满足感、群体归属感。

不过,抢购虽然满足了人们的心理需求,却会给供应链带来巨大的压力,同时给社会造成混乱,不值得鼓励。但是,在巨大的不确定性面前,我们每个人又都不喜欢失控的感觉。这时候,我们还能做些什么,来获得掌控感呢?恐怖小说家霍华德·洛夫克拉夫特说过这样一句话:人类最古老而强烈的情绪,便是恐惧,而最古老最强烈的恐惧,便是对未知的恐惧。因此,知识和理性则是对未知恐惧的最好的对抗。

Nexus Holidays 聯誼假期

Chicago 芝加哥地址:
2155B South China Place, Chicago, IL 60616
Toll free: 1-888-68-NEXUS(63987)
1-312-328-0688
FAX:312-328-091;E-mail:chicago@nexusholidays.com
多伦多 温哥华 芝加哥 纽约 休斯顿 旧金山
华盛顿 悉尼 伦敦 北京 上海 无锡

新春亚洲二合一优惠
\$1199 起含税
韩国风情,台湾环岛,玩足两星期
送免费停留香港可自由探索
送升级加航香港飞多伦多
送韩国-台湾,台湾-香港机票

沙漠驼铃中原文化 丝绸之路14天
\$2499 起含税机票
仅此一团 9月4日
乌鲁木齐,吐鲁番,敦煌,兰州,太原,大同,平遥古城

西欧六国9天游 东欧六国10天游
德国法国瑞士荷兰 德国捷克斯洛伐克
比利时意大利 匈牙利奥地利

欧洲特价团\$999 起含税国际机票
出发日期3-11月,具体请电

西班牙葡萄牙10天游 意大利深度9天游

俄罗斯13天伏尔加河风情邮轮
仅此一团 9月4日 (华语领队)

\$2799 起含税机票

乘游船是游览俄罗斯的最佳方式
十二天俄罗斯游轮豪华河景舒适享受
尽览莫斯科和圣彼得堡 体验丰富俄罗斯文化
品尝正宗俄罗斯美食,深入了解风土人情

阳光古巴8天精选游
\$1299 起含税机票,出发日期:具体请电

全程华语领队,悉心照顾,海明威老人与海酒吧
探访西班牙特色古城堡,夏湾拿,
飞去龙湾现捕现吃大龙虾。

美国境内游
美东美西迈阿密

田纳西州4日\$108起,
华盛顿,DC,白宫,费城2日\$76,
尼亚加拉大瀑布,神秘洞两日\$112,
拉斯维加斯,洛杉矶三藩市多日\$99,
迈阿密奥兰多,欢乐游多日\$260,
买二送一等多重优惠,欢迎致电。

“泰”美丽只山清水秀双城游
七彩云南-童话张家界-美丽清迈

\$999 起含税机票
出发日期3-5,9-12月

放慢脚步,旅行欣赏大自然奇迹。
欣赏落入凡间精灵白药。骑大象。
乘清迈嘟嘟车游览清迈古城
观看云南万亩花海

中国游大促销
买一送一:买江南游送:
1)张家界+云南;2)九寨沟+云南
3)张家界+珠江美食
出发日期4-5,9-12月 \$199起含税机票

今夏小三通美景
四选一 \$499起含税机票
张家界/云南/九寨沟/江南
特别赠送:台北至金门机票,
金门至厦门船票。
出发日期2-6,8-11月

北京任选自由组双拼团
任意团组合搭配
\$499起含税机票
免费停留中国探亲,
可后续童话张家界等。
出发日期,3-5,9-11月。

Disclaimer: Neither Minnesota Yucai Chinese School nor its subsidiaries (including its directors, officers, employees, agents and advisers) makes no express or implied warranties or representations with respect to its products or services including but not limited to warranties of merchantability, non-infringement, accuracy, reliability or quality of any product, contents, advertisements contained on, distributed through, or accessed from Minnesota Times in print or any products or services obtained or used by any consumer as a result of advertisement or information.

第十三次世界華文閃小說同題大展 (5)

本期題目: 大師 點評: 程思良 編輯: 林兆榮(負責中國大陸及香港) 林爽(負責中國大陸以外)

專欄作家介紹: 林爽 (Song Lam, QSM), 筆名阿爽, 原籍廣東澄海市; 1990年自香港移居紐西蘭後, 潛心研究毛利文化; 關心教育、熱衷環保。現居奧克蘭市(Auckland)。



林女士二十多年來筆耕不斷, 先後出版了《展翅奧克蘭》等中英著作十部。現任[世界華文微型小說研究會]理事、紐西蘭中文先驅報專欄作家; 也為海內、外多家報刊撰稿。曾獲: 首屆國際潮人文學獎、紐西蘭[英女皇服務勳章-QSM]、[增進中紐文化交流]獎牌、中國國務院頒授[海外優秀華文教育工作者]稱號等。明州時報有幸請到林女士擔任本報專欄作家, 定期為讀者帶來多樣化的文藝精神食糧。歡迎時報讀者回饋任何寶貴意見。聯絡方式: linshuang4@gmail.com

席輝(香港)

秀山鎮位於秀山東南方, 人口不多, 民風淳樸。秀山地理位置獨特, 山頂常年積雪, 山腳卻四季如春; 而位於半山的秀山湖, 為山頂積雪消融而成, 水質清澈, 在陽光照射下, 湖水呈碧綠、碧藍、碧黃幾種顏色, 異常美麗。湖中所產之魚, 肉質鮮甜。

秀山頂有一座廟, 廟裡住著一位大師。據老一輩回憶, 秀山鎮舊時常有天災, 但自他在山頂住下, 小鎮再無事發生。

隨著各地旅業蓬勃發展, 秀山鎮也不甘落後——一座座客棧建了起來, 一條條步行街也陸續開通。

「擴建寺廟, 興建禪院。」鎮領導盤算著。「不可。」只有大師一人提出反對。結果, 工程如期進行。

不知是受擴建工程影響, 還是每日客流太多, 山頂的雪開始融化, 但無人關注這件事。

眼見著秀山水位上升, 有人乾脆抽了湖水去賣, 以雪山水純淨無污染為噱頭, 竟也賣得不錯。

以前, 只在白天才會響起的木魚聲, 開始徹夜不停。

正當人們打算制止大師夜晚敲擊木魚時, 木魚聲卻嘎然而止, 接著連續幾日再無半點聲響。

有好事者上山查看, 才知道大師已不知所終。某日, 有捕魚者發現有人騎於魚背之上; 又一日, 抽水工發現一人漂於湖面……

眾人一致認定, 那人就是失蹤的大師。「大師溺死湖中。」這個傳聞, 傳遍了秀山鎮。

自此, 人們不再喝湖水, 不再食用湖中之魚。而這個傳聞更影響了旅遊業, 擴建工程也紛紛停滯。投資方唯恐血本無歸, 及早撤資, 另尋它處。

有人說這是大師在報復, 要拖垮小鎮的發展; 也有人說這是大師在保護著小鎮和鎮民。

【程思良點評】秀山過度的開發對環境造成極大的破壞。大師晝夜不停地敲木魚, 其內心的焦灼可想而知。大師的失蹤(或如傳聞所言溺死湖中), 是對環境遭到破壞的無言的抗爭(或死諫)。其實, 類似秀山的遭遇並不鮮見, 世人當警醒。



丹穎(香港)

天體研究公司的一部精密儀器不動了, 今天要請來一位大師級人物檢查修理。

大家都在盼著大師的到來。

甲: 一定是個西裝革履, 風度翩翩的學者……

乙: 提著真皮公文包吧, 那領帶肯定是登喜路的。

丙: 大師肯定要開一輛寶馬吧?

這時, 大門口來了一位滿頭銀發, 穿著便服, 提一個舊布袋, 腳穿舊布鞋的老人, 他的臉上有些汗珠, 似乎在喘氣。甲聽說大廈新近換了一個看門人老張, 於是便問「大爺, 是給我們公司送資料來的嗎?」

「是的, 給貴司帶些資料來。」

「您是新來的傳達室老張吧? 謝謝您!」
可是老人並沒有放下資料, 也沒走, 還站在公司裡, 還走到那部儀器前仔細看了起來……接著用手輕輕打開儀器的頂蓋……

三人看見異口同聲地驚叫起來:「別動!」同時三隻手伸出來攔在老人面前。

「這是公司的鎮店寶貝, 貴得很, 不能動的!」甲緊張地說

「它現在壞了, 沒有人懂得怎麼修好? 這不能看的……」丙對著老人擺了擺手, 有點嫌棄地瞞了他一眼。

「老張, 我們在等一位大師來修理, 您把資料給我們就可以了, 改天有空您再來玩……」乙的手指向門口做了一個請走的姿勢……

老人還是沒有走, 仍自顧自地仔細凝視著這部天價儀器, 老人知道這部研究天體的儀器設計師剛剛去世, 沒有人知道儀器的原理……老人是這方面專家, 他懂, 老人對著三人開始滔滔不絕地講授……並開始動手修理……

甲、乙、丙看著、聽著……眼睛瞪得老大, 嘴巴張得老大……

「啊, 大師是這樣的啊?」

「他就是大師啊?」

「他真是大師啊!」

看見儀器又動了, 他們這才返過神來。

【程思良點評】俗話說, 人不可貌相。僅憑衣冠取人, 往往失之矣! 文中的大師就是一位衣著普通的平凡老人。讀此文, 不由讓人聯想到「布鞋院士」李小文。一襲青衣、蓄著鬍子, 光腳穿布鞋是其標配, 可謂「特別土」, 然而, 他卻身懷絕技, 「武功蓋世」。



程思良(江蘇省)

曹老爺腰上生了被稱為「纏腰火丹」的蛇盤瘡, 坐臥不寧, 疼痛難忍。曹老爺吃了多個有名郎中的藥, 不見好轉; 又用了不少民間偏方, 亦無成效。

正當曹老爺絕望之際, 一位長髯飄飄的遊方郎中來到柳府, 自稱擅治蛇盤瘡, 不過, 他有一個請求, 若應允, 定會治好曹老爺的病, 且分文不取。

「只要能治好這個惡疾, 甭說一個, 十個亦可。」曹老爺說。

「此話當真?」

「當真!」

「今年大旱, 我在貴地行醫, 見不少地方顆粒無收。可否為貴府的租戶減租一年?」

「沒問題。」曹老爺欣然道。

遊方郎中微微領首, 讓曹老爺脫下長袍, 見其腰上纏着一條兩寸寬的醜陋「紅蛇」, 不由皺起了眉頭, 從藥箱中取出一根用燈蕊草搓的捻子, 將其點燃, 繞那「紅蛇」炙烤。約摸一盞茶的功夫, 摠滅捻子, 含一口清水, 噴遍「紅蛇」後, 悠悠地說, 「明日此時, 再來診治。」

次日, 遊方郎中復來曹府, 如法為曹老爺診治。

三日後, 曹老爺的蛇盤瘡神奇痊癒。他高興地對遊方郎中說, 「兄臺真乃神醫, 不僅醫術高妙, 更是宅心仁厚。」

「神醫不敢當, 要論高人, 我的師傅才是。當年, 他應詔入宮, 為皇上最寵愛的貴妃治蛇盤瘡, 因不能接觸貴妃之身, 乃畫蛇於壁, 以火燭之, 五日痊癒。」遊方郎中摸了摸長髯, 接著說, 「皇上龍顏大悅, 要厚賞, 問希望得到什麼。師傅未要任何封賞, 而是替江南受水災的百姓

向皇上陳情, 減免災民的租賦。」

「後來呢?」曹老爺好奇地問道。

遊方郎中笑而不答, 從懷中緩緩地掏出一塊刻著「御賜神醫」的金牌, 幽幽地說, 「這是師傅臨終前送我的。」

【林爽點評】構思精巧, 故事中有故事, 奇人軼事, 引人入勝。文中的遊方郎中不僅身懷奇術, 而且宅心仁厚, 可謂德藝雙馨的名醫。殊不知, 其師之技, 更為神奇; 其師之德, 更加崇高。名師出高徒, 此言不虛矣!



一灣淺藍(四川省)

大師成為大師後, 變得和普通人不一樣了, 身體裏因為裝了太多的成功, 看起來比普通人膨脹了不少。

大師常常在鏡子裏獨自欣賞, 或者在人前盡情展示, 非常滿意自己發生了這樣的變化——自己經過不懈努力獲得成功, 不就是想變得跟普通人不一樣嗎?

但是普通的人們却想變得跟大師一樣, 幾乎所有的人都想。

於是人們紛紛對大師頂禮膜拜, 極力吹捧頌揚, 表示要追隨大師, 成為像他那樣的成功者。

大師得到了人們的吹捧頌揚後, 悄然發現, 身體又膨脹了不少, 比以前看起來更高大一些。

原來人們的吹捧頌揚都被自己的身體吸收了, 在身體裏變成了養分。

如果自己一直被人們這樣吹捧頌揚, 豈不是可以讓身體一直膨脹下去? 到時自己就可以變成無限大, 像最偉大的山峰一樣高不可攀。而這, 正是大師的理想。

大師說: 「跟着我吧, 我帶領你們成功, 到時你們就跟我一樣了!」

於是人們又紛紛走在大師的身後, 踩著大師的腳印, 跟著大師走向成功之路。

大師又發現, 跟在他身後的人群中, 每當有人成功時, 他的身體竟然也跟著膨脹, 成功的人越多, 身體膨脹得越大。原來別人的成功也成了他身體裏的養分。

因為跟了大師的緣故, 成功果然變得簡單了。時不時就有人取得了成功, 大師的身體也無止境地膨脹著。

終於有一天, 大師控制不住自己向天上飄去。原來大師的身體膨脹時, 相對重量却在減少, 當膨脹到無限大時, 身體却變得無限輕了。

當人們發現大師在向天上飄浮時, 大師已消失在天邊了, 只剩下一個模糊的小黑點。

【程思良點評】視角獨特, 想象新奇, 半真半幻, 富有傳奇色彩。荒誕其表, 真實其裏, 意蘊豐贍, 耐人尋味。



抗新冠病毒·科技簡訊

5分钟新冠快速检测 获FDA紧急授权

3月27日,美国雅培公司(Abbott Laboratories)宣布最新高精度新型冠状病毒测试技术已获得美国食品和药物管理局(FDA)的紧急授权,可供全美经授权的实验室和医疗设备使用。该检测能在5分钟内快速检测出新型冠状病毒阳性结果、13分钟检测出阴性结果。

成立于1888年的雅培公司,创办人为美国医师华勒斯·雅培(Wallace C. Abbott),该公司是美国著名的以制药、医疗器材与营养产品为主要事业的老字号公司。

报道称,新技术将通过定位新型冠状病毒的基因碎片(fragments of the coronavirus genome)来实现快速精准测试的。该检测系统小巧便携,可脱离专业实验室独立工作,非常适合小诊所、急诊室和卫生服务站使用。

雅培公司副总裁 John Frels 称,新技术自4月1日起将在全美投入使用,该公司计划扩大生产规模,预计一天可以生产5万台测试设备。

FDA通过申请 允许使用新冠治愈患者血浆治疗

3月24日,美国食品和药物监督管理局(FDA)批准了新冠病毒的治疗方案:使用康复者的血浆进行治疗。

新冠肺炎康复患者的血浆中富含抗体,他们的免疫系统已经发展到一定程度,能够对抗新冠感染。2月,中国就已经开始使用这种有着百年历史的方法来治疗危重病人。纽约州州长安德鲁·库默23日表示,将在本州对2.5万多名确诊患者中病情最严重的患者进行血浆治疗的测试。

FDA在一份声明中说,鉴于新冠疫情不断扩大所带来的公共卫生危机,在进行药物临床试验的同时,FDA正在想办法获得康复患者的血浆,用于治疗危重患者。不过他们承认,血浆疗法并不适用于所有疾病。FDA称:“这种疗法曾被用来对抗流感和麻疹的爆发,后又用来对抗非典和埃博拉病毒,所以对新冠肺炎也可能有效。”

目前,美国的许多医院正在等待FDA的许可,得到许可后便可以开始对这种治疗方法进行大规模研究,据悉这种治疗方法既可能用于治疗病人,也可以作为针对高危感染者的临时疫苗式保护措施,但无法保证这种方法一定有效。

约翰·霍普金斯大学公共卫生学院的阿图罗·卡萨德沃尔博士告诉记者:“我们不知道会不会有效,但已经有一些有效的例子。”卡萨德沃尔在提交研究申请时就利用了有效病例作为佐证。

瑞德西韦获得治疗新冠孤儿药认证

3月23日,美国食品和药品管理局(FDA)发布消息:批准认证美国Gilead科学公司的Remdesivir(瑞德西韦)孤儿药认证(Orphan Drug Designations);适应症为新型冠状病毒病。不过,孤儿药认证并不是批准该适应症用药。

孤儿药(Orphan Drug),指一些专门用于治愈(cure)或治疗/控制(treat)罕见病的药物。世界卫生组织(WHO)将罕见病定义为患病人数占总人口0.65%~1%的疾病;在美国,罕见病是指受影响病人在20万人(限于美国)之下的疾病。

在追求利润和投资回报的情况下,医药企业不倾向于针对适用症或者适用病患过少的罕见疾病进行研究。为了鼓励对被忽视的罕见病治疗用药研发,1983年开始美国FDA给针对孤儿症的研究项目提供绿色通道,加速审批的过程。

孤儿药研发激励政策:

1. 7年研发市场独占,且该保护不受专利的影响;在此期间,该药物仅由原研发企业独家生产销售,FDA不再批准其他具有相同适应证的药物上市,仿制药品的申请也将被禁止;除非该药被撤回或供应不足、或取得该药持有者的许可、或新申报的药物更具临床优越性。

2. 税费优惠政策:孤儿药在临床开发期间,药物临床试验费用的50%可作为税收抵减税额,并且可向前延伸3年,向后延伸15年;而且剩余的50%税额仍可减免,税费减免总额度最高可达临床研究总费用的70%。

3. 专项研发基金资助:FDA每年会对孤儿药研发提供专项资金支持,主要用于资助孤儿药的临床试验。

4. 快速审评政策:美国为孤儿药新药申请提供快速审批通道,孤儿药在临床试验申报中可享受各种加快审

评的政策;此外,FDA对成功开发儿童孤儿药产品的企业还会给予特殊奖励,为其授予优先审评券,使用该券可使该企业开发的其他药物同样获得优先审评资格

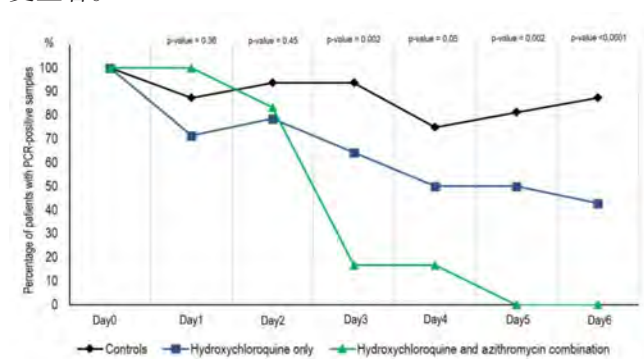
5. 新药申请费用可予以免除:FDA规定,孤儿药的新药申请费用可予以免除。

6. 协助药物的研究和实验设计。

羟氯喹+阿奇霉素治疗新冠的临床试验 在法国取得突破性进展!

3月21日,法国科学家Didier Raoult的团队在科学杂志 International Journal of Antimicrobial Agents 发表的一篇临床研究论文中显示:硫酸羟氯喹对于治疗新型冠状病毒患者有着显著疗效。论文的标题为:Hydroxychloroquine and azithromycin as a treatment of COVID - 19: results of an open - label non - randomized clinical trial.

