



WORLD FEDERATION OF HEMOPHILIA
FÉDÉRATION MONDIALE DE L'HÉMOFILIE
FEDERACIÓN MUNDIAL DE HEMOFILIA

世界血友病联盟 (WFH) 网络研讨会：加强努力而非外出娱乐 从护理角度和社会心理角度看待 COVID-19 2020 年 5 月 4 日

Glenn Pierce, MD, PhD
Edward Kuebler, MSW, LLC
Richa Mohan, MA.M.Phil.
Kate Khair, PhD, RN
Marlène Beijlvelt, MSc, RN
Flora Peyvandi, MD, PhD

在日常生活中管理血友病和 COVID-19

Kate Khair (PhD, RN, 英国伦敦, WFH 护士委员会主席)
Marlène Beijlvelt (MSc, RN, 荷兰阿姆斯特丹)

与你的血友病团队和治疗中心保持联系

所有中心都具备能够继续提供护理的各种血友病治疗提供者。但在 COVID-19 疫情期间，血友病治疗中心是否开放将取决于国家、地区和医院发布的公告。在此期间提供的服务和护理可能与往常有所不同。尽管如此，血友病患者也请放心，因为他们的血友病团队还会继续工作并随时提供服务，而且还会监督他们的护理。

全球危机可能会加速通过视频方式进行临床咨询等一些现代技术的运用。很多国家可使用电脑或移动设备进行视频通话，现在这些通信方式几乎已在世界各地普及。建议血友病患者和家庭照护者咨询血友病中心，了解其能否提供电话或视频咨询。

各个国家和地方所颁布的 COVID-19 条例和预防措施（包括 COVID-19 的筛查和测试方法，以及在公共场合佩戴口罩等预防措施）会有所不同。如有血友病患者的 COVID-19 检测呈阳性，建议将此结果告知其全科医生和/或血友病治疗中心。

前往中心或医院接受治疗

如果患者需要前往治疗中心或医院接受出血治疗，或许可在医院的其他科室或其他医院获得服务。请参考你所在国家、地区和当地医院的具体规定，了解你所在中心或其他地方是否仍在提供血友病治疗。请咨询你的血友病团队或全科医生，了解在发生急性出血问题需要至医院就诊时该怎么办。

一些医院可能会为疑似和确诊 COVID-19 患者设置专门的指定区域。有些入口可能会受到限制，患者可能需要以不同于往常的方式进出医院。此外，医院也可能会采取额外的预防措施，以尽量减少前往医院的访客人数。例如，门诊部可能会暂停服务，可能仅部分时段提供预约就诊亦或进出人数可能受到限制（例如，仅允许父母一方陪同儿童进入）。

一些医院可能会安排血友病患者在家接受浓缩凝血因子给药以治疗出血。在某些情况下，年轻医生会在接受较短时间的培训后，前往患者家中治疗出血。



WFH

WORLD FEDERATION OF HEMOPHILIA
FÉDÉRATION MONDIALE DE L'HÉMOFILIE
FEDERACIÓN MUNDIAL DE HEMOFILIA

COVID-19 期间的手术

过去两个月，很多国家及地区都将所有计划的手术推迟到 COVID-19 疫情之后，但只要出现严重医疗紧急情况任何个人需要手术，则医院和血友病治疗中心会继续提供紧急手术处置。提醒急诊科工作人员和医生患者罹患血友病或存在其他凝血问题极为重要。

在疫情期间，外科护理的某些方面可能会与平时有所不同，具体取决于当地情况以及政府和医院的相关规定。患者住院时间可能会缩短，患者探视人数也可能会限定为 1 人或禁止探视，随访也可能会与平时有所不同。

如何管理库存

患者能够在家中、血友病治疗中心或所在地区保留多少凝血因子在很大程度上取决于其所处地点。对于能够直接从制药公司购买凝血因子浓缩物的国家和地区（主要是欧洲、美洲和澳大利亚），他们在凝血因子供应和准备充足库存方面没有问题，足以供给接受临床治疗或者家庭治疗的所有出血性疾病患者。

对于那些通过 WFH 人道主义援助获得治疗产品的人士，WFH 正在与各方开展密切合作，以确保继续向这些国家/地区提供凝血因子产品。然而，也可能存在因子供应量暂时较低的某些情况，这可能要求患者更加谨慎地使用家中储存且尚未使用的凝血因子，使用较低剂量或不使用因子治疗轻微出血（有时可使用 DDAVP 和/或氨甲环酸等替代品），以尽量节约使用现有库存。