在36人新型冠状病毒患者(6例无症状,22例有上呼吸道感染症状,8例有下呼吸道感染症状)参与的临床实验中,第6天患者鼻咽拭子病毒转阴率:接受羟氯喹和阿奇霉素联合治疗的为100%;而仅接受羟氯喹单药治疗的患者为57.1%;对照组为12.5%($p < 0.001$),并且与无症状的患者相比,具有症状的患者的药物疗效更显著。



该试验入组了20人接受羟氯喹治疗,每人每日接受600mg 羟氯喹治疗,另外16人为对照来自另一个临床现场。观察指标是研究每日采集鼻咽拭子,进行病毒载量检测。研究终点是接受治疗第6天,是否依然具有病毒载量。

研究人员发现,羟氯喹联合阿奇霉素治疗效果最佳,这是在对比仅用羟氯喹治疗、用羟氯喹和阿奇霉素联合治疗、以及对照组的PCR核酸阳性率后发现的。

磷酸氯喹和硫酸羟氯喹之前被中国科学家发现拥有体外抑制新冠病毒活性。试验推断,羟氯喹的活性应该比瑞德西韦高一些。

磷酸氯喹和硫酸羟氯喹一直被中国医生用来治疗新型冠状病毒患者,并被收纳在第7版新型冠状病毒治疗方案中。这次临床实验与之前最大的改进是发现与大环内脂抗菌素阿奇霉素联合用药时对消除病毒的效率明显更高,甚至在入组后第3天就开始转阴,第6天完全转阴,比之前文献中报道的转阴时间大大缩短(新型冠状病毒中国患者的平均病毒转阴时间为20天,最长持续时间甚至为37天)。硫酸羟氯喹的剂量是口服200mg每天3次,连续10天;阿奇霉素的剂量是第一天口服500mg,之后第2到第4天每天250mg。

阿奇霉素的作用机制通过干扰细菌的蛋白质合成来防止细菌的生长,它与细菌核糖体的50S亚基结合,从而抑制mRNA的翻译。阿奇霉素增强新型冠状病毒疗效的作用机制还不是很清楚,但是阿奇霉素之前被证明在体外可以抑制寨卡病毒和埃博拉病毒,并且在给病毒感染患者服用后可预防严重的呼吸道感染。

羟氯喹是二代半抗疟疾药物。1944年科学家在氯喹的基础上研究出一种新型抗疟疾药——羟氯喹,羟氯喹是氯喹的一种衍生物,治疗作用与氯喹相近,但毒副作用显著减少。它跟氯喹的区别在于用羟乙基替代了氯喹中的一个乙基,正是因为这一不同,使羟氯喹在人体胃肠道吸收更快,体内分布更广。在动物学模型上氯喹的毒性是羟氯喹的两倍,临床上研究也发现基本氯喹要比羟氯喹毒性更大,氯喹更容易造成视网膜视力副作用。硫酸羟氯喹作为FDA妊娠C类用药,孕妇可用,视网膜副作用一般只会发生于累计用药超过1000g的慢性病患者。

这种组合的另一个优点是既可以作为针对新型冠状病毒的抗病毒疗法,又可以防止细菌的交叉感染。考虑到新冠病毒早期主要在鼻腔里和上呼吸道繁殖,建议

在口服的基础上,硫酸羟氯喹可以做出口鼻喷雾剂同时使用,除了增加鼻腔和上呼吸道的局部浓度外,这样还可以防止视网膜药物浓度过高。

据了解,2020年羟氯喹在美国一个月的治疗批发价约为25美元。阿奇霉素专利保护也到期,一个疗程的批发价约为4美元。所以这个治疗可以说是大部分人都能承担的。

当然,该研究也有一些不足:主要问题是病例数少,没有对轻重症病人分组/分层,不是随机研究,且对照来自其他现场。另外,600mg 羟氯喹可能有病人耐受及不良反应等问题。所以,需要质控良好的扩大临床试验进一步确认这一结果。

FDA宣布氯喹和瑞德西韦两种药物 在治疗新冠方面给予“同情使用”

据FDA局长 Stephen Hahn 和美国总统 Donald Trump 称,FDA为应对新型冠状病毒肺炎疫情,指定氯喹(chloroquine)和瑞德西韦(remdesivir)两种药物用于“扩大使用”,也称为“同情使用”。

在3月19日的白宫新闻发布会上,FDA局长严谨地表示,FDA在提供灵活性的监管和指导的同时,继续确保产品的安全性。瑞德西韦仍处于临床试验阶段,FDA仍需要了解其安全性和有效性。

氯喹和瑞德西韦虽未经FDA批准用于新型冠状病毒适应症,但扩大使用范围可以使病情严重或危及生命的患者将其作为研究性药品。

FDA目前批准氯喹或羟氯喹用于治疗疟疾、红斑狼疮和类风湿性关节炎,该药物是一种血红素聚合酶抑制剂。目前正在进行检测其用于新型冠状病毒是否可能提高病毒清除率(virologic clearance),确定其是否可用于治疗轻度至中度的患者,以可能地减少症状持续时间和缩短有助于防止疾病传播的病毒排毒期(viral shedding)。

根据瑞德西韦制造商吉利德科学公司(Gilead Sciences)的说法,瑞德西韦是具有广谱抗病毒活性的研究性核苷酸类似物,未经FDA或任何其他国家批准用于任何用途。然而,瑞德西韦在动物模型中已显示出抗MERS和SARS的活性,表明其可能具有抗新型冠状病毒病毒的潜在活性。截至3月19日,FDA已批准约250名患者使用该产品。从扩大使用项目中收集的数据可能有助于FDA对这种药物的了解,但是需要进行对照临床试验,以确定该药物对于治疗新型冠状病毒感染是否安全有效。

美国新冠疫苗已进入人体实验阶段

美国政府卫生官员于3月16日宣布,西雅图的一名健康的志愿者,是美国第一位接受实验性冠状病毒疫苗的人,在接下来的六周内,研究人员将计划招募45名参与者参加该试验,测试疫苗的安全性以及在志愿者体内诱导免疫反应的能力。该试验将在西雅图的 Kaiser Permanente 华盛顿健康研究所(KPWHRI)进行。

新冠疫苗在被广泛使用之前,必须经过三个反复的临床试验阶段。目前启动的这项试验称为“第一阶段临床试验”,其主要目的是证实有关疫苗如何与健康的人体相互作用。NIAID主任 Anthony Fauci 博士于3月12日对众议院监督和改革委员会表示,假设初始测试顺利进行,则可能需要12到18个月的时间才能将任何疫苗投入公众使用。

新疫苗是由NIAID科学家与生物技术公司 Moderna Inc. 之间合作合作。美国国家过敏和传染病研究所(NIAID)允许将新疫苗快速进入临床试验,而无需在动物模型中进行全面测试(通常都需先进行动物试验才能进行人体试验)。

据悉,该试验中的45名志愿者将接受不同剂量的新疫苗,称为 mRNA-1273,并将在14个月的时间内接受监测。志愿者将在上臂接受两次疫苗注射,两剂之间的间隔为28天。

如果疫苗按理想的方式运作,则免疫系统应该产生能够抓住新型冠状病毒 SARS-CoV-2 表面发现的特征蛋白的抗体。新冠疫苗不会像一般疫苗那样,将死亡的或减弱的病毒引入体内来促使这种反应,而是指示细胞使用一种称为 RNA(mRNA) 的分子,自行构建病毒蛋白。一旦被身体利用,mRNA 应该分解并被消除,仅留下保护性抗体。

(新闻来自各大新闻媒体,并不代表本报立场)



Legacy Adult Daycare Center

常青老人中心

明州華裔托老機構第一家



自设专业厨房 专职执照护士 贴身药房取药
自带公证办理 专员专办福利 豪华迅捷车队

聊天交友 扑克麻将 郊游垂钓 跳舞合唱 针灸按摩 中医健康
超市购物 台球乒乓 野餐烧烤 下棋上网 咨询讲座 文化分享
种菜采摘 散步徜徉 国画书法 英语课堂 早接晚送 迅捷舒畅
BINGO CASINO 卡拉OK YMCA LIBRARY WECHAT



中心负责人: 吴玮 (Sally Wu)
电话: 952-465-1704
邮箱: swu@hhcare.net
地址: 800 Boone Ave, N.
Golden Valley, MN 55427

Surgeon Volunteers



YOU CAN MAKE A DIFFERENCE!

One person can ~~only~~ do so much!

PLEASE DONATE TODAY!
SurgeonVolunteers.org

Surgeon Volunteers 需要您的支持!
您的无私捐献, 会让我们把爱心带到中美洲的海地,
带到世界上许多期盼基本医疗救助的角落。

请将您的捐助支票寄到: Surgeon Volunteers
P.O. Box 46302, Plymouth, MN 55446, USA
或者直接上网捐助

美國之聽



www.HearingOfAmerica.com, Service@HearingOfAmerica.Com
(651) 528-7868 (English), (651) 324-4589 (中文)



Jerry Zhou, Ph.D.
周志益博士

資深聽力學專家

- 最先進的助聽技術
- 最貼心的專家服務
- 最廉美的私人定制
- 最真摯的華人福音
- 二十年助聽器經驗

接受
多種
支付
方式

接受
醫療
保險

- 免費助聽器演示
- 晚上周末也可預約
- 貼心細致上門服務



- 免費測試免費諮詢
- 驗配新品維修舊品
- 價格最低性能最佳

- ◆ 您或者您的家人, 發現聽人說話時, 尤其是在吵雜的環境下聽不清?
- ◆ 您或者您的家人, 打電話交流時, 經常聽不清對方?
- ◆ 您或者您的家人, 把電視機或者收音機開得太響?
- ◆ 周志益博士專門幫您排憂解難!
- ◆ 您在國內的家人, 有聽障問題嗎?
- ◆ 購買助聽器作禮品, 價格低至國內價的5折!
- ◆ 所有問題, 一通電話, 通通解決! 651-324-4589



掃描加微信

1075 Hadley Ave N, Suite 107, Oakdale, MN 55128

美国中医学院/中医健康中心

American Academy of Acupuncture and Oriental Medicine/TCM Health Center

國醫與國運齊飛, 針灸與機會并起。

您想成爲大夫嗎?

以針灸爲代表的中醫在美國正進入主流。美國中醫學院爲美國教育部所屬認證機構認證的研究生院, 可以招收碩士、博士研究生, 爲學生發放F-1簽證。美國中醫學院是僅有的和北京中醫藥大學聯合培養博士的三所美國學院之一。復興的中醫針灸爲中國學生提供了前所未有的就業機會和生活願景。歡迎加入到中華醫學全球復興的行列。



中國中醫在這裏

1.疼痛

腰痛、頸痛、肩痛、網球肘、關節炎、腕關節疼痛、肌纖維疼痛、運動創傷等。

2.神經疾病

偏頭痛、頭疼、坐骨神經痛、神經麻痺、癱瘓、中風、周圍神經病患、三叉神經痛、癲癇等。

3.心理疾病

焦慮、抑鬱、失眠、飲食失調、疲勞等。

4.婦科疾病

經不調、痛經、經前期緊張綜合癥、更年期綜合癥、子宮肌瘤、子宮內膜异位癥、乳腺疾病、子宮脫垂、產後諸病等。

5.不孕不育症

婦女不育: 黃體功能缺陷、FSH高、卵子品質差、子宮內膜异位、多囊卵巢綜合癥、閉經、月經不調、免疫性不孕等。
男性不育: 精子計數低、精子活力低、陽痿、免疫性不育等。

6.呼吸系統疾病

感冒、流感癥狀、咳嗽、哮喘、肺炎、肺氣腫、鼻竇炎、過敏等。

7.皮膚疾病

粉刺、濕疹、牛皮癬、帶狀疱疹、皮膚瘙癢等。

8.胃腸疾病

惡心、腹瀉、便秘、腸道易激綜合癥、克隆氏病、結腸炎、消化不良、肝炎等。

9.泌尿系統疾病

膀胱炎、尿道感染、性功能紊亂、前列腺疾病、腎炎等。

10.成癮與戒毒

烟草、咖啡因、糖、興奮劑、酒等。

11.支持性治療

癌癥諸癥狀、手術後恢復治療等。

美国中医学院中医专家门诊 欢迎您就诊

全美最权威的
中医专家群体队伍!
我们训练有素,
我们拥有爱心,
我们解除您的病痛!



台励 中医师
各种疑难杂症



何新蓉 中医师
妇科, 内科



刘伟 中医师
妇科, 不孕症



田丽莉 中医师
妇科, 神经科



李乾 中医师
内科, 疼痛症



杨思明 中医师
内科, 儿科



万方 中医师
内科, 妇科



郭天蔚 中医师
内科 肿瘤科



何笑甜 中医师
妇科, 疼痛科



边月娟 中医师
妇科, 皮肤科



刘灵光 中医师
妇科, 神经科



程伟 中医师
内科、疼痛症



郑瑾安 中医师
点穴、气功



曲珍珠 中医师
妇科、内科

TCM Health Center
St. Louis Park Clinic
3710 Grand Way
St. Louis Park, MN 55416
952-746-7992

AAAOM Faculty Clinic
1925 W County Rd B2
Roseville, MN 55113
(651) 631-0216

TCM Health Center
Uptown-Kenwood
2743 Lyndale Ave S, Suite 2
Minneapolis, MN 55408
612-823-6650

TCM Health Center
Maple Grove Clinic
11670 Fountains Dr. Ste 200
Maple Grove, MN 55369
612-323-1530

TCM Health Center
Southdale-Edina
6550 York Ave. S. Ate 111
Edina, MN 55435
952-926-4011

TCM Health Center
Minneapolis/E Hennepin Ave
2021 E Hennepin Ave, #412
Minneapolis, MN 55413
612-379-3583

TCM Health Center
Woodbury Clinic
6403 Hudson Rd, Ste 150
Woodbury, MN 55125
763-398-9582

TCM Health Center
Grand Ave-St. Paul
613 Grand Avenue
St. Paul, MN 55102
651-726-2459

美國中醫學院電話: 651-631-0204

1925 West County Rd B2 Roseville, MN 55113

學校 website: www.aaaom.edu

診所 website: www.acupuncturemn.com Email address: tcmhealth@aol.com

美國中醫學院所屬中醫專家診所接受: Blue Cross Blue Shield, HealthPartner 健康保險; 各種車禍保險、工傷保險等, 歡迎來電垂詢。電話(651)631-0204; 傳真(651)631-0361;



美国明州新冠抗疫系列

"危机四伏"

新型冠状病毒从去年12月开始在武汉爆发,一个多月就造成武汉封城。除了武汉本地医疗团队,全中国先后42000名医疗成员驰援武汉,全世界的防护物资通过各种途径带着人类的各个种族的关爱,从1月24到2月24日就有价值65.3亿人民币的各种防控物质进入中国,其中口罩16.3亿只,防护服1862万件,16.7%是捐赠物资。

2月2日火神山交付使用,2月8号雷神山医院交付使用,从2月5号开始另外14家方舱医院陆续开仓,3月10号武汉方舱医院全部休仓,历史的尘埃落在武汉,落在武汉人身上,也落在每一个人的眼中心头,其中或惨烈或动人的故事,无论是经验还是教训都牵动每个人的心。既然武汉封城成就断袖之举,大家寄希望用全人类的力量去堵住它。人们希望武汉像17世纪英国中部德比郡(Derby Shire)山谷中的亚姆村(Eyam)能把瘟疫挡在英国中北部的“大门”外一样,把病毒闷死在城中。

然而人们没有想到的是,武汉封城近2个月换来的只是全球新冠病毒大流行不是消灭,而是后延。即便这个后延也应该为世人赢得宝贵的时间。

不幸的是,从美国第一例冠状病毒肺炎于1月20日确诊,到3月21日晚上9点43分,全球已经有307104人确诊,13044人死亡,美国有26138人确诊,355人死亡。美国的感染人数迅速攀升并不可怕,可怕的是全国试剂盒短缺,那么按照保守流行病规律推算,未被确诊的感染的实际数字应该是这个数字的6-7倍。

从武汉封城都有两个月了,那个被美国老百姓信赖的疾控中心在干什么,美国的国土安全部门在干什么,美国的卫生部门在干什么,美国的总统又在干什么?

3月15电视里居然说我们有多少万试剂盒投放市场,沃尔玛, CVS, Walgreens都有不下车的测试,智能地图有联邦检测点,总之,山雨欲来,并不可虑。3月16日我Walgreens做经理的朋友打电话问我新冠检测问题,我先生不知她是Walgreens的经理,旁边说让她去Walgreens测,我笑对朋友说你这Walgreens经理在撒谎还是电视在撒谎?3月17日朋友专门给我留言澄清:是某些城市的几个Walgreens可以测,我这里不可以。那些手机智能检测点,看着地址可疑,电话要么不通,要么是牛头不对马嘴,根本是一乌龙。

3月20日美国医界大咖ERIC TOPOL博士说,在这两个月的时间里,美国到现在还存在测试盒短缺,太丢人了。他说的不光是面子上丢人,丢的还有对美国公信力遭到侵蚀的羞愧。

美国的媒体的使命向来是揭示真相,它不是政府喉舌,而是帮百姓监督政府的看门狗(Barbara Walter)。那么这个公信力被侵蚀,需要修复的就不是小工程。从

这一点上说,这个开局防守已经因为系统问题而失守。美国的警示和初级防控系统,至少在两个环节上出现问题。

也正是因为公信力的受损,美国才会有抢购和囤货的惶恐,股市在两周内熔断三次,股指下跌30%,原油价格下跌,说明至少不是少数的百姓开始失去信心。如此,美国当前的形势已经不容乐观。

上一篇黑云压城,朋友说我有些悲观,其实我不想带情绪,只想说事实,如果让人感到悲观,那恐怕问题真的不是可以一笑了之的。如果你走得轻松,那是因为有人在负重而行。

政客要人依然信誓旦旦,我们怎样怎样,又有多少测试盒投放市场,遗憾的是我这平民,小人物感受的是医院的检测标准越来越严而不是越来越松,开始医院职工咳嗽,发烧或气短三个中有一个就能检测,现在还得加上家里人口密集,同时附强烈要求:不是必须不要测,试剂不够,结果需要2-3天,要求大家等一周。我就职的地方到今天为止,还在说下周会好,我拭目以待。当然各机构情况不一,外州有跟我们一样的,也有情况好些的。

然而问题的关键是病毒的传播指数是2.4,它不会等你一周。有症状的人只是病毒携带者的1/4,因为检测隔离不到位,病毒携带者在社区游走越多,医护和社区可能暴露的可能性越来越大。

那么防护又如何?现在国际医学文献报道新冠跟SARS一样,新英格兰杂志上的文章认为新冠跟萨斯一样在空气中存活几个小时,物理表面活力可以持续几天。换句话说,治疗新冠,防护得按SARS标准来。

这就解释了为什么中国早期会痛失26名一线医护,3月20日前意大利牺牲了14位医生,这两个国家都是3000以上的医护感染。更值得一提的是中国4万2千驰援医疗团队的零感染,是否值得借鉴?他们怎么做到零感染的?张文宏医师总结:防护。两层隔离服,病房严格的进出流程。

我们面对的是一个全新的挑战,完全按美国疾控标准的未免教条。自然科学工作者,尊重事实,不忘下结论,在未知领域,不妨小心行事,宁可防护过度而不要防护不足。即便是口罩不足,如果口罩有防护功能,那么医护在六尺内近距离接触未知病人时,是否退而求其次,让医生自己想办法,检测跟不上,看各级医院领导智慧,而不是告诉医护不用戴口罩,更为合理。

美国现状如何?2月底口罩在电梯

口、楼梯口没人拿,现在得到放办公台下;上周口罩放医师办公区不限制,现在口罩要上锁。有些医院要求员工不接诊有症状的病人,不提倡医护戴口罩。在检测不力的情况下,医护与隐性感染近距离接触概率越来越高,不管是飞沫(droplet)还是近距离接触,没有口罩,无疑把李文亮和他们同伴的故事搬到美国来演一遍。医护口罩防护用品不够,不应该是不戴口罩的理由。

3月19日美国疾控甚至谈及暴露过病毒的医生只要戴口罩就可以接诊;在必要时用头巾可以当作口罩使用,有些医院在问缝纫达人帮忙缝制口罩。Medscape是一个严肃的医学专业电子杂志,3月20日的头条居然在讨论自制口罩比没有强。至少跟先前不要戴口罩比有了进步。

看到疾控终于在描绘事情可能多么糟糕,他们意识到并为将来可能造成的医护不足在准备,现在美国缺的岂止是口罩,还有防护服,还有避免盲目自大的流程。希望政客能反省他们错过了什么,也希望民间有一个回放过程,哪一步可以更好,这个将由美国百姓的生命和健康来买单的故事,每一步可以怎样提高,如何修正。

国会听证,国土安全部的协调后开始做得不错,但后面为什么没有迅速行动;民主社会各部门之间的协调,是不是有商榷的余地;我们评判政客的政绩是否有比他说什么更重要的东西;评判政府,是否要调查漂亮的文案背后的真相。

在后面的一个月里是用美国最薄弱的环节去应战历史上可能最大的冲击,3月18日的新闻说这将是比911还要猛烈的重创,它的修复将是一个漫长的过程,最坏的后果大概是这样,川大人通过发钱来缓解危机,这点钱与危机之深,所需修复时间之长,只是皮毛。

德国诗人荷尔德林的一句名言:往往是那些善良的愿望,把人类带入了人间地狱。可惜,历史给人类的唯一教训就是人类从来不吸取教训。如果一次次重创不能避免,那么人能否把教训之间的距离拉长?!

相信美国能挺过难关,但是这份高昂的学费已经摆在哪儿了,这里面的变数就是民间的智慧和力量。其实美国大众才是被自己的聪明人保护的极好,所以灾难来临才会有人会浑然不觉,正如喝高了,不要酒醒。

电视里美国海军海上医院已经出征,军队应该不是政府的试剂盒。

新闻里各地的明白人如耶鲁,范德比



作者简介 陆芸博士,于1998年获明尼苏达大学药学博士,同济医科大学85级药理学学士,89级硕士。现任 Hennepin healthcare 心血管及抗凝临床药师,兼任沈阳药科大学教授,明尼苏达大学药学院临床药学副教授,明尼苏达大学药学院远程教育负责人,是美国医药界多家出版社特聘审稿人及撰稿人。陆芸博士也是世界华人医师协会患者安全与医疗质量委员会委员,中华医学会《药物不良反应》杂志的第四第五届境外编委,中国药理学会《中国临床药理学杂志》编委,无痛分娩中国行现代产房教程系列多学科导读与评判编委。她同时也是明州首任多元文化药物咨询门诊创始人。

尔大学的方舱医院也待命之中。

纽约这座在911烟霾中重生的城市在一天之内,3000退休医护报名待命,他们最清楚美国这一个月将面临什么,他们是人类的勇者和智者。

作为社区一员,请大家保护好自己,减少外出,不要给社区添乱,我们把疫情推得越后,我们越主动。

请大家积极参与关注社区动态,保护好医护资源。出征的战士不能没枪。美国医疗人力本身不足、保险复杂、文档制度僵化。医院防护用品一般都是2周左右的储备,一旦失控造成医护大面积感染,损失将是难以想象的。

许多华人社区有了自救活动,在联系当地医院捐赠防护用品,还可以从美国的系统上参与分析,只有修正系统错误,悲剧才不会重演,武汉的切肤之痛我们最清楚,那么为什么,两个月以后的美国会是这样?什么地方可以管理得更好,这或许是华人介入社会管理的起点。

做一点专业点评,与武汉不同的是:氯喹和阿奇霉素可能有效,我说可能是因为现有数据还达不到平时FDA要求。这两个药都是便宜的老药,美国医生超说明书开药也是常事,这次FDA批准它抗新冠这一新的临床适应症,是临床需要,也是政治需要,不然不会让总统大人来宣布这么一件小事。从专业角度说,我还希望看到大型的多中心随机对照数据,另外有心率不齐,或化疗或使用过免疫抑制剂的病人需要慎用;瑞得西韦作为同情用药值得关注,申请用药需要三天时间,建议临床药学早准备。

如果说病毒感染第一个人时,它赢了第一局,如果人类不吸取教训,它就赢了第二局,如果人类因此分裂,它就会赢了第三局。让我们联合起来,勇敢面对危机,尊重事实,需求真相。借用哈佛大学的一句话, may we proceed with wisdom and grace. 我们因爱心而宽容团结,愿我们有智慧去从容应对挑战。

國際公益原創作品 征集\展示

壹個病毒 來到武漢 來到中國 來到世界



共渡

COVID-19

它極像感冒 在人間傳播 它來勢迅猛 染無數生命

你我他 同手足，心連心 畫英雄，書無畏 歌愛心，塑包容 鼓士氣，克時艱 COVID-19 必將成為過去

國際文化交流聯盟 International Culture Connection Alliance

2月11日，WHO將由新型冠狀病毒引發的疾病命名為2019冠狀病毒病，英文名為“Corona Virus Disease 2019”，簡稱“COVID-19”。

《明州时报》与国际文化交流联盟合作举办

国际公益 原创作品征集展

主题——COVID-19

“人类要面对生活的方方面面，甚至需要从痛苦中寻求继续前进的动力。艺术用它那无限的可能，在人类的艰难探索中一直陪伴着我们。”

- Ricardo Zamudio

本期以水彩画为主，作品来自中国、美国和新西兰的艺术家们。

《樱花红陌上,杨柳绿池边》

作者:中国 黄芩



国际文化交流联盟

《面对》

作者:新西兰 Harry Street

Harry Street先生是新西兰一家设计公司的首席建筑设计师，足迹遍布世界多国。



国际文化交流联盟

《天使出征》

作者:中国 赵一凡

赵一凡女士是一位来自中国的画家,教育家及诗人。为了此次疫情,她创作了多幅作品,表达对医护人员及建设者的敬意。



《建造》

作者:中国 赵一凡



《帷幕》

作者:中国 洪毅

来自中国的洪毅教授主要从事美术教学与创作,擅长油画、水彩画,他为此次疫情创作了系列作品从不同的角度展示疫情的不同阶段。



国际文化交流联盟

國際公益原創作品征集 (主题——COVID-19)

作品形式

书画、诗歌、摄影、雕塑、动漫、视频、原创音乐等。诗歌类作品请您提供word文本,摄影、雕塑、书画类作品请提供JPG高清图片,音乐类作品请提供音频资料,视频类作品请尽量提供分辨率在720P以上的文件,同时也请作者务必保留好原件。

*参赛作品不应涉及政治评论或国际关系评论,敬请谅解

分类

- 儿童组(4-12岁)
- 少年组(13-18岁)
- 艺术家组
- 诗歌短文

参加主体

团体/机构: 国家、团体/机构名称、作者姓名、年龄、作品名称; 个人: 国家、作者姓名、年龄、作品名称; 独立艺术家: 国家、作者姓名、作者简介、个人照片、作品名称。

*所有参展人员须提供有效Email或微信联系方式

征稿及展示

即日起至2020-03-31日陆续在微信公众平台推出展示作品; 所有参与者都将收到国际文化交流联盟颁发的荣誉证书(电子版)并有机会受邀参加全球巡展。

部分参展嘉宾



新西兰GHD公司首席建筑设计师 Harry Street



中国独立油画书法雕塑水墨画艺术家 黄芩



美国独立艺术家 Ricardo Orlando Zamudio



加拿大多伦多艺术中心创始人 Anna Shen



94岁退休教授 傅晓村



11岁少年艺术家 邹曼琪

请按以下格式投稿

邮件标题: COVID-19投稿 - 机构或个人名称

寄至邮箱: 2476923785@qq.com



国际文化交流联盟 International Culture Connection Alliance



育才中文学校诚聘

夏令营、课后班、周六课老师

育才中文学校诚聘夏令营中文和才艺老师(书法,中国象棋,围棋,美术,民族器乐,武术等)、课后班老师、周六课老师。待遇从优!有意者请寄简历到育才邮箱:

yucaimn@yahoo.com



人口普查2020：你需要知道什么

人口普查是每10年一次对生活在美国的每个人的人数统计。美国宪法第1条第2款要求执行该统计，以确保每个州的居民获得公平的代表和资源。

为什么2020年的人口普查很重要？

这是为了确保社区中的每个人都被计算在内

这关乎社区的资源（学校，免费午餐计划，大学补助金，住房券等）分配

这关乎本地，州和联邦政府的公平代表

如何使用人口普查数据？

根据法律，美国人口普查数据不能与移民或执法机构共享

根据法律，美国人口普查数据不能用于确定政府福利的资格

人口普查数据用于为社区成员提供更多资源

人口普查数据用于为公共安全以及新学校和医院的建设提供信息

人口普查数据用于决定在哪里开设公司和企业，从而创造就业机会

时间表

3月12日
自我回复从收到2020年人口普查的在线回应邀请开始。（有些家庭也会收到纸质问卷）

3月16日至24日
没有回复的人将收到一封提醒函

3月26日 - 4月3日
将发送第二封提醒函

4月1日
人口普查日！

4月8日至16日
将向没有回复的家庭再次发送提醒函和纸质问卷

4月15日 - 7月31日
无回应跟进行动开始。人口普查员在7月份开始家庭访问

4月20日至27日
发送最终提醒函

需要一份时间灵活薪水又高的临时工作吗？

申请成为2020census.gov/jobs的经理，办公室文员，地址核查助理或人口普查员。薪资范围从每小时15美元到50美元不等。



WWW.2020CENSUS.GOV

华人社会服务中心启示

华人社会服务中心老年部

由于疫情越来越严重，我们继续取消4月11日在华夏之家举办的老年活动。看五月或六月的情形。联系人：李怡，电话：952-200-8972, Email: yiliyou@msn.com

人口普查

美国人口普查10年搞一次，2020年4月开始。所以希望我们在美居住的所有华人都要认真填写人口普查表：Census Questionnaire. 千万不要把它丢到垃圾桶里。美国政府规定：人口调查表的资料严格保密，任何其他机构都拿不到，他们只能调出统计数据，如各族人口数字。所以，不管什么身份的人，只要是住在美国，都应该如实填写自己的种族。这样，政府在制定政策时，才会有人口依据。目前，一些华人当中有误区，以为如果如实填写我们是华人，会被政府某些部门排挤。而要把“华人”藏在“亚裔”下面。可是，人口调查表上目前还没有亚裔选项，这是我们要争取的，但可能要等到下次人口普查2030才能实现。所以这次普查，我们只能填写我们是华裔：Chinese了。我们需要让美国主流社会知道我们到底有多少人口数据，合法的，没身份的都填写。在普查表上，没有任何其他个人具体资料，如社安号等。政府各部门调不出具体个人资料，而要的就是人口总数据。这样，美国政府在制定政策时才能更重视我们华人的力量，考虑华人社区的需要。

公民英语班

由于疫情越来越严重，我们的公民英语班暂停。

MNSure的申请

华人社会服务中心从2013年10月开始帮助大家申请，现在继续帮助人们申请MNSure。

联系人：李怡，电话：952-200-8972，

Email: yiliyou@msn.com

路凯，电话：612-965-0248，

Email: vanxx024@umn.edu

牛重然，Email: niuwx107@umn.edu

家庭护工服务

我们继续为老人，主要是有政府医疗补助的老人提供家庭护理服务。请有保险的老人联系我们。我们也酌情为Medicare老人服务。有需要的老人请联系我们。我们也希望想做护工工作的人士联系我们，待遇从优。请联系：李怡女士，电话：952-200-8972, Email: yiliyou@msn.com

社会服务项目

自从华人社会服务中心成立14年以来，我们为华人社区提供无数免费服务，包括移民咨询等。所以使我们的资金一直捉襟见肘。最近，经由董事会的讨论，我们对一些服务项目定了一些收费原则。如：帮助填公民表：收费50元，帮助填移民申请表：I-485 / I-130，收费120元，帮助填换取绿卡等表收费35元。

我们的网站是：www.cssemn.info 欢迎大家上网浏览。我们欢迎社会大众对华人社会服务中心的支持。我们过去14年来一直都是在帮助华人弱势群体。感谢热心人士的赞助，最近我们收到吴巧明的赞助。我们会给所有赞助人出收据。以做抵税证据，支票抬头写：CSSC。办公室地址：4111 Central Ave NE, Suite 200A, Columbia Heights MN 55421。鸣谢。

2020 明州华人健康中心

Minnesota Chinese Health Center (MCHC)

第一季度各科门诊日程 (4th quarter)

各科门诊都需要于门诊前的星期五五点之前预约，预约电话 612-666-1670
所有门诊地址：1925 West County Road B2, Roseville, MN 55113

Date	西医普科/专科	中医/针灸
1/11/20	John Chen 陈宗禹, MD, PhD Minnesota Gastroenterology, PA 内科及消化专科主治医生	Lili Tian 田丽莉 中医师, PhD. 中医学博士 L.Ac 执照针灸师 American Academy Acupuncture and Oriental Medicine 美国中医学院
2/1/20	Wang Cai Gao 高旺才, MD United Hospital, St Paul 神经内科主治医生	Huan Ma 马寰 中医师, PhD. 中医学博士 L.Ac. 执照针灸师 Acupuncture Health Center, Edina (请前往医生诊所义诊. 地址如下:) 6545 France Avenue South, C-21, Edina, MN 55435
2/15/20	Peiyi Wang, 王培蕙, MD Abbott Northwestern Hospital, Allina Medical Clinic - West Health 内科主治医生	Ning Wu 吴宁 中医师, PhD. 中医学博士 L.Ac. 执照针灸师 American Academy of Acupuncture and Oriental Medicine 美国中医学院
2/29/20	Huagui Li 李华贵, MD, PhD Minnesota Heart Clinic, Fairview Southdale Hospital 内科主治医生, 心脏病及心脏电生理 专科主治医生	Yubin Lu 路玉滨 中医师, 中医学博士, L.Ac. 执照针灸师 请前往医生诊所义诊. 地址如下: 6053, Hudson Road, Suite 225 woodbury, mn 55125 电话 612-201-7080
3/14/20	Dr. Xiaoming Dong, 董晓明 MD Minneapolis Clinic of Neurology 神经内科主治医生	Lili Tian 田丽莉 中医师, PhD. 中医学博士 L.Ac 执照针灸师 American Academy Acupuncture and Oriental Medicine 美国中医学院
3/28/20	Xiao Feng, 冯晓, MD Family Physician HealthPartners Medical and Dental Group 内科主治医生	Weili Shen 沈薇丽 中医学硕士 L.Ac. MaOM 执照针灸师 (请前往医生诊所义诊. 地址如下:) Acupuncture Woodbury 7582 Currell Blvd, Suite 215, Woodbury, MN 55125

请登录明州华人医生协会网站 (<http://amcponline.org>) 查看最新变更

不用出门!

就能买到新鲜蔬菜

扫描下列二维码

★ grocery delivery service that works with multiple stores



★ online Grocery shopping with delivery Giant



★ Safeway



★ amazon fresh



★ costco same day delivery



★ costco two day delivery



★ whole food



★ ranch 99



《明州时报》提醒大家疫情期间注意防护



常青老人中心电话:9524651704

《垂柳礼赞》2

■无名草

秋去冬来,明州枫树较多,显赫一时的红彤彤,此时只剩下光秃秃的枝条。凛冽的寒风吹来,枝条擦撞声,好像在说:好冷啊!狂风欺凌时,折或断枝,亦似在叫:好厉害呀!冬天的垂柳,像是满树挂着千万条金丝,灿烂阳光下,金光闪闪。冬天大雪覆盖时,粉妆玉琢,清新素雅。洁白的背景下,池塘边修建了枝条的柳树,像姐妹般排列整齐,做着春天的梦。待明年春风得意时,翩翩起舞,报春——垂柳最先感知春的信息,多么有灵气的生物!

垂柳,无论是在雷雨交加的季节,还是在风雪刺骨的寒天,他都腰板儿挺直——绝不趋炎附势。任凭狂风吹,恶雨浇,暴雪打,就是在那戈壁滩上,亦泰然处之。坚韧不拔,自强不息;奋斗着,拼搏着,抗争着……它,风里唱,雨里歌,雪里爱,地里生。它,非常的和蔼可亲,不仅有顽强的生命力,而且是铁骨铮铮,正气凛然,具有高尚的品格,非同一般的树木。

无心插柳柳成荫,随便剪一枝,插入土中,就会生根成长。你插到哪里,她就绿到哪里。春风轻拂,柳枝条上的叶苞鼓张,个个均匀排列着,像是水墨画上一些亮点,溢满了淡雅的气质。春雨洒落下来,千万条柔柳睁开了她们的黄绿眼睛,打了一个大大的哈欠,四处张望了一下,就伸展起身子来。毛茸茸的,活像黄毛小鸡似的嫩芽,生叶,嫩绿新翠,妩媚得似初熟的少女。

明媚春天,人在垂柳之中,垂柳在人心中心。垂柳像挂着千万串嫩绿的珠子,在春风中飘来舞去,摇曳成“S”形,若蜿蜒,似飞龙。亦有诗云:两个黄鹂鸣翠柳,一行白鹭上青天。怡然自得,活泼快乐,悠闲飘逸,如舞如醉,令人欣悦,安享自然。

密集的绿色闪闪的柳枝条和柳叶,将池塘衬托得更加美丽。因而,才有那荷塘月色、葱葱郁郁的美景。阳光下,池水都映绿了。池水静静,波平如镜。蔚蓝的天幕下,几朵白云飘飞。鸭子、大雁在水中尽情地游玩,欣喜若狂。垂柳的倒影在水面上移动,好像睡觉的人挣扎着要醒来似的。形移影动,又好像一个腰身妩媚的美女,临水照影。时而,日光在微波上跳舞,一幅动人的画面。

牛毛细雨过后,垂柳犹如披轻纱的姑娘,在

微风中轻轻起舞。太阳公公露出脸时,一条彩虹挂在天空,霞光照在水珠上闪闪发光,宛如穿上了五彩衣裳。柳枝条闪烁着宝石般的光彩,清新大方,雍容高贵。草花发出香味,鸟儿在树上讲着永远也讲不完的故事。不论是远山,还是近水,田园,野草地……都显得那么年轻、美丽。不管是天上翱翔的老鹰,还是地上悠闲的美鹿,都显得那么可爱活泼,以及生命的充沛能量。垂柳轻盈柔美的风姿,为湖光、池塘和居民社区景色,增添了人见人爱的风采。

花木都是向上发展的,红杏“出墙”,古木、乔木能“参天”。因此,我们通常看见的枝叶花果皆蒸蒸日上,似乎它们忘记了下面的根,让人觉得可恶!它们都是靠根养活的,怎么只管高踞在上面,而绝不理睬根呢?!更可恶的是群栖时,踩着一起生长的“兄弟姐妹”,一味往上爬,为争上、为争高、为争光彩。

所有生命都有根本。怎能只管贪图自己的荣光,而绝不回顾根本呢!花木大都如此,甚至下面的根已经被斩,而上面的花叶,还是欣欣向荣,在那里作最后一刻的威福,真是可恶,可悲又可怜!