部分国家的因子产品可通过家庭护理制药公司直接送到患者家中，但也有很多国家的法律禁止这样做。欧洲血友病联盟 (EHC) 和欧洲血友病及相关疾病协会 (EAHAD) 现已促成法规变更，以允许血友病和其他出血性疾病患者在家中获得凝血因子，这可能仅包括一至两剂，或者继续其全面预防的充足供应。

有了送药上门，平常需要前往医院接受治疗或药物的患者便无需再外出了。这样便可降低患者在医院和公共场所感染 COVID-19 的可能性。我们希望在疫情结束后，出血性疾病患者的家庭治疗会被采用并成为全球标准。

疼痛管理

我们认识到，很多伴有出血的患者都没有接受凝血因子治疗；有些人可能认为他们目前活动量较少所以可以不接受因子治疗，有些人则可能是无法在家中获得因子治疗或者无法前往医院接受治疗。即使患者无法获得凝血因子，也可为其提供因出血引起的疼痛治疗。

出血性疼痛可按常规方式进行治疗和管理，即使用镇痛药/止痛药，并酌情使用 PRICE（保护、休息、冰敷、加压、抬高）措施。

在 COVID-19 期间，请务必了解并警惕会对出血性疾病患者造成影响的一些药物。目前对于一些非甾体抗炎药 (NSAID)，特别是 Nurofen®/Orbifen® 是否可能对 COVID-19 预后产生影响还存在一些疑问。一般而言，建议患有出血性疾病的人士避免使用 NSAID，因为它们会妨碍凝血。服用 NSAID 的所有患者均应将此类药物的使用情况告知其血友病团队。

维持日常生活中的常态

遵守你所在地理地区关于外出前往公共场所和保持社交距离的规则至关重要。出血性疾病患者应尽可能继续进行平常会做的体育活动和锻炼，并继续遵循不适合其病情的活动预防措施要求。

很多网站和社交媒体平台既包含一般性建议，也包含针对血友病的锻炼建议。很多治疗中心将会提供血友病理疗师编制开发的信息和资源。如需获取关于锻炼和保持健康的血友病特定建议，请咨询你的理疗师。

很多人都会存在自己生病了该如何管理家庭方面的担忧。想想你可以向哪些人求助，包括能够帮助你购买杂货或做些其他事情的家人、朋友或邻居。向你所在社区的人员寻求帮助，包括那些通常不来往的人员。那些身体状态较好的人应该伸出援助之手，帮助别人。

被限制在家和限制进行户外活动可能是一项挑战，特别是对于那些不习惯与同住的所有人始终一同呆在家里的人来说。想想可以在家进行的活动并尝试新爱好（比如园艺、阅读或绘画），借此度过这段时间。

每天都尝试一下。不要纠结于疫情会持续多久，先度过今天然后再看明天会如何。尽你所能记住并庆祝美好的事物：一个生日、一个阳光明媚的日子、园圃中的一场及时雨。

应对 COVID-19 疫情中的焦虑和恐惧

Richa Mohan (MA M.Phil., 印度临床心理学家)

不难理解，COVID-19 疫情可能会引发各种精神健康问题，并可能导致现有疾病突然发作。常见的反应因人而异，包括恐慌、猜忌、犹豫、困惑和焦虑。

焦虑、恐惧和担忧

恐惧是人们在遇到危险时的自然反应；这是涉及忧虑、惊惧或危险评估以及旨在降低自身伤害的“战斗或逃跑”应对的一系列保护性和适应性反应。焦虑与恐惧的不同之处在于，它不是对危险或伤害的反应，而是对某一事件（如当下的 COVID-19 疫情）产生的后果而非事件本身的情绪反应。

对于那些长期经历焦虑的人来说，重要的是停下来思考他们出现焦虑和情绪反应的触发因素和性质，例如，因为隔离而感到孤独、由于失业或无所事事而感到不适、由于接受治疗而感到焦虑或者由于 COVID-19 的不确定性而感到无可奈何。不健康的情绪包括抑郁、不健康的愤怒、焦虑和绝望。相反，健康的情绪包括悲伤、健康的愤怒、担忧、现实的乐观。