垂柳却超凡脱俗,没有这般可恶、可怜的样子。垂柳不是不会向上生长。它生命力强,长得很旺盛,可以很高。然而,它越高,越垂得低。“千万条陌头细柳,条条不忘记根本”。垂柳时刻俯首顾着下面,时时借风动而向处在下面的“根”拜舞和亲吻。垂柳当然也能高过墙,也能很高。但人们不嫌它高,它愈高,树下的荫就愈大;它愈高,它贡献也越大。因为它高而能下,因为它高而不忘本,因为高而不忘初衷。自古以来,中国人常以柳为春的主要题材,甚至称春天为“柳条春”。有名人认为:这实因垂柳有一种特殊姿态,与和平美丽的春光十分调和的缘故。这种特殊姿态,即为“下垂”,因而垂柳成为春的主人。因为所有花木都凭仗春的势力而拼命向上,一味求高,忘记根本,其贪婪之相不合于春的精神。最能象征春之神意的只有垂柳!

垂柳之风,山高水长,祈愿苍天,保佑美柳。这是我思念家乡垂柳,感恩窗前垂柳,一时兴起的微薄肤浅文字,以表我对垂柳恩赐的敬意。

《一张发黄的照片》

■愫芬

放下张姐打来的电话,我陷入了沉思。

张姐在电话中告诉我,有张照片要让我看看,确认一下照片上的女人是否是我在美国的外甥女(表妹的女儿)。

这件事一下子把我的记忆拉回到了三十年前。

陈旧的往事支离破碎。那时候,张姐的丈夫和我是一个公司的同事,只是我们不在一个科室。她的谭先生在设备科当科长,一切中外的设备订货都归他们科管。谭科长是生就的官二代,近一米八五的高挑个头,让他神气十足;明星似的长脸型,加上笔挺的高鼻梁,酷似他当总经理的父亲;尽管眼睛小了一点点,但长在他脸上,反而让人感觉是恰如其分的一种神秘而奇特的美。

那位总经理父亲原来是个老革命,想当年不仅仅是扛过枪,而且是个在几次大战中屡建奇功的英雄。他的夫人虽然是个小脚女人,却也是个战争中支前模范的妇女主任。真可谓夫唱妇随的一对模范革命夫妻。他们俩只有谭科长这么一个孩子,是在日本投降前出生的。新中国成立后,这位老革命被派进城,作了接收大员。这是因为他有点文化,所以被派到了重要单位并委以了重任。那时,正流行着跟老家的原配村妇离婚、在城里重新组合家庭的风气。这位老革命自然也是潮流中的一员。他开始闹离婚,几年不回老家。难的是哪位妇女主任上了犟劲儿,毫不退让,一点也没有成全他的意思;坚决不离婚,非要离就死给他看。两人就

这么膝着,好多人从两边劝说,终究也没有达到老革命预想的效果。对老革命而言,后半辈子就这么和老婆形同陌路的过活,两地分居直到去世,可谓是悲惨,这是后话。

谭科长是跟老娘在农村长大的。老娘不让他进城去见他爹,对他说没有这个爹!直到他上了大学,有了自己选择的能力时,他才于假期里去拜见父亲。那时的父亲已是省里正厅级的干部,手下有四万多名职工,在他管辖的范围内确实是说一不二的。在谭科长大学毕业后分配工作的事情上,这位权威老爹却一点儿忙都没有帮。不知道是他和儿子没有感情呢,还是不愿意帮,抑或是出于廉洁不搞私情照顾?总之,大学刚毕业的谭科长被分配到了一个爹娘都够不到的离家较远的地区,在某单位做着助理工程师,说白了就是刚出大学校门的最低职称人员。几年里,近三十岁的他,在异地他乡过着清苦的单身生活。每到春节回老家探望老娘,提亲的人总是络绎不绝。在老娘的催促下,考虑到自己年龄的大有无奈,只好在诸多的提亲人中,选了一个师范毕业当小学老师的姑娘。这姑娘小他八岁,模样很和善,小圆脸,甜净净的让人乐意亲近。美中不足的是个子矮了点,大约一米五左右,才到他的肩头高。唉,世上哪有十全十美的事,当时万般无奈的他决定不再等待,不再继续相亲,就定下她了,并约定来年“五一”劳动节结婚。从此,结束那孤独的单身生活,即将有一个温暖的家啦,在他心里,有了憧憬和遐想……

这篇我就用我的这首诗开场吧,是我前些日子写下的。

《中间》

(每句押韵诗)

太平洋在那一边

大西洋在这一边

娘家在那一边

夫家在这一边

我在中间情两难

剪不断

理还乱

中国在那一边

美国在这一边

父母在那一边

儿女在这一边

我在中间心两牵

梦相连

共长天

叩问千遍万遍

怎样才能释然

爱在两边

一世不了缘

婆媳有意见,最纠结的是挤在中间的男人。中美有矛盾,最难过的当然就是我们这些夹在中间的华人了。

“中国人打上半场,外国人打下半场,海外华人全场挨打”。这个网上疯传的段子,不是空穴来风。我从来不关心政治,现在也不想涉及。小女人心理,只希望中国好了,美国也会好!

敝帚自珍,何况上一篇杂记确实好评者多。比如浙大的几位文科大

教授们;再比如当年“浙江日报”阴差阳错才能从北京挖来的人大校学生会主席,爸爸的至交,我从小的偶像,才华横溢、风度翩翩的杜叔叔;一位素昧平生远在德国的华人文学博士评论,说我的杂记是他看过的最文艺、最消遣的新冠文章。不少朋友一读就主动转发了,更多朋友鼓励我继续写这个杂记。所以我不再就只赋诗填词风花雪月,我要用我的文字来描述这个特殊的时期。尽管零碎、片面,但愿多年以后回头看时,这些杂记会像是一幅幅真实的疫情浮世绘。

疫情在日益加重。全美至今感染人数已近7万,重灾区纽约州有3万多,我们明尼苏达州有近300。测试一直严重滞后,所以实际感染病人会更多。今天我们明尼苏达州州长宣布,周五半夜起封州。所有人除了特殊情况,必须呆在家里,违者罚款甚至坐牢。当然出门附近走走还是允许的。

前天电视里报道我们明州州长因为身边一名保安感染,开始自我隔离。参议员Klobuchar的丈夫感染住院。副州长的哥哥感染去世。

昨天得知哈佛校长夫妇双双感染。昨天晚饭前,刚结束电话会议的先生又告诉我,他们3M公司的一位同事也感染上了。我先生不认识他,但他到我先生办公室对门的实验室做过实验。还好我先生最近没去过那个实验室。

风声鹤唳。州长3月16日签署行政命令,关闭包括餐厅、酒吧、电影院、健身房等一系列公共场所。3M公司3月18日宣布,总部员工在家上班。我们两口子被迫开启了大眼瞪小眼模式。自16号起我们就一直窝在家里。天好时会出去走一圈。我们住在林子里,出门难得碰上人。碰上了也会自觉保持安全距离。家里食物马上需要补充了,也准备网购。总之,这些天看见的人影一只手如果数不过来,两只手一定足够了。

那天好朋友家打理院子要来借电锯。来前说让把电锯放在门外,他们来可以不用照面,拿了就走。但老公非要见人,要教人家怎么用。人家两口子都是博士哎,真用得着吗?朋友关照我老公戴好口罩和一次性手套,因为他们家还是有事出去过的。我老公不以为然不肯戴,我只好要求朋友戴。第一次看见朋友全副武装煞有介事的样子,着实蛮滑稽的。

在家上班的老公是白天晚上连着开电话会议。白天是公司的电话会议,晚上是和儿子。这父子每天都能说上2、3个小时啊!我儿子是做金融的,老公也玩了半辈子股票了,所以我们家的钱都在股票上。老公曾说,他如果生长在美国,绝对会去搞金融;还说他玩股票最大的成果是影响儿子走上了这条路,最大的收获是找到了和儿子的共同语言。这下好,美国股市暴跌,我们家的股票也是史无前例的大亏啊!这老子和儿子的共同语言肯定是更多了;至于影响儿子走这条路是否正确,我表示怀疑。

这些天一到晚上,父子就在电话上讨论该做什么。他们一直在进,可一直在掉,也不知道这股市到底什么时候见底。他们甚至想卖我的出租房,掏钱去进股票。老公从来不支持我买出租房。收租时倒也是个投资,一碰到麻

烦的房客就喊着要都卖了。我就挣这点小钱,我不同意卖!

儿子生活在曼哈顿,属于疫情重灾区中的重灾区,为娘好生担心!每天晚上他们父子电话会议之前,我就抢先发言。要不他们一聊,就难有我插话机会了。真是千提醒,万叮嘱,可我那宝贝儿子总是不正经。每次我一问他好不好,他就装咳嗽;我一说需要注意的事项,他就说,知道了,妈妈,我爱你,爸爸呢?

说是知道了,可做他照样是我行我素。刚开始在家上班,居然还跑去咖啡厅。被我一顿臭骂:“让你在家上班的意思是呆在家里!你跑去咖啡厅,人更杂,还不如去办公室呢!”还好咖啡厅后来都关了。前些天他还跑出去Trader Joe's买菜。回来说,店里都是老人,不知道曼哈顿上还有那么多老人。这下不会再去了,他知道了就不会和老人抢购的。

现在很多商店规定,早晨开门的第一个小时是老人购物时间。因为不少老人不会网购。

那天打电话去,儿子说他正在做晚饭。儿子终于学习做饭了,这恐怕是这场瘟疫带给我们家唯一的好处了。听他在电话那头嘟嘟囔囔,读一句菜谱,做一步,再读一句,再做一步,把电话这头的我笑得。(下接B12版)

疫情杂记 2

陶蓓蓓

(接上期)

7、疫情打乱了人们所有的生活秩序

昨天立春。今天(2月5日)的天气果然就像春天。我家门前有一排老香樟和两株桂花一棵玉兰,树叶都绿得仿佛冬天根本没有来过。

今天仍然处在专家们预计的疫情高峰期中。确诊病人数字据说还在上升。一个我所知的著名画家也处于病危之中。我的同事YL说,她的朋友圈有几个人一起玩摄影的人死了。我的朋友圈人很少,感谢大家都还活着。武汉的严峻局面,纵然不像前阵那么混乱,但也尚未真正缓解。网络上,悲伤的视频和绝望的呼救似乎少了许多,更多的正能量正在充当鼓励角色。不知是真正解决了那些问题,还是直接遭遇删除。在我们经历过很多删除后,对这个套路也都开始麻木。我昨天说我们自己也是自己的敌人,我们与己为敌,大概正是从这种麻木开始。眼下我们还必须提着心,对自己的身体保持高度警觉。我仍然成天跟家人和朋友唠叨:不要出门不要出门。已经都关了这么多天,不在乎再多关几天。饭菜质量差就差点,以后疫情结束后,把这些天想极了的餐馆轮着去吃一遍。让我们尽兴,也让餐馆赚钱。

下午看到一条消息,我觉得有点意思。除了开头一句说的像官方媒体:“武汉抗疫攻坚战已经打响了”。但内容还是颇有价值。我将它梳理了一下:1、将病人分成三级隔离。2、火神山医院、雷神山医院、定点医院是一级,负责隔离和治疗重症病人;3、已建和新建的共十一个方舱医院为二级,负责隔离并治疗轻症病人。4、酒店、党校为三级,负责隔离疑似和密切接触过病人的人群。5、这三部分人隔离后,全市全方位消毒杀菌。6、所有医院恢复正常接诊(曾经关停的其他门诊马上恢复)。7、其他行业也可以开始运行工作。8、当重症缓解为轻症时,即回到方舱,反之轻症如加重,就进定点医院。根据病人病况随时进行调整。以此类推,直到病患完全消失!我无法确认真伪,但按照常理推断,觉得应该是真实的。自部队入汉后,武汉的效率似乎明显提高。这个打法,也有点军人做派,显得蛮干脆利落。我对此怀有期待。更希望,在各级隔离中的病人,能有保证质量和值得信任的治疗。

疫情打乱了人们所有的生活秩序,医院更是。各路医生都忙于抗疫。其实,若无疫情,其他病人平时也是非常多的。现在这些病人都耐心让位于抗疫,自己默默地忍受病痛。有些病痛,拖延下去的后果会是什么,病人自己也惴惴不安。但是他们还是让路了。这些人相当了不起。我的一个同事,不幸恰在元月连续做了两次手术。而且并非大病,也并非小手术。春节前,疫情暴发,她从医院回到家里。但术后必须换药打针。自己咬牙开车去医院换药。伤口的恢复并不理想,并且已经化脓。医院人多病杂,医护人员也不敢叫她天天过去,只好带着护理包自己回家换。护理包不够时,还得自己去药店买。炎症控制不住,也只有在社区医院打针。着急难过,甚至也哭。但是怎么办呢?她自己说,先扛着吧,等疫情过去再说。我的另一个同事,因为父亲癌症,今年特意把父母都接来过年。结果一家三代,全都被封住在家。哪儿也去不了,父母也无聊,她只能每天陪着父母打牌,好让他们的时间容易打发。刚才电话说,打牌打得我烦死了。其实这也不是轻松的事。还有更焦急的孕妇们。她们可以忍,但肚子里的小东西不肯忍。这些孩子来的不是时候,他们让准妈妈和准爸爸所有的欢天



喜地,都变成焦灼不安。唉,这不是一个完美的世界,但是孩子们,既然胆大,那就来吧。尽管这里是疫区,也要相信,接待你们的地方,一定还是温暖的并且干净的。

我记录下这些细碎,是要告诉那些有罪的人们:不是只有死者和病人承受了灾难,我们所有的普通人,都在为这场人祸付出代价。

8、全武汉都在为李文亮医生哭泣

今天(2月6日)的武汉,又开始了下雨。天色阴沉。阴沉中的风雨天,会让人有一种肃杀感。出门冷风一扑,浑身一凛。

但今天更多的是好消息。是这么多天来,最令人激动的消息。先是听到一个广播,说疫情将很快缓解。讲述者据说是一位专家。至少我听了觉得可信。接着网上盛传,美国吉利得研究的新药瑞德西韦(中国专家为其命名为“人民的希望”)在金银潭医院启动试验,传说效果很好。武汉人都很激动,如果不是遵守规则,不能出门,大概早就上街狂欢了吧。关了这么久,盼了这么久,总算看到希望,而且来的那么迅猛,来得那么及时,来的正是大家日渐沮丧的时候。尽管后来,有人辟谣,说是并没有结果。但我想,管他的,还是拿它当好消息听吧。再等三天,或许我们的期待就会证实。

大家关注的方舱医院已经正式开始使用。一些进去的病人有视频图片和文字出来。有人认为条件太差,亦有牢骚,诸如此类。但我想,只用了一天时间建成的方舱,仓促之处,总会有点乱。而后绪的工作,应该很快会跟上。这么多人在一起,众口难调,更何况都是病人。焦躁不安或是心烦意乱,总会有的,毕竟舒适度不如自家。下午武大冯天瑜先生给我发来信息,说阎志告诉他,他们负责会展中心和武汉客厅两个方舱医院,他会全力做好保障。“安装多台电视、设图书角、设充电岛、设快餐角,保证每个患者每天一个苹果或香蕉,尽量让患者感到温暖。”看看,其实都有考虑。其他方舱医院,恐怕也都会有责任制。阎志能做到的,其他责任人多半也能做到。武汉已经走到今天,最难的时候,大家都已经度过,现在越发不能焦急。让那些曾经天天奔波的病人,能安静的躺在室内,接受隔离,也接受医护人员治疗,无论如何,他们对大家都是好事。不然,像今天这样的天气,他们中又有多少人加重病症,或是倒在路上?所以,我们只能稳住也忍住,只有总局势控制住了,所有人才能真正得到安稳。

早上还看到一个视频,是中南医院呼吸科大夫的。他自己中了招,九死一生。现在活了过来,他很幽默地告诉大家事情

经过。他是直接接触了病人而感染。后来他的夫人在他垂死之际照顾他,虽然感染了,但只是轻症。所以他让大家不要恐慌。并且说,这次扛不过去的,发展成重症的,多是有基础病的老年人。年轻人如果中招,个人体质好,打针吃药喝水休息,做到这些,是很容易扛过去的。他还说了一些冠性肺炎的特征,比方,是双肺一起由边缘感染,并无明显的流鼻涕等现象等等。作为过来人,他的话,太可信了。所以,我们自己要做的仍然是,呆在家里,不要恐慌。不要自乱阵脚,哪怕有点发烧或咳嗽,一定要冷静处事。今天政府还告示,所有人都要查体温。人们也是一阵慌乱,害怕在查体温中反而遭遇感染。但据我了解,只是疑似者上门测体温,其他人,电话自报给社区即可。所以,也不必人人自危。抗疫过程,跟日常生活一样,有很多蠢人做蠢事,但更多的不是蠢人,也不尽然都是蠢事。

说说我自己。一起床即看手机,邻居留言,说她女儿今天出去买菜,顺便给我带了一些,放在我家大门口,让我起床后,出去拿一下。刚把菜拿回来,住在同院里的姨侄女来电话说,要送一些香肠和腐乳过来,大门口交接即可。结果她拿来了一堆东西。我一看,这就是再关一个月,也吃不完呀。灾难之中,大家同舟共济。很感谢,也很温暖。

刚刚写完博客,便听到李文亮医生去世的消息。他是八位被训诫的医生之一,而且被感染到冠性肺炎。现在,全武汉市的人都在为他哭泣。心里太难过了。

9、武汉人为李文亮送行

从封城到今日,是第十六天。昨天李文亮死了。我很难过。当即发朋友圈说,今晚全武汉人都在为他哭泣。哪知,整个中国的人都在为他而哭!眼泪多得在网上涌起惊涛骇浪。这一夜,李文亮是在人们的泪水中渡到另一个世界。

今天天气阴沉,不知道是否苍天也在向他致以哀悼。其实,我们对苍天已然无语,毕竟苍天又奈其何。中午,有武汉人在大声叫着:李文亮的家人和孩子,由我们武汉人养起来!响应者众。晚上,武汉人要在李文亮昨夜去世的时间关灯,用电话筒或是手机,向天空射一束光,吹响口哨。在沉沉的暗夜,李文亮就是这一束光。这么久了,武汉人能有什么办法化解自己心里的郁闷、悲伤和愤怒呢?或许,这只能这样。

专家原说拐点可能在元宵出现。现在看来,它不会来了。昨天来的是李文亮死讯,今天来的却是:还要再关14天。唉,那些没有置身在武汉的人是不会明白的,我们内心所受伤害,远不只是关在家里不能出来这一件事。武汉人是多么需要安抚和宣泄。这就是为什么李文亮之

作家简介

方方,本名汪芳,祖籍江西彭泽,生于江苏南京,现居武汉,中国当代女作家,代表作《万箭穿心》《风景》,最新长篇《是无等等》。曾任湖北省作家协会主席、省文学创作系列高评委会主任,中国作协全委会委员,一级作家。

死,让整个武汉人都肝胆寸断?让他们想要狂哭大喊?因为,人们觉得李文亮就是与自己一样的人,就是自己中的一员,就是困在家中的自己。

疫情比先前预计得严重。传染速度更是比人们想象得快。而其诡谲神秘的状态,让有经验的医生都捉摸不透。有些人明明已经好转,突然间又急转直下生命垂危。而有些人分明感染了,却又什么事都没有。这个幽灵一样的冠性病毒,就是这样四处流窜,随时随地让人猝不及防。

受伤惨烈的其实还是医护人员。他们是最早接触到病毒患者的人。仅李文亮所在的中心医院,死去的不是一个李文亮。我听说已有三位医生离世。我的医生朋友说,同济亦有一位外科教授去世,那是他的朋友。几乎每个医院都有数个医护人员病倒在床。他们全都是用自己生命救人的仁心医者。

有一点点可以庆幸的是:大多被感染的医护人员,多是在早期阶段。唉,不是说好了“人不传人”吗?那时的医生们怎么可能把自己穿得像防化部队?正是在被认为“人不传人”的时间里,同时也是湖北武汉忙开两会、不准发负面消息的时间里,有诸多医护人员被感染,殃及的还有他们的家人。医生朋友说,重症几乎都来自那一阶段。但现在防护装备齐全,受感染的医护人员已经很少了。即使有,也多多为轻症。他主动转到了另一个话题,说后来越来越多的医生被感染,大家也知道“人可传人”,却没有人大声说出来,因为不准说。不准说就不说吗?所有人都知道的事实,所有人都不说出,难道不也是问题?医院的领导为什么不准说?他们不准说,难道我们就不说?我们做医生的,自己也有责任。他直接拷问自己和自己的同行。我很佩服他在此时所作的反思。

我想是呀,这正是我们为李文亮之死悲愤的原因。毕竟,他先说出来了,尽管他只是提醒自己的朋友,但他还是说破了真相。只是,说出真相的李文亮,受到责罚,丢了性命,到死都没人向他道歉。这样的结果,今后是否还会有人敢说?人们喜欢用沉默是金,来表示自己的深刻。但这一次的沉默,是什么?我们是否还会面临同样的沉默?

武汉整个城市,到现在仍然井然有序。和前些天比,乐观的武汉人多了些压抑和沉闷。毕竟关在家的时间太久,而且很多家庭的空间并不大。即使有无边无际的网络,也会有厌倦的时候。更何况,每个人都还有自身的问题。比如像我和两个哥哥,都是糖尿病患者,医生是要求我们每天都要走路的。大哥以前的微信步数,常常上万。小哥更是,每天上午下午都必须到外面去散步。现在,他已经整整十六天没有出过门了。而我,尽管已经是隔一天吃一次药,但也只剩下明天一天的量。要不要去趟医院呢?也在犹豫。

刚才一个视频,看到武汉市民开着8辆车,为李文亮送行。8字代表着受训诫的八个人。他们眼里都饱含热泪,话语哽咽。不是所有的人都是硬汉,不是所有的人都能理智。恐怕,未来数日,武汉人的心理问题,会越来越多,需要专家疏导。段子手的黑幽默也解决不了这么沉重的问题。

(未完待续)

新型冠状病毒大流行之后

会是什么样子?

《世界是平的》那本书的作者,经济学家,托马斯·弗里德曼,在《纽约时报》上开设了一个专栏,每周或者每两周都会发布一篇评论。就在不久前,他刚刚发布了一篇新评论,标题叫《全新的历史分界线:新冠疫情前时代和新冠疫情后时代》。

为啥叫这个标题呢?

弗里德曼说,在疫情发生之前,他自己本来有很多计划,比如说写书。现在,有了新冠肺炎疫情后,原来的计划就放下吧。疫情一发生,世界就不一样了。叫这个标题其实是想说,现在没有什么事情,是比疫情更重要的了。我们已经进入了新冠疫情后时代。

那弗里德曼关注新冠肺炎疫情,有啥不一样的角度呢?

这篇文章,他就分享了一些他在意的趋势。第一个,他提醒我们注意疫情发展过程中的“指数效应”——the power of exponentials。

我们看全世界有关疫情的新闻,总会忍不住纳闷:为什么有中国的经验教训在前,美国、意大利这样的地方仍然没有在早期重视疫情防控呢?

弗里德曼在他的文章当中就提出了一个可能的解释。很多人可能都没有意识到,一旦疫情进入指数级传播的状态,到底会发展得多迅猛。

弗里德曼打了个比方,虽然不恰当,但是能让人秒懂:疫情就像是一个放高利贷的,日息25%。如果我们借了1块钱,每天收25%的利息,利滚利,40天之后我们会发现自己欠了7500块钱。而这7500块钱再利滚利,等三周以后,这笔钱就会变成100万。这就是指数效应。

新冠肺炎疫情也是一样。如果不进行严格管理,任凭新冠肺炎疫情指数级发展,那么从5000个确诊病例到100万个确诊病例,这件事发生的速度会比人们想象得快很多。

这不,截止到3月23日,根据世界卫

生组织的统计,新冠肺炎的感染病例已经超过了30万例。感染第一个10万例,花了67天,第二个10万例,花了11天,但是第三个10万例,只用了4天。世卫组织也在近日发出警告,称新冠病毒大流行“正在加速”。这其实就是指数效应。

所以弗里德曼说,这就是为什么最重要,或者说唯一重要的事就是尽一切手段把感染率降下来。他自己可不关注什么美联储利率,他就关注一个数字,美国重症病人的数量和ICU病床数量的比例。如果医疗体系过载,感染率保持指数级增长,那么美国对抗病毒的战役就输了。

当然,他说,其实医疗领域也有积极的指数效应,比如计算机技术的进展,已经让疾病诊断获得了革命性的突破,也让疫苗的研发大幅度提速。问题就是,这两个被指数效应驱动的现象,一个是疫情传播,一个是疫苗研发,哪个能更快呢?这是我们每个人都关注的一场赛跑。

关于疫情,弗里德曼说,他最近关注的另一件事,是美国社会的文化会不会因为疫情发生转变。什么文化呢?一个词概括,就是“松”和“紧”的文化。

他说,像是新加坡这样的国家,属于“紧社会”Tight Societies。在“紧社会”,政府会通过严格的管控措施来强化好的行为。而之所以有这种运行模式,是因为这些国家往往在历史上经历了更多的挫折和灾难,比如更频发的自然灾害、战争、饥荒、瘟疫等等。也就是说,他们用血的教训换来了一套严格的社会运行准则。

但是美国、意大利这样的国家,属于“松社会”Loose Societies,相比起遵循规则,松社会更在乎个人的自由空间。按照前面说的逻辑,形成这种社会文化的原因,是这些国家遭遇的灾害和威胁相对较少,环境舒适。

那为什么现在要关注“松紧”的文化呢?截止到目前,“紧社会”在应对疫情上,比“松社会”更有效。弗里德曼问了一

个问题,美国这种“松”的文化,在接下来的这段时间里,会不会发生转变呢?这套逻辑是不是真的如此,还值得推敲。不过,这篇文章提醒我们思考一个问题:这次疫情过后,什么会被淘汰,什么会留下来,什么会发生优化?小到办公和教育模式,大到我们和他人、和政府、和社会的关系,都在发生“重置”。重置之后的世界,会是个什么样子呢?

最近,美国的一个政治评论杂志Politico采访了34位意见领袖,每个人都被要求预测,这次疫情的危机会给社会带来什么长期变化。这些意见领袖,各行各业的都有,有政治学者、心理学家,也有杂志主编、电影导演等等。

尽管疫情对于经济、就业的冲击很大,但看完他们的预测之后,并没有那么悲观,因为这些专家里很多人都觉得,这次疫情会是一次“校准”,比如在美国社会,会把一些跑偏的事给拽回到正轨上。

那么,新冠病毒大流行之后,世界会是个什么样子呢?下面就用清单体的形式,快速介绍几个有意思的预测。

1. 对于专业人士的信心回归。该预测来自于美国海军学院教授 Tom Nicholas。

他说,这次的疫情逼着人们重新承认,专业知识很重要。以前很多人会嘲笑专家无用,但是疫情一来,每个人不都想知道医学专家怎么说吗?比如美国新晋网红专家,就是国家过敏和传染病研究所所长安东尼·费奇。他站出来批评美国的检测系统不完备,在媒体上引发了广泛的关注和讨论。此外, Nicholas 教授还提出,特朗普政府在此次疫情当中的巨大失误,可能会给公众足够的冲击,让他们意

识到政府的工作也应该由专业人士来做。

2. 一种全新的爱国主义。该预测来自于维拉诺瓦大学政治学教授 Mark Lawrence Schrad。

他说,过去,美国社会的“爱国主义”一直都跟武力挂钩,但是这一次为国家作出牺牲的并不是服役的士兵,而是医生、护士、药剂师、老师、护理员甚至小企业主以及普通雇员。当疫情过去,可能人们会意识到,这一群人作出的牺牲是真正的爱国主义。爱国主义不意味着武力战争,而是意味着把身边人的健康和生命保护好。

也许以后美国社会会为这一批人,提供老兵才能享有的特殊福利,比如健康保障、企业优惠,甚至是以他们形象塑造广场雕像,以他们的身份来命名节日。

3. 更健康的互联网生活。该预测来自于麻省理工学院的科学社会学教授 Sherry Turkle。

Turkle 教授说,经历了疫情,我们可能会拥有更健康的互联网生活。虽然疫情让更多人不得已把很多活动转移到网上,但是相比起那种沉迷在游戏里,藏在一个虚拟身份背后的状态,疫情期间的线上生活更“真实”,因为很多人是把自己在线下的生活给搬到了线上,比如大提琴家马友友在网上直播开音乐会,每天发一首他拉的曲子;瑜伽老师在网上免费教瑜伽课;投资人在网上听创业者路演。Turkle 教授认为,这次疫情会让我们重新思考,我们怎么给手头的电子设备赋予更多的人性。

但愿人们能从这次原本可以避免的世纪大灾难当中吸取教训,专业知识能被重新得到尊重,避免无事“吹牛”和有事“甩锅”的行为再次危害世界。

AMCO 和 MCCC 携手支持

明大“羟氯喹治疗 COVID-19 临床试验”重大项目

明州华联会和明尼苏达中国商会将一起支持明大医学院“羟氯喹治疗 COVID-19 临床试验”研究。我们欢迎其它组织和华人华侨尽一点绵薄之力,助推这一重大项目的实施。众所周知,只有药物治疗才是抗疫的终极方式。为此,明尼苏达大学已开始启动一些药物的临床实验、公开向全国诚招志愿者并筹集经费。经过认真分析,我们认为明尼苏达大学正在开展的“羟氯喹结合用于 COVID-19 治疗”临床试验,希望能以最快速、最安全的方式为新冠病毒患者找到治疗方法。

为此,明州华联会和明尼苏达中美商会将《明州爱心基金》中捐款赠给明尼苏达大学基金会并定向用于这一临床研究。

Kristi Flanagan Villar, Chief Development Officer 对明州华联会负责人说:“…… At the University of Minnesota, we are not waiting for the future to unfold. Instead, we are marshaling the vast ingenuity, skill, and experience of our world-class University and extensive health care system as quickly as possible to get ahead of the virus and serve our community and beyond in the days to come. We need your help.



明州华联会



明尼苏达中美商会

We have three clinical drug trials underway to treat patients at different stages of infection. All three are testing existing drugs approved for other conditions, so they can be deployed quickly if they prove effective against COVID-19. One in particular is the malaria drug hydroxychloroquine, we are enrolling 1,500 patients in a trial of the hydroxychloroquine to treat people directly exposed to, but not demonstrating signs of, COVID-19 infection. On an accelerated time-line and with philanthropic support, testing of the drugs' safety and efficacy will begin this week and more lives can be saved.

Together, we can show the rest of the nation—and the world—how to get in

front of this pandemic and save more lives. We would tremendously value your partnership in this work of such magnitude and importance.

Please let me know if you have any questions about the information above. We deeply appreciate your fundraising support and your partnership during this important time.

欢迎大家捐款支持《明州爱心基金》项目,确保这一项目获得成功!明州华联会是美国合法的501 C3 非赢利组织,捐款方式如下:

1) Online Donation:
<http://www.mnchineselife.com/event/minnesota/>
 2) Donation by Check:
 Pay to: Alliance of Minnesota Chinese Organizations or AMCO

Mailing address:
 AMCO

P.O. Box 879, Anoka, MN 55303

注明: Minnesota Chinese Love Fund

据悉,中国特别是武汉新冠病毒肺炎疫情已出现根本好转,武汉更是开城在即,我们明州华联会和明尼苏达中美商会发起的《明州爱心基金》支持武汉的活动已于3月初结束并于3/19日启动支持明州本地的美国抗疫行动。到目前为止,《明州爱心基金》尚有二万五千多美元(包括明州中国商会的七千多美元)可用来支持明州本地抗疫新冠病毒工作。新一轮的捐款工作正在进行中。

美国总统已宣布全国紧急状态,明州州长也宣布启动软性紧急状态,美国上下现已紧急动员采用多途径抗疫。作为明州本地华人华侨,我们希望将募集到的每一分爱心款都能用在刀刃上,为我们的“爱心”找到归宿,我们将尽一点微薄之力助推“羟氯喹结合用于 COVID-19 治疗”临床试验的成功实施。



近来由于美国疫情的发展迅速,在美留学生及华侨华人的抗疫问题频频冲上热搜。3月26日,中国驻美国大使馆邀请到上海新冠肺炎医疗救治专家组组长、复旦大学附属华山医院感染科主任张文宏教授,通过央视新闻平台与在美留学生及华人华侨代表视频连线,为大家现场答疑解惑。

1. 流感季,如何区分新冠肺炎和流感?

答:在流感季我们事实上很难区分流感和新冠,最麻烦的是新冠和流感还可能合并。

在美国新冠发病率比较低,检测试剂还没有特别到位的时候,他们可能先做流感检测,如果流感阳性就不再做新冠检测,但是现在这个策略肯定要发生改变。因为新冠的发病率上升了,合并感染也会成为一种可能,单纯的新冠风险也增加很多。

所以我建议在必要的时候听从医生的安排,他会给你非常明确的答案。根据美国现在的试剂投放量和诊断水平,我认为非常容易搞清楚。纽约州病例数的大幅增长,事实上跟它检测到位有非常直接的关系。如果不具备检测能力的话,哪里来的3万多?所以例数越少的地方,有可能是检测不到位的地方,例数越多的地方,它的检测是到位的。

2. 新冠重症概率有多大?

答:不同阶段的重症比例不一样。

早期中国是因症就诊,重症比例会偏高。上海350个新冠肺炎病人当中,重症大概是10%,需要医院提供床位;急重症约5%,需要进ICU。在美国,如果也是因症就诊,比例应该差不多。

现在中国情况大不一样了,大量海外人员流入,全部都做核酸检测,筛出来很多无症状者,重症比例就开始下降了。

3. 与中国相比,为什么美国青年人的感染率显得那么高呢?

答:这跟新冠最本质的传播方式有关系。

根据中国前期流行病学调查得出的结论,感染风险主要是密切接触。中国有个特点,我们的疾控人员对病例的追踪是不遗余力。要追踪所有密切接触者,再把他们进行14天的隔离,事实上是非常困难的。这一点我觉得世界上做的同样好的国家不是太多,新加坡可能是一个,但在美国做到这样比较难。

而且所有的传染都离不开当地的社会环境,美国的年轻人有大量的社会活动,而且不戴口罩,就有很大的感染风险。这就是为什么在美国受感染的年轻人多,因为有很多密切接触。很多美国年轻人都有自己独立的生活空间,不跟家人住在一起,所以美国的家庭传播风险反而相对中国要小。

4. 为什么美国人不爱戴口罩?

答:不同的文化习惯、较低的传播概率和有可能引发的口罩挤兑问题。

对于一个没有戴口罩习惯的地方,第一,让人家戴口罩就等于要教育人家,一般来讲人家也不大理你;第二,他要问你,你有没有证据?你有没有数据?比如加州,今天是3000多个感染者,加州总人口是4000万,那就意味着按照人口比例,只有万分之一的概率。所以你出门碰到的第一个人是新冠的概率是多少?万分之一。

为了万分之一的概率,要强迫这个地方的人戴口罩,人家没这个习惯,你让他戴一定要有理由。所以从数学概率上看,这种防控效率很低。

中国驻美国大使馆 邀请张文宏教授

为留学生、华人华侨解读美国疫情

但是最大的问题不在这里,而是两点:第一,当这个城市所有人都戴口罩的时候,在美国这是非常恐怖的,因为从来不习惯如此,是不被接受的。第二,美国生产的口罩根本不够,口罩的储备也不是很丰富。如果美国人都去买,会出现口罩挤兑的问题。口罩挤兑会造成两个问题,一是真正生病的人没有口罩了,美国的口罩是给生病的人戴的,避免他把含病毒的唾沫喷到你脸上;二是医务人员没有口罩了,都得倒下,怎么救你?所以口罩的事情,我个人觉得你不得不站在当地的风俗习惯、对疾病的传播效率以及口罩挤兑引起的一系列事情来综合考虑。

你说戴口罩有没有意义?当然有意义。各位在自己的国家和亚裔人群当中,如果是接受口罩的地方,我个人觉得在人群聚集的时候戴口罩意义是比较大的。如果我接触一个人风险是万分之一,如果接触100个人,那不是变成百分之一了吗?所以你就知道为什么现在要取消纽约、加州的聚会,就是要降低人群聚集的风险。

5. 疫情初期华人戴口罩被歧视了,究竟出门还要不要戴口罩?

答:只要保持好社交距离,就没必要戴口罩了。

第一,如果去超市,挑人少的时候去,只要保持一定的距离,两个人互相之间又不说话,这种概率下被感染的风险基本没有。第二,在超市结算的时候,可以去自动结算机去结算。第三,去华人超市,在里面戴好口罩,疯狂购买,回去以后立刻洗手。只要这几点做到,跟你戴或不戴口罩,一点关系都没有。因为戴口罩只适用于人多的地方。

但是我现在看到的最大的问题是华人扎堆吃饭,也都不戴口罩,因为戴口罩就没法吃饭。所以这个时候应该取消一切社交,在美国叫social distancing,保持社交距离。只要保持好社交距离,就没必要戴口罩了。

还有就是,以我今天的计算,美国的医疗冗余度到目前为止超过欧洲任何一个国家包括德国,所以不用太过紧张,戴不戴口罩在美国不重要,但在中国很重要。

6. 美国疫情的拐点何时能到?

答:取决于美国最近采取措施如严格的居家隔离令之后的效果。

美国各州基本上都是自己按自己的方法去做,大家的政策各方面也都不同,所以美国在早期出现一些不同步也是非常的正常。

那么美国的高峰在什么时候可以见到?就取决于最近美国采取的这些非常严厉的紧急措施的效果。我觉得这些跟中国上海当时做的事情完全一样的。当时采取这样的策略,把武汉城给封掉,我们叫lock down。我们上海采取的什么?是shut down。Lock down和shut down还不一样,shut down的经济活动是继续保持的,叫大家最好stay at home。

我觉得现在马里兰、华盛顿增长这么快,事实上已经错过了非常好的早期阶段,是什么阶段呢?就是盐湖城的阶段。盐湖城现在只有几百个病人,早期病例上升的时候是最佳时机。一旦错过,现在整个美国东部已经出现了社区的传播,这个时候不得已就只能采取居家隔离,延缓社交。这种做法到底能不能取得效果?取决于政策是否能执行到位。

如果政策执行不到位,拐点还看不见,那么美国现在的病例数还会呈指数级的上升,那个时候有可能会出现医疗资源的不足。但是如果执行到位,原则上讲,10天到14天左右,我们可以看到新增病例数降低。

这病唯一的一点是经不起隔离。你如果能够做到充分隔离,这个病一定能够控制住。你叫我预测极为艰难,大家做检测、做隔离的决心是不是够大?如果做检测决心够大的话,新加坡已经演示给你看了。如果隔离和检测都做得很好,韩国和中国都演示给你看了。

7. 留学生如果感染了该怎么办?