若无直接威胁，担忧可取代恐惧，并使个人对高风险情况保持高度警惕，例如当他们外出前往有其他人的医院和其他公共场所时，亦或是在家中接收因子产品或其他物品时。

采用有效方式管理忧虑和焦虑十分重要。关注眼下的问题而不是抽象的问题。接受风险和不确定性。尝试解决方案和应对策略。专注于预防或减少危害。寻求资源和支持。

应对 COVID-19 局势的有效方法

评估现实风险和你的个人应对资源，确定能给你带来成就感和控制感的策略和活动。活动包括整理你眼前的环境（例如，你在家中的工作和生活区域）、进行烹饪和园艺会产生即时性的令人满意的结果。

通过电话、电子邮件、视频聊天和社交媒体与亲友联系，以保持归属感和社区感。与那些你已经有段时间没有联系的人重新建立联系。

评估你的感受和应对方式，识别不健康和无效反应，找出实际有效的方法来应对挑战。制定日常活动惯例或计划，并严格遵守。



WORLD FEDERATION OF HEMOPHILIA
FÉDÉRATION MONDIALE DE L'HÉMOFILIE
FEDERACIÓN MUNDIAL DE HEMOFILIA

从可靠来源获取准确且最新的 COVID-19 信息，并限制你在阅读、观看或收听与疫情有关的新闻方面花费的时间，因为这些新闻会造成信息超负荷或引发焦虑。请务必警惕错误信息和相互冲突的信息，特别是社交媒体上的信息。

隔离：独处并不意味着与世隔绝：克服孤立感和社交距离感

Edward Kuebler (MSW, LLC, WFH 社会心理委员会主席)

保持社交距离和隔离

在 COVID-19 疫情爆发期间，全球很多国家都颁布了保持社交距离指令。保持社交距离是指在传染病爆发期间，采取措施与他人保持物理距离，并避免与公共场所的人员或物体发生直接接触，以尽量减少接触和传播感染。

隔离是指处于与其他人或地方分离的情况下的状态。如果人们停止与他人互动，保持社交距离会导致孤独感和心理问题，但只要继续与其他人进行社交互动即可避免这些问题，这些互动包括在保持安全物理距离，与此同时采取戴口罩等预防措施的情况下进行交谈和参加活动。

控制恐惧和绝望的情绪

对包括医疗保健人员在内的很多人来说，疫情会激起孤独、恐惧、焦虑和绝望的情绪。因为这些触发因素有时会与我们的童年记忆和过去的经历有关，所以了解这些情绪的一些触发因素非常重要，这样才能确保这些情绪得到有效管理。

有效的应对策略是远离不健康的情绪，专注于实际挑战和你能够采取的适应措施，以保持安全并维持身体和情绪的健康。请务必记住，虽然疫情正在导致我们的社交互动发生重大变化，但我们不是必然会失去我们的依靠，我们必须重新定义我们彼此之间的沟通方式。

克服恐惧和孤独

COVID-19 疫情需要我们改变自己的生活方式。一些患有出血性疾病的患者及其家人正在经历重大变化，一些人表示担心无法获得凝血因子浓缩物和其他治疗。清楚了解当前局势并找到度过难关的方法至关重要。

出血障碍社区的大多数人过去都经历过一些非常艰难的情况和事件，也从中获得了复原力和卓越的技能。请务必记住无论是作为个人还是社区，我们都要克服挑战，并在疫情期间运用所学知识和技能，同时认识到我们正在面临新的挑战 and 不确定因素。

为了度过危机，退一步以更广阔的视角思考问题十分重要。着眼于大局而非纠缠于细节，以便我们能以不同的方式看待事物。通过改变我们的看法，我们往往能够看到其他的方案、机会和可能性。

定义现在和未来的新常态

当前疫情需要我们改变我们的行为，在现有边界内以不同方式妥善行事。这需要我们放下我们此前的经验，适应新的现实，并为我们与他人互动以及我们进行日常生活的方式确定新常态。

就目前而言，这包括随时了解最新情况，采取戴口罩、勤洗手和保持社交距离等必要的预防措施来保护我们自己和周围的人。这将使我们获得力量，并确定我们的需求以及我们希望未来如何生活。

问答环节

GP: 我们现在马上进入问答环节。在此之前，我要特别感谢血友病联盟。此联盟是位于美国的一家组织，主要致力于与我们大多数的血友病治疗中心合作，以提供凝血因子。血友病联盟的 **Joe Pugliese** 一直负责提供差旅补助，但由于我们无法外出，他主动提出为此类网络研讨会提供资助，我们对此表示感谢。我们现在进入问答环节。我们已经提前收到了几个问题。