答:一定要在该去医院的时候去医院。

我在美国待过一段时间,当时购买的是等级最低的医疗保险。如果你也是,不必担心,即使等级最低的保

险也会覆盖重症新冠。

新冠的特点是即使不去医院,80%的轻症患者也可以在家里“熬”过去。如果发烧了,自己先熬一熬,睡觉,多喝水,多吃维生素c,多吃水果,多吃鸡蛋,多喝牛奶,手机关掉,家人的哭泣对你造成的影响会更大。

去医院有两个作用,一是提供隔离,避免传染家人;二是轻症病人可以通过治疗加速恢复。真正需要入院治疗的病人是10-20%,需要氧疗。很多人认为现有治疗的最关键环节是抗病毒治疗,事实上目前世界上还没有公布确切的抗病毒治疗药物。

那么什么情况下必须去医院?就是成为10-20%需要氧疗的病人或者5%的极重症患者。你觉得自己呼吸有一点点困难,这是第一点。第二点是走楼梯觉得有一点点走不动,气有点接不上。这个时候是去看急诊的非常重要的时间节点。有时候发烧还并不一定是去看急诊的时间节点,呼吸情况是非常重要的。

美国政府开始不着急,现在采取很积极的措施,因为他们很清楚自身医疗体系的极限,也就是病例多到什么程度医院的病床有可能容纳不了。今天我看到一段纽约急诊室的录像,他们又新进了很多呼吸机,一排排像士兵一样列队。从现在纽约人口数和重症ICU床位数来看,纽约医院有足够的空间,呼吸机配置是足够的,超过德国。美国的ICU床位在全球范围内超过德国,远超英国,跟意大利就不要比了。所以考虑现在纽约的发病率,你待在那里是很安全的。

8. 病毒通过空气传染的可能性有多大?

答:在一般的电梯里,没有剧烈的咳嗽,没有大量病毒喷出来,空间量也不是太大,这种风险有可能有,但是从数学概率来讲,可以忽略不计。

在中国、在上海,可以说99.9%的病例都会追踪到谁传播给你的,没有一例是疑似共用电梯传播的。

那么什么情况下空气传播是有价值的?在一个密闭的空间,大量的病毒载量。什么情况下会发生这种事情?就是医务人员不戴n95口罩给病人气管插管,打开下呼吸道,大量病毒释放出来,在一个密闭的医疗空间里面,会造成气溶胶传播。

所以美国医生会给你一个建议,与其说戴口罩还不如经常洗手。手可能会接触到口罩的外面、里面,被污染的口罩比空气还要危险。所以在这种情况下,美国的医务工作者就会提醒你,戴口罩干什么呢,还不如洗手。他们是把洗手放在第一位的。

9. 需要服用维C、连花清瘟、氯喹等来预防吗?

答:不需要。

关于维C,在跟美国很多医生的接触中,我发现美国的华裔医生自己很少吃。我认为,为了预防新冠当然可以吃,如果吃了没什么坏处,哪怕不防新冠,防别的也行。但是不是必须要吃的?这就不一定了。

关于氯喹。羟基氯喹在国内治疗了相当多的病人,但氯喹或者羟基氯喹的作用还要等待更多临床试验的结果。首先它是个处方药,第二有可能有不良反应,所以在这里不建议所有的华裔去囤积大量的羟基氯喹或者氯奎。而且这个药原来是治疗寄生虫病的,现在用来治疗风湿病。如果你大量购买,真正需要的人都买不到。很多医生,华裔或非华裔的,觉得它好象有用,开了很多。我个人对最终的结论还比较保守,要等结果出来以后。你提到要预防,预防也是给风险最高的人预防。怎么会给你预防呢?既然华裔感染的人很少,你还叫每个人都吃这个药?得了流感也吃这个药?所以这个药不是用于预防用的。最好的办法还是多喝水、多喝牛奶、多吃鸡蛋、多睡觉,不出去瞎混。我认为不出去瞎混,这是最好的办法。

至于连花清瘟,你要把药留到最危险的时候吃,而不是一直吃着预防。如果美国疫情一下子还结束不了,要到冬天,你现在开始吃到冬天?所以我就问你,你家是不是囤积了足够的连花清瘟胶囊呢?如果就一盒,要放在最关键的时候用。



明州華人醫生協會

关于“新型冠状病毒”的医学指南

发布日期: 2020年3月17日。

善意提醒: 我们对这种疾病的认知仍在进行中, 对于个例病情处理, 请咨询并依赖您的医生同时获取最新的信息。

1. 如何及在哪里进行 Covid-19 的测试

目前全国范围内 COVID-19 测试套件仍处短缺状态, 本地直通测试站暂时关闭。截至3月18日, 各大医疗系统的测试套件仅供医院患者、医护人员和疗养院居民使用。若更多的测试套件可为大家使用, 我们将及时告知大家。COVID-19 的检测费用是健康保险和政府承保的。

在双城地区, Allina, HealthPartners 和 M Health Fairview 都在本地提供在线注册, 通过完成几个问答题后, 若认为您需要在检测, 在网上您会得知在什么地方进行检测。以下是双城3个主要医疗系统的网站, 您可以在这个平台注册 COVID-19 测试并了解更多关于这种疾病的问题:

<https://www.mhealth.org/childrens/care/conditions/covid-19>

<https://www.allinahealth.org/coronavirus>

<https://www.healthpartners.com/coronavirus>

2. 如果感染了 COVID-19, 怎么办?

对于症状较轻的人如只有低烧、轻度咽喉痛和咳嗽病人, 请与家人保持距离、戴口罩, 病情很可能自愈。

对于那些有中度症状和/或有其他疾病的如: 持续发烧、深度咳嗽、呼吸困难, 特别是如果你有潜在的糖尿病、哮喘、心脏病及免疫功能不全(或用有免疫抑制剂)时, 请及时打电话向您的医生咨询。

对于病情症状严重的人: 请不要耽误及时打电话给你的医生咨询, 若需要去急诊室, 请拨打911, 并立即告知他们您的病有关可能与 COVID-19 有关, 以便最好的为您服务, 同时减少疾病的传播。

3. 和 COVID-19 无关的常规门诊

在大流行期间, 大多数诊所都改用远程就诊。您无需出门就可以接受医生的治疗, 您可以通过电话交谈或在线咨询自己的医生。这是为了更好地保护患者并避免 COVID-19 的任何不必要的传播。如果没有紧急情况, 请推迟您的定期拜访, 需要处方打电话就可以了。您的电话看病会被收费。您的保险一般会有承保。请与您的保险公司核对详细信息。



为了最佳利用您的在线医疗服务, 建议你自备一个智能手机/iPad, 并下载 MyChart 程序(任何智能手机/iPad 商店都可以帮助您下载 MyChart 应用程序)。在此 MyChart 程序平台上您可以选择自己的医疗系统, 医院, 和医生(例如 M health Fairview, Allina, HealthPartners 系统里的不同医院或门诊)。请把您的远程医疗设备设置好, 这大概是医疗科学发展的方向。

4. COVID-19 的治疗

目前, 针对 COVID-19 疾病尚无循证论证得到认可的有效治疗方法, 已发表的抗病毒药物都还在实验期、经验性治疗, 同时每个药都具有潜在的副作用。临床管理侧重于症状缓解。值得一提的是, 发烧建议用泰诺, 而不是非-激素性抗炎药(NSAID), 例如布洛芬。休息好、健康饮食、定期运动、保持室内通风良好、保持适当的水分、积极乐观。健康的生活是保持自己的免疫系统强大和防病的最好方法。重要的是不要惊慌, 有事电话询问你的家庭医生。

新型冠状病毒疫苗的 I 期临床试验已于 2020 年 3 月在美国和其他一些国家正式启动。估计需要 1-2 年才能将其提供给公众进行预防。

5. 预防疾病传播, 仍然是控制疾病的最重要因素

COVID-19 是通过近距离接触(6英尺内)和人们咳嗽

或打喷嚏时发出的小湿滴传播的(也有人怀疑还通过气溶胶传播)。尽可能避免不必要的公共聚会, 因为无法知道谁是带病毒者。当带病毒者没有发病时, 他或她可能会在不知情的情况下将病毒传染给其他人。因此, 保持社交距离最为重要。如果您必须与某人在一起, 请尽可能保持 6 英尺的距离。勤洗手, 特别是在接触了潜在的感染源后, 要充分用肥皂和水洗手 20 秒。

若自己或家人(初诊或确诊)患有 COVID-19, 病人可能在 14 天内都无症状, 但无论如何必须保持隔离(直到医生认为您可以不隔离了)。另外请您一定通知自己的医生。如果您可能接触了 COVID-19 的患者, 请自动隔离 14 天。

导致 COVID-19 的病毒叫做 SARS-CoV-2。不同的来源有不同的说法, 但病毒一般在空气中存活不超过 4 小时, 在物体表面上可存活长达 14 天。因此, 建议病患用过房间后, 立即关闭 4 小时。然后用 70% 的 ETOH 擦拭可能被污染的表面。(请确保远离易燃物, 以免发生火灾。)

6. 如果感染了 COVID-19, 谁最容易发展到重症?

有免疫功能不全或心血管疾病、肺病和 60 岁以上的人, 得了 COVID-19 极有可能发展成重症, 包括死亡。

7. 有关 COVID-19 大流行的网站

美国主要新闻机构通常每小时都及时并有效地更新美国和世界各地的 COVID-19 大流行情况。

政府官方网站:

[cdc.gov](https://www.cdc.gov)

Minnesota Department of Health

8. MCHC 的免费诊所

我们的免费诊所将在疫情大流行期间保持关闭。我们将真对一些大家普遍关心的临床问题, 在我们的网站上定期发布我们当时所知的答案(请看本文开篇致辞)。我们会把答案放在 AMCP 的网站上, 并有可能在不同微信群和当地报纸之间进行分发。



Association of Minnesota Chinese Physicians

明尼苏达华人医生协会
COVID-19 抗疫捐款倡议书

新冠病毒肺炎已经潜入大家周围, 这个病毒不分种族, 不分党派也不分国籍, 它从武汉开始就已经向人类宣战。目前, 大面积检测还未能在明州真正实现, 疫苗和特效药的研制虽然迅速推进, 但还需要时间。我们相信, 病毒的感染病例将会在接下来的一段时期呈现指数级别地增长。在人类和病毒的战争中, 没有一个人能成为孤岛, 也没有一寸土地能有安宁。

和全美其他地方一样, 目前明州医院的隔离服、N95 口罩、外科手术口罩和一些防护用品严重不足, 一旦医生护士大面积感染, 后果不堪设想。明州华人医师协会愿意团结社区各界人士, 整合我们的资源和爱心, 共同迎战新冠病毒, 保护我们的美好家园。

近日, 世界卫生组织正式宣布, 新冠肺炎病毒可以通过气溶胶传播。这意味着医护人员的个人防护措施必须升级。明州医院目前计划使用两周的医疗防护用品一周就可能用完! 政府投放 81000 口罩, 远远满足不了可能的需求。

虽然有新闻报道军用战备物资已经被调用, Tesla 准备生产呼吸机, 3M 集中力量生产口罩, 但这些都需时间。情况非常紧急! 意大利和西班牙的情况我们都看到了。如果不积极行动, 那样的人道惨剧也会在我们这里发生!

我们宣布成立 "Covid-19 抗疫基金", 用以购买防护用品和应对防疫相关的任何后续需求, 欢迎个人和组织捐款。

• 我们在 HealthPartners, Allina, HCMC, M Health Fairview, Mayo, and North Memorial

Medical Center 等各大医院诊所工作, 作为一线医生, 能够获得最新最准确的抗疫资料和信息。

• 我们熟悉各类医疗物品的规格和用途, 和医院采购部门有密切联系。

• 我们和国内国际的学者及研究人员密切合作, 关注并汲取中国治疗新冠病毒的最新成果, 努力和明州的同行一起将本地疫情控制在最小范围。

明州华人医师协会是明州注册公益(免税)组织, 从 2003 年起, 17 年来坚持义诊、公众健康讲座、学生医学专业教育指导等其他社区服务。我们会在报纸、网站和微信即时更新基金数额及用途, 接受社区监督。

每一位热爱明州的同胞们, 让我们团结起来, 为自己和下一代在明州的美好未来共同努力。保护我们的医护人员, 保护我们的病人和社区! 让我们以具体行动回馈社会, 同心协力战胜 COVID-19, 恢复我们安宁的明州生活!

在 Covid-19 大流行危机之机, 明尼苏达华人医生协会现在急需您的捐款, 以帮助我们为一线医务人员和患者购买防护设备(PPEs)。您所做的每笔捐赠, 无论大小, 都非常重要。这是您挽救生命的时候, 请采取行动, 立即捐款!

捐款方式:

1. PayPal:

Covid19ReliefFundAMCP@gmail.com

请注意: 请在 PayPal 时选择 Friends and Family 选项, 以方便我们直接使用捐款。如果选择 Business 选项, 将会

被 PayPal 冻结 21 天。

2. Check:

付给: AMCP

请在支票的备忘上注明: Covid-19 Relief Fund

邮寄地址: Xi Pu, P.O. Box 251068, Woodbury, MN 55125

请注意: 请在寄完支票后给我们发邮件, 以方便追踪。如果您捐赠 5000 美金或以上, 或者您有任何特殊请求的话, 可以给我们发邮件, 我们可以提供 Pick-up 服务: Covid19ReliefFundAMCP@gmail.com

有朋友担心疫情之后的经济寒冬和大面积失业, 对捐钱有顾虑。这完全可以理解。我们的宗旨是, 保护好自己同时并回馈社区。

帮助社会共度难关的方法有很多, 除了捐钱, 还可以捐物做义工。目前最急缺的是口罩, 我们可以呆在家里少出门, 医生护士却必须守在医院里。他们面临着巨大的重复感染的风险! 请把医用口罩送给他们吧! 无论把钱和物资捐到我们医师协会, 还是自己直接捐到诊所, 都是华人对社会的爱心, 都是华人的努力。我们新设立两个口罩投放点:

西面: 16505 53rd Place N, Plymouth, MN 55446

东面: 11079 James Curv, Woodbury, MN 55129

请您同时给我们一个邮件, 写明捐赠人、品种和数量, 如果有照片更好。我们会为您贴上华人社区标签, 统计好, 代您投放各个医院, 您也可以直接投放各大机构, 在我们这里登记一下, 我们定期向社区汇报。

明尼苏达华人医生协会 (AMCP) 是明州注册公益 501(c)3 组织: Tax ID 41-2110502

《发哨子的人》

(接上期)

活着就是好的

在1月23日封城前一天的晚上,有相关部门的朋友打电话问我武汉市急诊病人的真实情况。我说你代表私人,还是代表公家。他说我代表私人。我说代表个人就告诉你真话,1月21号,我们急诊科接诊1,523个病人,是往常最多时的3倍,其中发烧的有655个人。

那段时间急诊科的状况,经历过的人一辈子都忘不了,甚至会颠覆你的所有人生观。

如果说这是打仗,急诊科就在最前线。但当时的情况是,后面的病区已经饱和了,基本上一个病人都不收,ICU也坚决不收,说里面有干净的病人,一进去就污染了。病人不断地往急诊科涌,后面的路又不通,就全部堆在急诊科。病人来看病,一排队随便就是几个小时,我们也完全没法下班,发热门诊和急诊也都不分了,大厅里堆满了病人,抢救室输液室里到处都是病人。

还有的病人家属来了,说要一张床,我的爸爸在汽车里面不行了,因为那时候地下车库已封,他车子也堵着开不进来。我没办法,带着人和设备跑去汽车里去,一看,人已经死了,你说是什么感受,很难受很难受。这个人就死在汽车里,连下车的机会都没有。

还有一位老人,老伴刚在金银潭医院去世了,她的儿子、女儿都被感染了,在打针,照顾她的是女婿,一来我看她病得非常重,联系呼吸科给收进去住院,她女婿一看就是个有文化有素质的人,过来跟我说谢谢医生等等的,我心里一紧,说快去,根本耽误不了了。结果送去就去世了。一句谢谢虽然几秒钟,但也耽误了几秒。这句谢谢压得我很沉重。

还有很多人把自己的家人送到监护室的时候,就是他们见的最后一面,你永远见不着了。

我记得大年三十的早上我来交班,我说我们来照个相,纪念一下这个大年三十,还发了个朋友圈。那天,大家都没有说什么祝福,这种时候,活着就是好的。

以前,你如果有一点失误,比如没有及时打针,病人都可能还去闹,现在没人了,没有人跟你吵,没有人跟你闹了,所有人都被这种突然来的打击击垮了,搞蒙了。

病人死了,很少看到家属有很伤心地哭的,因为太多了,太多了。有些家属也不会说医生求求你救救我的家人,而是跟医生说,唉,那就快点解脱吧,已经到了这个地步。因为这时候每个人怕的都是自己被感染。

一天发热门诊门口的排队,要排5个小时。正排着一个女的倒下了,看她穿着皮衣,背着包包,穿着高跟鞋,应该是很讲究的一个中年女性,可是没有人敢上前去扶她,就在地上躺了很久。只得我去喊护士、医生来去扶她。

1月30号我早上来上班,一个白发老人的儿子32岁死了,他就盯着看医生给他开死亡证明。根本没有眼泪,怎么哭?没办法哭。看他的打扮,可能就是一个外来的打工的,没有任何渠道去反映。没有确诊,他的儿子,就变成了一张死亡证明。

这也是我想要去呼吁一下的。在急诊科死亡的病人都是没有诊断、没办法确诊的病例,等这个疫情过去之后,我希望能给他们一个交代,给他们的家庭一些安抚,我们的病人很可怜的,很可怜。

“幸运”

做了这么多年医生,我一直觉得没有什么困难能够打倒我,这也和我的经历、个性有关。

9岁那年我爸爸就胃癌去世了,那个时候我就想着长大了当个医生去救别人的命。后来高考的时候,我的志愿填的全部都是医学专业,最后考取了同济医学院。1997年我大学毕业,就到了中心医院,之前在心血管内科工作,2010年到急诊科当主任的。我觉得急诊科就像我的一个孩子一样,我把它搞成这么大,搞得大家团结起来,做成这个局面不容易,所以

很珍惜,非常珍惜这个集体。

前几天,我的一个护士发朋友圈说,好怀念以前忙碌的大急诊,那种忙跟这种忙完全是两个概念。

在这次疫情之前,心梗、脑梗、消化道出血、外伤等等这些才是我们急诊的范畴。那种忙是有成就感的忙,目的明确,针对各种类型的病人都有很通畅的流程,很成熟,下一步干什么,怎么做,出了问题找哪一个。而这一次是这么多危重病人没办法去处理,没办法收住院,而且我们医务人员还在这种风险之中,这种忙真的很无奈,很痛心。

有一天早上8点,我们科一个年轻医生跟我发微信,也是蛮有性格的,说我今天不来上班了,不舒服。因为我们这里都有规矩的,你不舒服要提前跟我说好安排,你到8点钟跟我说,我到哪里去找人。他在微信中对我发脾气,说大量的高度疑似病例被你领导的急诊科放回社会,我们这是作孽!我理解他是因为作为医生的良知,但我也急了,我说你可以去告我,如果你是急诊科主任,你该怎么办?

后来,这个医生休息了几天后,还是照样来工作。他不是说怕死怕累,而是遇到这种情况,一下子面对这么多病人感到很崩溃。

作为医生来说,特别是后面很多来支援的医生,根本心理上受不了,碰到这种情况懵了,有的医生、护士就哭。一个是哭别人,再一个也是哭自己,因为每个人都不知道什么时候就轮到自己感染。

大概在1月中下旬,医院的领导也陆陆续续地都病倒了,包括我们的门办主任,三位副院长。医务科科长的女儿也病了,他也在家休息。所以基本上那一段时间是没有人管你,你就在那儿战斗吧,就是那种感觉。

我身边的人也开始一个接一个地倒掉。1月18日,早上8点半,我们倒的第一个医生,他说主任我中招了,不烧,只做了CT,肺部一大坨磨玻璃。不一会儿,隔离病房负责的一个责任护士,告诉我也倒了。晚上,我们的护士长也倒了。我当时非常真实的第一感觉是——幸运,因为倒得早,可以早点下战场。

这三个人我都密切接触过,我就是抱着必倒的信念每天在工作,结果一直没倒。全院的人都觉得我是个奇迹。我自己分析了一下,可能是因为我本身有哮喘,在用一些吸入性的激素,可能会抑制这些病毒在肺内沉积。

我总觉得我们做急诊的人都算是有情怀的人——在中国的医院,急诊科的地位在所有科室当中应该是比较低的,因为大家觉得急诊,无非就是个通道,把病人收进去就行了。这次抗疫中,这种忽视也一直存在。

早期的时候,物资不够,有时候分给急诊科的防护服质量非常差,看到我们的护士竟然穿着这种衣服上班,我很生气,在周会群里面发脾气。后来还是好多主任把他们自己科室藏的衣服都给我了。

还有吃饭问题。病人多的时候管理混乱,他们根本想不到急诊科还差东西吃,很多科室下班了都有吃的喝的,摆一大排,我们这里什么都没有,发热门诊的微信群里,有医生抱怨,“我们急诊科只有纸尿裤……”我们在最前线战斗,结果是这样,有时候心里真的很气。

我们这个集体真的是很好,大家都是只有生病了才下火线。这次,我们急诊科有40多个人感染了。我把所有生病的人建了一个群,本来叫“急诊生病群”,护士长说不吉利,改成“急诊加油群”。就是生病的人也没有很悲伤、很绝望、很抱怨的心态,都是蛮积极的,就是大家互相帮助,共度难关那种心态。

这些孩子们、年轻人都非常好,就是跟着我受委屈了。我也希望这次疫情过后,国家能加大对急诊科的投入,在很多国家的医疗体系中,急诊专业都是非常受重视的。



(发哨子的人:艾芬)

不能达到的幸福

2月17号,我收到了一条微信,是那个同济医院的同学发给我的,他跟我说“对不起”,我说:幸好你传出去了,及时提醒了一部分人。他如果不传出去的话,可能就没有李文亮他们这8个人,知道的人可能就会更少。

这次,我们三个女医生全家感染。两个女医生的公公、婆婆加老公感染,一个女医生的爸爸、妈妈、姐姐、老公,加她自己5个人感染。大家都觉得这么早就发现这个病毒,结果却是这样,造成这么大的损失,代价太惨重了。

这种代价体现在方方面面。除了去世的人,患病的人也在承受。

我们“急诊加油群”里,大家经常会交流身体状况,有人问心率总在120次/分,要不要紧?那肯定要紧,一动就心慌,这对他们终身都会有影响的,以后年纪大了会不会心衰?这都不好说。以后别人可以去爬山,出去旅游,他们可能就不行,那都是有可能的。

还有武汉。你说我们武汉是个热闹的地方,现在一路上都是安安静静的,很多东西买不到,还搞得全国都来支援。前几天广西的一个医疗队的护士在工作的时候突然昏迷了,抢救,后来人心跳有了,但还是在昏迷。她如果不来的话,在家里可以过得好好的,也不会出这种意外。所以,我觉得我们欠大家的人情,真的是。

经历过这次的疫情,对医院里很多人的打击都非常大。我下面好几个医务人员都有了辞职的想法,包括一些骨干。大家之前对于这个职业的那些观念、常识都难免有点动摇——就是你这么努力工作到底对不对?就像江学庆一样,他工作太认真,太对病人好,每一年的过年过节都在做手术。今天有人发一个江学庆女儿写的微信,说她爸爸的时间全部给了病人。

我自己也有过无数次的念头,是不是也回到家做个家庭主妇?疫情之后,我基本上没回家,和我老公住在外面,我妹妹在家帮我照顾孩子。我的二宝都不认得我了,他看视频对我没感觉,我很失落,我生这个二胎不容易,出生的时候他有10斤,妊娠糖尿病我也得了,原本我还一直喂奶的,这一次也断了奶——做这个决定的时候,我有点难过,我老公就跟我讲,他说人的一辈子能够遇到一件这样的事情,并且你不光是参与者,你还要带一个团队去打这场仗,那也是一件很有意义的事情,等将来一切都恢复正常以后大家再去回忆,也是一个很宝贵的经历。

2月21号早上领导和我说,其实我想问几个问题,比如有没有觉得那天批评我批评错了?我希望大家能够给我一个道歉。但是我不敢问。没有人在任何场合跟我说表示抱歉这句话。但我依然觉得,这次的事情更加说明了每个人还是要坚持自己独立的思想,因为要有人站出来说实话,必须要有人,这个世界必须要有不同的声音,是吧?

作为武汉人,我们哪一个不热爱自己的城市?我们现在回想起来以前过得那种最普通的生活,是多么奢侈的幸福。我现在觉得把宝宝抱着,陪他出去玩一下滑梯或者跟老公出去看个电影,在以前再平常都不过,到现在来说都是一种幸福,都是不能达到的幸福。

(未完待续,转载自《人物》)

听力知识连载

(接上期)

耳聋耳鸣知识(四)

周志益博士 (明州)

耳鸣离耳聋有多远

耳鸣是否意味着将会耳聋呢?不少人因为存在这样的顾虑而惴惴不安。

耳鸣是患者的一种主观感觉,耳鸣性质可能是嗡嗡声、铃声、轰鸣声、哨声、嘶嘶声或更复杂的声音,而这些声音始终在变,它可以是间断性、持续性或搏动性(与心跳同步),通常伴有耳聋。

耳鸣尤其多见于中老年人,这是因为人体器官逐渐衰老之后,出现老年性聋,听力下降,同时伴发耳鸣。

高血压、颈椎病也会引起耳鸣

耳鸣几乎是所有耳疾都能发生的症状,包括盯聆或异物所致的外耳道阻塞、感染(外耳道炎、中耳炎、迷路炎、梅毒、脑膜炎)、咽鼓管阻塞、耳硬化症、中耳肿瘤(如鼓室球体瘤和颈静脉球体瘤)、梅尼埃病、蛛网膜炎、桥小脑角肿瘤、药物性中毒(如水杨酸、奎宁及其合成同类药、氨基糖苷抗生素、某些利尿剂、一氧化碳、重金属及乙醇)、心血管疾病(如高血压、动脉硬化、动脉瘤等)、贫血、甲状腺功能减退、遗传性感音神经性聋、噪音性聋、声创伤(爆炸性创伤)及头部创伤。

可见,引起耳鸣的原因复杂多样,一旦出现耳鸣的症状,应该及时到医院进行必要的检查,需要最低限度的基本的听力学评估,必要时进行CT和核磁共振检查,搏动性耳鸣需要检查包括颈动脉和椎动脉的血管系统造影,以排除动脉阻塞、动脉瘤及血管肿瘤。

耳鸣不会引起耳聋

不少人认为,耳鸣会导致耳聋,这种观点是错误的。耳聋通常会伴有耳鸣,耳

鸣可以说是耳聋的后遗症,但耳鸣不一定伴有耳聋,更不会引起耳聋。但发现耳鸣后一定要及时到医院去检查,以便及早发现导致耳鸣的疾病,而这些疾病中,有些可能会引起耳聋。

耳鸣的治疗应针对根本的疾病,因为根本疾病的缓解可改善耳鸣。耳聋恢复,也往往能使伴发的耳鸣得到缓解。

久治不愈,避免焦虑情绪

有些耳鸣患者,常常担心会演变成耳聋,终日惶惶不安,到处求医,却总不见好转,于是情绪更加焦虑,导致耳鸣加重。在针对病因治疗之后,一般的耳鸣都可以得到改善,有些原发病无法根治或者没有明确病因的耳鸣,患者应该保持良好的心态。因为,这类耳鸣通常不会发展成耳聋,只要注意生活调养,就能使病情稳定不会发展,而良好的心态和必要的心理治疗,可以缓解这类耳鸣,在与耳鸣"和平共处"的情况下,逐渐得以缓解甚至消失。

下期我们会介绍
【耳聋耳鸣知识(五)】
敬请关注!

如果您有什么问题,请向明州美国之听著名听力学家周志益博士咨询。
电话: 651-324-4589
邮箱: jerryz@hearingofamerica.com



美容知识连载

(接上期)

眼部美容(六)

· 手术准备

护士会给你一些术前指导,以便帮助手术进行得更顺利。在术前两周,要禁烟,禁酒,避免口服含阿司匹林的药物和有活血功能的中成药物等。术前准备一副太阳镜(用于遮掩伤痕)、冰袋(用于术后冰敷伤口)等物品。女性尽量避开经期和孕期进行手术。术前脸部不要化妆。切记,要安排一个人随同你手术,以方便在术后帮助你回家。

· 手术过程

眼睑整形术在局麻和口服镇静剂下完成,偶然情况下,可能需要静脉镇静。手术过程中,你基本上是醒着的,但处于轻度嗜睡状态,不会感觉到疼痛。有时你可能会感觉到皮肤的牵拉或者偶尔会感觉不舒服。

通常情况下,手术会在1-2小时完成,时间长短取决于手术过程。手术过程中,医生会在沿着眼睑线,例如上眼睑的自然皱折,或者在下眼睑的睫毛下做一个切口。切口可能会延伸到外眼角。医生经由切口把皮肤与组织和肌肉分离,去掉多余的脂肪或者修建掉松弛的皮肤和肌肉。然后用非常细小的缝线进行缝合。

如果下眼睑有脂肪袋,但不需要去掉皮肤,可以做经眼结膜眼睑整形术。经眼结膜切口无需缝合。因为手术切口在你的下眼睑内侧,不会留下任何可视疤痕。这个手术通常适合皮肤弹性较好的年轻人。

· 可能的并发症

并发症有可能发生,但很少见。小的并发症包括术后几天的复视或者视力模

糊,眼睑肿胀,和痊愈后细微的不对称或者疤痕。缝线去除后,细小的微小囊肿会显示,但可以用针头进行处理。

术后,当病人睡觉时,有些病人可能出现短期闭眼困难,如果不能完全复原,通常可以通过手术矫正。另一个少见的并发症是睑外翻,下眼睑外翻。这些手术并发症,可能需要进一步手术矫正。一个极少见的并发症—眼球深部出血,可能会发生在手术当晚,会非常疼痛。如果不能及时处理,可能会导致视力下降,甚至失明。

· 手术过程

眼睑整形术会大大改善您的外表,增加您的自信心。但是它不可能一定会使您的外观搭配得非常理想。在手术前,您需要仔细考虑您的期待值,并和医生讨论手术的必要性。

最佳的手术适应症:身体健康、心态稳定,并且对手术结果期待比较现实的任何男女都适合做眼睑整形术,通常病人至少35岁。但单纯双眼皮手术适合任何健康成人。但是如果您的家族中有松弛的眼袋史,可以在比较年轻时就进行手术矫正。有甲状腺疾病,如甲状腺机能不全和甲状腺机能亢进,“干眼症”或足够的眼泪,糖尿病,高血压,或其他循环系统失调可能会出现术后并发症。

下期我们会介绍
【眼部美容(七)】
敬请关注!

有兴趣者请联系免费咨询
电话: 952-922-9999
邮箱: info@shumdc.com
网站: www.shucosmeticsurgery.com



伍譚淑華
Virginia Ng

外語學士, 教育碩士
擁有估價師執照
擁有房地產專家證

Top 1% in Nation

Tel: 763-595-9975
Cell: 612-414-6177
email: sendtovng@msn.com.



經驗多 門路廣

精通: 英語, 國語, 粵語;
常備專才律師, 建築師及助理,
為顧客提供多方位周全服務

專營: 新建, 現成房, 土地, 餐館, 商業中心, 公寓等

20多年成功經驗, 精于議價, 善于貸款
竭誠為顧客提供優質服務

杨榕会计师事务所

A Certified Public Accounting Firm

Kate Yang, CPA, MBT; IRS Authorized E-File Provider
明州執照註冊會計師 CPA, 商業稅務碩士
美國註冊會計師協會會員

服务目标: 高性价比, 可信赖的专业服务, 降低查税风险
服务范围: 公司财务, 人工, 税务, 审计, 成立公司, 牌照, IRS代理, 个人报税, 组织财税
服务群体: 公司, 个人, 组织
服务语言: 英语, 国语, 粤语

新地址
Address: Suite 129, 2233 North Hamline Ave, Roseville, MN 55113
Office: 651-784-7211 | Direct: 651-206-1799 | Fax: 651-925-0325
Email: email@rongyangcpa.com 中英文网站: www.rongyangcpa.com



三個星期的胎兒就有了心跳!

如果您意外懷孕, 請千萬不要墮胎, 我們可為您提供免費服務。請珍惜生命!

請電
651-771-1500
1-800-712-4357
www.optionline.org

Yifan Fund
Pro-Life Action Ministries
(有中文翻譯)



六個星期胎兒的照片

缺啥也不能缺口罩

阿涛



一场新冠肺炎疫情,让口罩忽然变成了最受追捧的商品,甚至出现了一罩难求的局面。也难怪,从2019年情况看,全中国一天也就2000多万只口罩的产量,何况前一阵子适逢春节假期工厂开工不足,这点产能哪够十几亿人用呢。

好在,中国不愧是世界头号工业制造强国,短短一个月,口罩产能就急剧上升,到2月29日,全国口罩日产就达到了1.1亿只。

虽然口罩依然紧俏,但离想买就买的日子应该不远了吧。阿涛画了一组关于口罩的幽默画,算是为这个全民戴口罩、口罩很珍贵的特殊日子,留下一点纪念吧。

(转载自《阿涛漫画》)



今天戴口罩出门买口罩
到处都没买到
结果还损失了一个口罩



为什么外出要戴口罩
因为不戴容易丢脸



我有几十只口罩呢
你愿意和我在一起吗



尊严这东西
需要口罩去捍卫
否则就是死要面子活受罪



你也别走近我
我不是走近你



明是病毒鬼崇
结果却是我们鬼崇



作为一个貌丑之人
我其实挺喜欢
全民戴口罩的



以前戴口罩去抢钱
现在是带钱去抢口罩

云迷雾罩

释义:想买口罩,却看不清楚它在哪里。



感恩戴德

释义:感恩于那些自觉戴口罩的人的美德。



这段时期戴口罩
是老天爷让我们
少自吹多反思



网络也有病毒
别被谣言传染

抗疫文学作品欣赏

《宅有所得》

· 钱国宏(辽宁)

新冠肺炎疫情爆发以后。按照街道和社区的要求,我们一家祖孙三代5口人在101平方米的楼房里,开启了空前的“宅生活”模式。本以为“宅生活”会憋闷无比、百无聊赖,谁知半个月下来,我们一家竟然收获颇丰,大出意料!

“宅”出了学问。“宅生活”开始后,因为有了充足的时间,全家人首先把目光投向了书柜中的那些书。柜中的书,有一部分是我春节前从网上买的新书,还没来得及及阅读。这回全家人可以过足“书瘾”了!家人们根据不同的阅读喜好,分别选择自己喜欢的书来读。小孙子选了《最美中国童谣220首》《格林童话》,读得津津有味。儿子和儿媳喜欢旅游,选择了《100个地方畅游通》《跟着唐诗宋词去旅游》《湖北经典导游词》《最美的101个特色旅游地》等书。我和老伴喜欢历史,我们挑了《一本书读完历代趣闻轶事》《大唐宰相趣闻轶事》《中国文化1000问》《历史的智慧》等。由于没有外界骚扰,心境宁静,所以书读得很惬意,不急不慢,循序渐进,随风潜入夜,润物细无声。我们真正体味到了“读书有味心忘老”、“抛书人对一帘春”的佳境。小孙子每天站在阳台里哼哼叽叽地唱童谣,儿子儿媳实现了足不出户而畅游九州!夫妻俩甚至列出了《疫后出游路线图》。我和老伴儿在享受阅读乐趣的同时,也开阔了视野,对人生的第二春有了新的感悟。

“宅”出了亲情。以前全家5口人,每天吃过早饭之后便天各一方:孙子上幼儿园,儿子儿媳奔单位,我和老伴一个去老年大学,一个去广场。5口人难得聚在一起,每天都在匆忙中度过。宅居后,全家人每天都能够坐在一起聊天、喝茶、做饭、看电视、关注疫情;问问幼儿园里的情况,说说单位里的趣事,讲讲老年人的学习热

情,唠唠广场舞的心得……不知不觉中,家人的心贴得更近了,“家”的氛围更浓了!我第一次看到了小孙子聪明伶俐、虑事周详的一面;第一次感受到了儿子儿媳体贴入微的孝悌之心;第一次看到了老伴关注国事的担当情怀。当全家人一起做饭、围桌而餐的时候,那种浓浓的亲情,像水一样淹没了我们的蜗居……

“宅”出了健康。由于宅居,无法出外健身,担心家人“长膘”,儿媳便提出了室内健身计划:每人每天必须抽出半小时进行各种形式的健身锻炼。小孙子和他的爸爸每天在跑步机上跑半个小时,儿媳在跳舞毯上跳40分钟。老伴按照儿媳的指导,在床上学做瑜伽。很多人以为老年人不宜做瑜伽,其实挑些简单的动作,老年人还是可以练瑜伽。我则利用每天拖两次地的机会来锻炼自己。宅居半个多月来,每个人精神状态都很好,心情愉悦,保证了一定的运动量,全家人没有一个人胖成“肥猫”!

“宅”出了财富。我和老伴利用宅居的这段时间,把我俩存在电脑中的旅游照片和相册中的照片,按照出游的时间、省份进行了整理,而且还写出了简单的游记。儿子儿媳和孙子很喜欢我们的这套“图文游记”,握着鼠标翻看个不停。儿子说这是我们老两口留给他们的最好的非物质文遗,也是全家人的财富!我和老伴通过整理“图文游记”,实际上也是为我俩的人生留下了一个个难忘的注脚!

宅家虽然有一些迫不得已,但是我们是响应国家的号召,更是为了战疫的需要!我们不但没有给国家添乱,反而在小天地里酿造出了属于平民百姓的快乐!祖孙三代5口人宅居的日子过得活色生香,五彩缤纷,充满了情趣!我想,疫情结束之后,我们这段“宅生活”,没准会成为一段佳话呢!