我非常担心目前的情况，怎么做才能减少担心？

RM: 我此前已分享一张介绍有效担心和无效担心的幻灯片，而担心是对当下情况的一种反应。所以，你可以用 1 到 10 的量表自行测试你的担心目前属于何种级别。小于 5 则表示你处于担心较少的情况；如果大于 5，你便需要查阅幻灯片以获得对你有用的信息，然后调整你的反应并使自己进入有效担心的状态。

如何克服因为 COVID-19 导致漏掉用药而带来的精神压力？

EK: 简明的答案是：无论如何都不要漏掉用药。但我们刚刚讨论了会影响我们日常生活的焦虑、压力和恐惧的一些相关信息。我会建议想要知道如何处理这个问题的所有人都将健康放在首位，确保你目前所做的一切都有助于管理你的出血障碍。如果你的一些问题与当下的抑郁和心理倦怠有关，你应该试图与别人谈谈。但无论如何，你需要在你的笔记本顶部写上：“我会按时用药，确保自身健康。”

如果药物量不够该怎么办？

EK: 所以，药物量不足肯定会改变现状。正如我们在 COVID-19 爆发之前所知道的，我们可以采取一些措施保护我们的关节；我们也可以尝试在没有凝血因子浓缩物的情况下采取措施管理我们的出血障碍。基于判断尽量妥善行事在此时显得尤为重要，你需要牢记所学方法，只有这样你才能在局势改善之前妥善管理病症。当然，如果你的情绪因此发生改变，请尝试与他人交流。但记住你需要知道如何在可能没有充足凝血因子的情况下照顾自己。

如何管理我对孩子的恐惧和担忧？

RM: 我们前面已经说过管理恐惧和担忧的策略。但涉及到孩子们时，这就有点棘手了。但你这段时间可以根据适龄儿童的情况，为孩子分配任务并让他们参与家务劳动，他们会很乐意也很高兴地去做。与此同时，请不要打乱平时的作息规律；确保他们的学习时间和游戏时间与平常一致。当然，我们也谈到过社交媒体；有时他们可以通过社交媒体或视频通话与朋友联系，这样他们便能感觉到与朋友之间的连结。这就是我想到的一些有助于消除儿童恐惧和担忧的策略。

对于帮助家长管理各种不同且可怕的 COVID-19 相关新闻而言，你有什么建议？我该如何处理未知情况？

GP: 有人提到了关于川崎综合症的问题；另外一些人也提出了类似问题。**Flora**，你能从更广阔的视角发表一下看法吗？我们每周都会获得有新器官系统受到影响的消息。我们知道了 COVID 特异性脚趾，也有儿童确诊为川崎病。就疾病过程以及引起疾病的病毒而言，我们应该思考哪些问题？

FP: 就疾病而言，了解疾病的发生原理非常重要。正如你所知，病毒攻击内皮细胞并对该类细胞产生巨大影响，这主要发生在肺部，但这种影响不仅针对内皮细胞，还可能会发生在任何部位，我们每天都会听到各种不同的临床表现，这些症状取决于我们观察的患者处于哪个阶段。所以，这就是在这场疫情开始时，我们看到患者出现呼吸衰竭或肺部问题的原因所在。但现在我们开始看到其他类型的症状，比如肠胃问题

或皮炎，你甚至还能在儿童身上观察到狼疮或者川崎病等新症状，我认为这都是我们身体对这种病毒攻击内皮细胞产生的炎症防御。这是我们要应对不同情况的原因。

所以，我认为对于各位观众而言需要知道的是，我们至少会在第一个月面临广泛的炎症。因为我觉得现在情况时刻在变化，原因有两个。首先是因为患者比以前更早就医了。其次，我不知道病毒是否正在变化，是否正在适应我们的生活。但这种疾病的严重程度似乎并不太高。但患者在一开始会因为内皮细胞被激活而出现广泛的炎症，这会导致凝血功能被激活，有时还会导致自身免疫系统被激活，我想这就是我们每天都会看到不同情况的原因。