《回家烹饪》

· 流沙(浙江)

2020年的开头影响着大家的生活方式,许多人回归家庭,一日三餐被烟火气笼罩,好象回到了几十年前,我们的一日三餐几乎都是妈妈解决的,而不是美团、肯德基、麦当劳以及各式各样的餐饮店和加工食物。

自己烹饪的食物与工厂加工出来的食物是有区别的,后者的“原味”被大量破坏,而是加入了许多能让人味觉得快乐到添加剂、调味剂,家庭烹饪是不会这样去做的。

现在这个季节,沏一壶龙井,咬一口青团,这大概就是江南能品到的最正宗的春天了。青团亦称清明粿,这种江南传统应季小吃每年都会这个季节隆重出场,但十几年前多为“家庭版”,如今却越来越“工厂版”了。在网上看到,饮食界大咖们早早地就出品了各色青团:杭州“知味观”的青团变网红,李佳奇带货5分钟卖出10万个,还有不少甜品店也参与进来,加入各种馅料:酱爆芝士豆乳、鲜花牛奶、琥珀龙井、蛋黄肉松……可谓琳琅满目。这些青团外表青葱翠绿,颜色诱人,但许多网友的评价却不怎么配合:“现在的青团就是加了各种馅的糯米团子”,“我们只想吃妈妈的青团……”

前两天超市搞青团促销,拿回家蒸了以后,居然变成了一滩什么都分不出的糊糊。让人忍俊不禁。店家给出的解释是青团是正规大公司出产,是严格的标准制作,可能蒸煮方法有误。

这其实是件十分有意思的事情。“工厂标准化生产”慢慢成为食物的卖点,我们的味觉也慢慢适应了从生产流水线上并且已经封装好的食物。

加工食品的诞生其实还不到一百年。二战前,人们习惯于回家用餐。美国的商人为了能把食物卖到普通家庭,他们

先把加工好的食品卖到军队。军人每天有训练任务,这种加工好的食物既方便又好吃,可以节省许多时间,被军人接受,后来普通家庭也慢慢接受了。

在接下来的20多年,加工食品就成了美国、甚至欧洲大多发达国家的家庭必需品。从食品加工史上看,上世纪70年代是一个转折点,后来出现的肯德基快餐是具有标志性意义,因为食品加工出现了“超级加工”,购买后不可不再加工,而能直接食用。

肯德基甚至发起了“妈妈休息大餐”,就是说不用妈妈,我们的一日三餐也能解决了。

从此,食品行业蓬勃发展,规模越来越大。我们的一日三餐,离厨房越来越远,在生活和快节奏的逼迫下,烹饪成为了一件十分奢侈的事情,我们不愿意为食物浪费自己更多的时间。

而代价却是沉重的。食品加工公司总是以利润为导向的,他们只有追求低成本高效益才能获取更多的利润,这是所有“公司”的运作逻辑。而要低成本地制造出让人重复购买的食物,惯常的做法是加入盐、脂肪和糖以及调味剂,刺激人的味蕾,这样才能满足味觉的无尽的渴求,让人们不断购买。而由此导致的一系列如高血脂、高血压、糖尿病等公共健康问题,慢慢成为人类的健康灾难,但目前没有人会这样认为。

因为,我们可能从中获得了更多时间用来赚钱,而烹饪需要时间与耐心,会带来不少烦恼,两者相比较,每天靠外卖“续命”也是一种生活方式。而今年以来的回家烹饪生活新方式,给了我们一个重新审视食物健康的视角,能否带着审视的眼光看待那些加工食物,它毕竟事关我们的健康和未来。

(上接B11版)

疫情杂记

2

陶蓓蓓

想起他上中学时候那次,他爹出差,正值冬季大雪。家里就剩下咱娘儿俩,儿便自告奋勇去清除家里车道上的积雪。一会儿他回来了,又在翻铲雪机的说明书,只听得铲雪机还在外面轰轰响。问他,答是刚读说明书时只读了怎么开,忘了读怎么关了。这小子,生活上这么不用心,上班干活倒是蛮认真的。

我每天都会给我爸妈打电话。今天早上我妈告诉我,他们和外孙视频过了。我儿子让外婆外公放心,他会小心的;还告状说我不准他出门;说他公寓楼里还没有发现感染病例;他去买菜是走去的,戴了口罩,带了洗手液……

这臭小子,我问他怎么去的Trader Joe's,我的意思是有没有坐地铁或什么的,他使坏说是爬去的。

我哥家在凤凰城。他们

亚利桑那州感染人数排名本来一直在我们明尼苏达州后面,现在冲到我们前面去了,有400了。前些天我嫂子咳嗽、发烧,也没被测试。医生说是过敏。我心思都在儿子那里,有两天没有去联系了。今天打电话去问嫂子怎么样了,我哥笑着说“已经死了”。

都说男孩像娘舅。看这舅舅说话,还是大教授呢,难怪我儿子了。不过哥哥家应该没问题,现在都窝在家里。

当初中国疫情大爆发时,我亲眼目睹了周围华人买空市面上包括3M公司内部商店里的所有口罩,寄回中国援助。有医生甚至几乎捐空了所在诊所的储备。捐赠物资当然不只是局限于口罩,还包括护目镜,防护服,制氧机等。

如今海外全面告急。美国也沦陷了,形势比当初的中国更严峻。突如其来的大爆发,让美国一线医护人员的防护装备严重短缺。有护士朋友告知,他们医院麻醉科做气管插管都不一定保证能用得上N95口罩,更没有隔离服。朋友圈里还看见另一位护士在自制口罩。这样的无准备之疫战,怎不让人忧心忡忡!

“岂曰无衣?与子同袍”,这两句出自《诗经》的诗句,是明州华人医生协会发起募捐的动员令。医生们以及他们的家属们凭着一颗爱心,一腔热情,率先捐款,并付

出了大量的时间和精力,建立起抗疫基金。我们家也捐了,算是为抗疫作了一点小贡献。我看见明州好些其它华人组织也都在发起抗疫捐款活动。

大疫无情,人间有爱。女朋友中有位一线医生,经常在百忙之中挤出时间,和我们大家分享实时疫情,传授防护知识。另一位女朋友,一双儿女都身处高危地带。儿子在曼哈顿,女儿在外地医院工作。女儿都没戴口罩,她却捐出了家里的口罩给医护人员。她说即使寄给她女儿,她女儿也会送给一线的医生的。她还主动无偿帮助他们社区的一对老人购物,并送货上门。

不杞人忧天,却心怀怜悯。世界因为有他们而仍然美好!

大难当前,美国举国上下皆有同仇敌忾之念。今天美国政府刚刚通过了一个2亿美元的救灾方案。此方案最直接涉及到美国大多数家庭的是:如果个人年收入在7万5千美金以下(家庭年收入在15万美金以下),个人就可以拿到\$1,200的救济金(家庭可以拿到\$2,400),每个孩子还可以拿到\$500;一直到个人年收入9万9千美金以下(家庭年收入19万8千美金以下),都可以拿到部分救济金。厉害了,我的美国!

我们家三个人中,唯一有希望拿得到救济金的只有我;当然我得赶紧把老公休

了。我有刁民嫌疑哈。事实上,朋友圈子里,绝大多数家庭是拿不到钱的。但大家都支持这个方案,都希望可以帮助到更多人度过这个难关。

这篇杂记开场太严肃了。结束前加点幽默的吧!这是一位癌症专科医生和一位3M资深研究员在微信群里的对话。

医生:“听说你家里隐藏了口罩。可不可以借我戴两天,用完后肯定还给你。”

研究员:“可以给你私人定制。”

医生:“不要那么小气!是朋友就要有福同享,有难同当呀!”

研究员:“私人定制还小气啊?”

医生:“可以是。只是上次也有朋友想给我私人定制一个口罩,是嫌我说话太多了。”

玩笑有时候是不好意思说出来的真话。据我知道,医生们是真缺口罩。可惜我们也帮不了他。当初我让老公去他们3M公司搞点口罩来,他耸耸肩不听。现在根本都搞不到了,尽管3M加倍了生产量。我昨天还让老公在上海的外甥女给在纽约的儿子寄口罩。

夜深了,窗外漆黑一片。我想,美国疫情也应该是到了最黑暗的时候。

2020.3.25

住房

高档公寓出租(明大附近)

2卧室/2浴室, 其中1间卧室有私人浴室, 两个卧室之间是客厅, 配有家具, 面积980平方尺; 位于Prospect Park轻轨站的对面 (2900 University Ave SE, Minneapolis), 楼最高层很安静, 可以步行(20到30分钟)到明大上课。不带私人浴室的租金为750美元/月, 带私人浴室的租金为850美元/月(水电费包括在内)。如果两个人住一个房间, 额外加\$200。有意者请联系:
手机: 763-323-1769 电邮: kim.gee26@gmail.com

好房出租

1. Bloomington 西 4房 2车库 每月\$1100
 2. Hopkins townhouse 2房 2车库
 3. 各区均有房屋出租, 另有单间长短租
- 有意者请电: 510 598 5539**



陳桂芳
 房地產專業經紀人
 Tel: 612-812-6375
 Aileenchan.EdinaRealty.com
 Email: AileenChan@EdinaRealty.com



伍譚淑華
 Virginia Ng
 經驗多門路廣
 Tel: 763-595-9975
 Cell: 612-414-6177
 專業房地產經紀人 Email: sendtovng@msn.com



PEACE PROPERTIES LLC
 刘晓
 763 245 3991
 shawnXL@hotmail.com
 房地產買賣, 經營管理公司, 十多年經驗, 專長投資房, 歡迎諮詢!

廣告位招租
 熱線: 952-688-2848

明州房地產專業經紀人
趙廣平
 (952)232-9586
 rachelhappyhome@gmail.com
 微信: rachelhappyhome

**美国中医学院
 中医健康中心**
651-631-0204

生活服务

常青老人中心
 中心负责人: **吴玮** (Sally Wu)
 电话: 952-465-1704
 地址: 800 Boone Ave, N.
 Golden Valley, MN 55427

华人社会服务中心
 地址: 4111 Central Ave NE, Suite 200A
 Columbia Heights, MN 55421
 网站: www.csscmn.info
952-200-8972 (李怡)

康樂老年中心
 联系人: 秦丽新女士
612-208-3848
 西区: 5593 W 78th street, Edina MN 55439
 东区: 1399 N Eustis street, St Paul MN 55108

装修翻新 装潢材料 汽车维修 其它服务

黄氏装修公司
 拥有19年明州装修经验
 装修家庭住宅, 室内/室外
651-983-1218 David Wong(黄先生)
 Email: 430dpxwong@gmail.com



二胡招生
612-479-3700

TWIN CITY DISCOUNT GRANITE LLC
双城大理石折扣店
 地址: 11521 Eagle ST NW #10
 Coon Rapids, MN 55448
 TEL: 763-862-0888
 Benny: 917-353-6939

段峰建築設計事務所
 地址: 7096 East Fish Rd.
 Minneapolis, MN 55311
 电话: 612-326-3000
 fduan@duancorp.com

精诚装修公司
651-505-8888
 (王先生)
 Stone Construction LLC
 MN Lic: BC 746948
 stone5058888@gmail.com

Nexus Holidays
聯誼假期
 2155B South China Place, Chicago, IL 60616
 Toll free: 1-888-68-NEXUS(63987)
1-312-328-0688
 E-mail: chicago@nexusholidays.com

陳寬車行
 电话: **651-771-1590**
 陈宽/ Michael
 地址: 1383 Arcade Street
 St. Paul, MN 55106

RETECH PAYMENT SYSTEMS
RETECH
 PAYMENT SYSTEMS
 电话: 1 (888)-858-4218 EXT 2 (中文)
 传真: 1 (888)-439-0409
 地址: 1900 County RD D E Suite 115
 Maplewood MN 55109



美國之聽
 English
651-528-7868
 中文
651-324-4589
Jerry Zhou, Ph.D.
 周志益博士
 www.HearingOfAmerican.com
 service@HearingOfAmerican.com



外卖餐馆生意出售

老板搬家,出售明尼苏达州 Centerville 设备完善的亚洲餐馆。位置优越,租金低廉,并且家具齐全。餐馆主要承接外卖订单,是非常有利可图的业务。如有兴趣,请打电话留言或发短信到: **Mai (651)428-0268 (英文)**

餐馆生意出售

明尼阿波利斯中国餐馆,生意好、位置好、费用低、网评很好。老板移居外州,欲出售生意。

联系电话:
612-423-1078 李先生

餐馆诚请厨师和帮厨

Brooklyn Park 中餐馆 诚请一名厨师和一名帮厨,有意者请电:
(英文) 715-492-1031 (Meng)

餐館請人

Roseville 中餐馆 诚请一名洗碗打杂工,有意者请电:
612-708-8405

中餐館請人

Rose Garden 玫瑰园, Blaine Location 中餐館請人 诚请企台,油锅,帮炒和打杂
有意者请电: 763-614-8209
763-755-6000

会计事务所 贷款

法律咨询

保险 理财



明州專業房地產經紀人

陳桂芳

Aileen Chan

精通: 粵語、華語、英語
Tel: 612-812-6375

Aileenchan.EdinaRealty.com
Email: AileenChan@EdinaRealty.com

不論你認識那時候的陳桂芳,但認識她的朋友及顧客都會認同陳桂芳依然堅守同一宗旨“以誠懇的溝通,實際的行動,豐富的經驗,優秀的議價技巧,為顧客爭取最大權益”。

房地產的交易不單是買與賣,其中牽連不少其他的細節,比如房地產相關法律,稅務及買賣的權利與責任等等。因此,一個好的經紀人不儘是您最重要的資訊與顧問中心,更能幫助您作出最明確的決定。

房屋是可用價值衡量 經驗及口碑是無價

豐富的經驗
客觀的分析
忠誠的建議
滿意的服務

無價

Edina Realty 是明州最大的房地產公司,擁有最健全完整的體制及市場的最新訊息。
衷心感謝客戶及朋友的信任與推薦,讓我的事業不斷成長並榮獲 Edina Realty Master Circle Award 大獎。



二胡

Erhu (Chinese Violin)

招生

Lesson Offerings

Location 地点: Bloomington Eden Prairie Roseville
招生年齡: 兒童四歲半以上, 成年年齡不限
Children (age 4 1/2 and up) & Adults



Wei Ming Chiang Erhu Studio
612-479-3700
chia0042@gmail.com

Wei Ming Chiang has 18 years of orchestral experience and has been teaching erhu for 16 years. Since 2015, Wei Ming has been advancing his studies with Master Zhang YuMing, an erhu master and educator and designated national treasure in China.

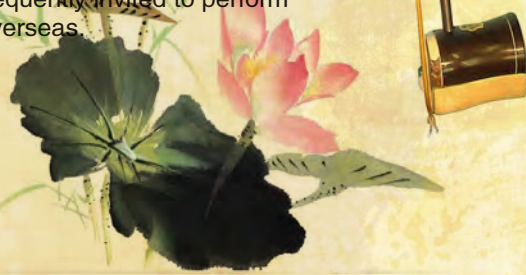
Many of Master Zhang's students, like virtuoso Yu Hong Mei, have won international competitions. Some students head music departments at prestigious music conservatories, while others hold positions in professional orchestras as conductor, concertmaster, or erhu principal.

Wei Ming was the interim concertmaster and erhu instructor with the Singapore Keat Hong Chinese Orchestra (KHCO). The 80+ member orchestra is well-known in Singapore and is the recipient of various honors: First prize winner and Best Performance Award for 7 consecutive years in the National Music Competition; awarded the National Youth Letter of Commendation, etc. KHCO is frequently invited to perform overseas.

郑伟民老师拥有十六年的教学经验和十八年的丰富乐队及舞台经验,曾担任新加坡吉丰华乐团的代首席和二胡指导。近年蒙幸得到张玉明二胡大师为师。

张玉明是中国国宝级的二胡大师及教育家。他的学生都在国际二胡大赛里脱颖而出,比如著名二胡演奏家于红梅。好些出名音乐学院的系主任,专业乐团的指挥,首席,和声部长都是他的学生。

吉丰华乐团拥有八十多位团员,在新加坡久享盛名。她曾经连续七届荣获全国音乐比赛冠军,荣获国家颁发优秀奖状。乐团经常被邀请到海外演出。



全统理财事务所

Legacy Financial Services LLC



房屋&汽车保險



人壽保險



醫療保險



退休保險



退休计划



大學儲蓄 & 规划



護理及殘障保險



理財課程



商業機會



Ann 玉恩
651-494-2074

公司地址 1
1611 County Rd B West
Roseville, MN 55113

公司地址 2
7760 France Ave S #1185
Edina, MN 55435



Sally 为云
952-200-9881

2020 育才“国学华风”夏令营

中文 美术 科学 音乐 功夫

学费详情

学费: 每期\$300
学费优惠期: 3月31日之前全额付款:
270/期(不含午餐)。
午餐费: 如有需要,育才将提供午餐:每周\$35
付费方式:
1. Mail check to: Yucai Chinese school,
PO Box 46155, Plymouth, MN 55446
2. 网上支付: Email to:
yucaimn.fee@gmail.com for instructions
邮箱: yucaimn@yahoo.com
网站: www.yucaimn.org
地点: Wayzata Central School
*退款: 5月1日之前取消,退还学费,但收取
100元手续费;5月1日之后取消,不予退款。

夏令营期

- 第1期 6月15日—6月19日
 - 第2期 6月22日—6月26日
 - 第3期 7月06日—7月10日
 - 第4期 7月13日—7月17日
 - 第5期 7月20日—7月24日
 - 第6期 7月27日—7月31日
 - 第7期 8月03日—8月07日
 - 第8期 8月10日—8月14日
 - 第9期 8月17日—8月21日
 - 第10期 8月24日—8月28日
- *如果某一期报名人数不足,育才才会考虑予以取消并退还付款。

课程表

- 8:30 - 9:00am
早上好!
- 9:00 - 10:50 am
中文(儿歌/故事/诗词)
- 11:00 - 12:00pm
手工/游戏
- 12:00 - 1:30pm
午餐/休息/户外活动
- 1:20 - 2:20pm
科学故事及实验
- 2:30 - 4:30pm
才艺(琴,棋,书,画,舞蹈,武术,体育)
- 4:30 - 5:00pm
回家吧!

报名方式

报名时间:
即日起至6月13日; *早鸟优惠期3月31截止。
报名年龄: 5-12岁
报名方式:
1. 育才网站:
https://tinyurl.com/u9m5ahh
2. 扫右侧微信扫码报名:



义工报名

育才为9-12年级学生提供
义工机会,并颁发证书。
义工网站报名:
https://tinyurl.com/rzq8pu8
扫右侧微信二维码报名:





美國美容外科中心 MedSpa

網站: www.shucosmeticsurgery.com

最新推出: 非手术减脂技术 Liposonix

- ◎ 皮肤护理保养
- ◎ 微晶磨皮嫩肤
- ◎ 彩光嫩肤
- ◎ 化学换肤嫩肤
- ◎ 激光去痣去斑
- ◎ 激光紧肤嫩肤
- ◎ 激光脱毛
- ◎ 终身面部提升

FULL BODY SERVICES:

- Vaser 高清晰度人體雕刻 (明州首創)
- 幹細胞自身脂肪豐臉, 豐乳, 豐臀術
- 乳房假體豐乳
- 陰道緊縮術, 會陰美容術 (明州首創)
- 無疤臉面部型, 迷你臉面部整形術
- 激光抽脂美身
- 雙眼皮成型, 去眼袋及眉毛提升術
- 迷你腹壁塑型

6545 France Ave S, Suite 290
Edina, MN 55435

(Inside Southdale Medical Center)



英文电话: 952-922-9999

大四川飯店

Grand Szechuan Restaurant

舌尖上的成都美味

10602 France Ave S, Bloomington, MN 55431
952-888-6507
www.Gramdszechuanmn.com

美西贷款 华人首选

US West Financial

A Mortgage Company You Can Trust

NMLS# 327874

- 最强专业团队
- 最大市场份额
- 最长可溯历史
- 最受客户信赖
- 最佳贷款方案



岁月如歌
美西蓬勃发展
不忘初心
服务始终如一
合作双赢
共建美丽家园

柳福生/Fisher Liu

NMLS#1468867

952-400-6886 (O)

612-695-8909 (C)

Fisher.Liu@uswestfinancial.com

刘芳/Flora Liu

NMLS#1440542

952-400-6883 (O)

612-361-9318 (C)

fliu@uswestfinancial.com

颜林/Lin Yan

NMLS#327834

952-400-6881 (O)

651-428-0889 (C)

lyan@uswestfinancial.com

利率走低, 莫失 Refi 良机!

欢迎来电咨询
总会有一份惊喜!

地址: 1864 Berkshire Ln N, Plymouth, MN 55441 Office: 952-400-6888