我是否该调整孩子的治疗（例如增加输液频率？）

GP: 沿着这些思路，还有一个与之相关问题：压力和焦虑是否有可能导致更多出血？

KK: 我认为你不该调整孩子的输液频率，除非你有出血障碍相关的理由这样做。这有两方面的原因。其中一个原因是你的凝血因子存量较为有限，一旦用完便无法再获得，用完后一旦凝血再出血，便没有因子可以用来治疗你的孩子或是你自己。除非你此前已计划好从按需治疗转向预防治疗，否则便没有充足的理由去改变治疗。我想说的是，如果你正在接受预防治疗，并且假定你每周要给孩子进行三次治疗，而你每周仅需接受两次，那么实际上有一种观点认为，你应该坚持按处方接受治疗，因为只要我们能让你的孩子或是你自己止血，你便不用再去医院了，这显然对每个人来说都是最好的情况。关于压力是否会导致更多出血的问题，我听到了正反两方的观点。有些人表示他们在面临压力时流血更多。我希望你能思考为什么会这样——如果你总是东奔西跑，你可能会没有平时那么小心谨慎，那么摔倒受伤的可能性更高。所以可能会发生更多出血。我认为除了此之外，并没有其他切实的原因。

我在家里坐立不安该怎么办？

KK: 我想就像 Richa 在前面说的，你需要尽量维持平常的生活状态。所以，如果你平时会早起然后穿好衣服出去散步，现在也要这样做。如果你被允许并且能够工作，则出去工作。想想如果你有孩子的话，请试着和他们一起完成一些课堂作业，但也不要让孩子在家里感觉压力太大。这不仅仅限于书本知识方面的教育，你可以教孩子学习新技能，也许是绘画或者做蛋糕什么的。所以，如果可以的话，请试着去做一些事情，然后制定相关计划并予以执行。如果你被允许外出锻炼，哪怕只是遛狗或者在公园里走走，那也要试着去做。因为在户外确实会让你感觉更好。

结束自我隔离/禁闭后是否会存在相关社会心理风险？

EK: 我试着去理解这个问题是不是想问关于现在能够外出聚会和外出走动所面临的社会心理风险。我不知道除了感到很高兴、太兴奋和到处乱跑之外还会有什么风险，但我认为重要的是这将会是一场改变，并且将带我们回到所希望的常态或是成为我们平常生活的一部分。记住，我们在社会心理和心理方面会如何感受非常重要，因为这会提醒我们仍需注意一些事情，但我们最终肯定能重回正轨。所以，我不确定是否存在任何社会心理风险。我不知道 Richa 对此有没有什么想法，但如果我们能结束自我隔离和禁闭，这似乎是一件很好的事情。

RM: 我只想补充一点。我们在这里能从疫情的社会心理风险了解到的是，心理健康可能是怎样的？人们仍然会感到焦虑和恐惧。所以，正如我们前面说的，请查看相关应对策略，看看你之前是如何生活的。即便是在封闭后或 COVID-19 疫情期间，都必须采取控制措施，并且必须实现控制措施的常态化。

EK: 我在网络研讨会开始之前甚至还在想，是否会有一些关于创伤后应激的问题，尤其是对于那些曾经战斗在第一线以及疫情对其产生切身的直接影响的人来说。正如 Richa 所说，我们可能需要重点关注在疫情爆发后出现并且需要我们留意的一些事情。所以除了为我现在能够为很多人走出家门感到快乐之外，由此

还可能会产生一些压力，创伤后应激障碍也可能会因此产生。所以这肯定是需要留意的事情，也许提出此问题的人指的就是这方面。

这会对凝血因子捐赠国/地区产生哪些影响？

GP: WFH 人道主义援助计划仍在继续进行，并且在 **Assad Haffar** 的领导下，他们不得不采取极具创造力的方式处理其中一些货物。很多小型机场都已间歇性地关闭，不仅对旅客关闭，也对货物关闭。所以各个国家都会出现一些现货短缺，他们本应已经收到这些现货，但却由于 **COVID-19** 疫情而导致仍未收到。我认为位于蒙特利尔的 **WFH** 总部团队现已能够处理大部分问题，但这也导致患者的治疗方案受到了一定影响，这是一大难题。因此，对于执行预防治疗的患者，我们已经要求各个治疗中心根据他们的补给情况按需限制供应，直到我们能给他们提供更多的药物。另外还有一些相关问题。

过去经历过 HIV 的社区是否会准备的更充分？还有，你是否留意到那些过去留有心理创伤且患有出血性疾病的人此时又在经历创伤？

KK: 我认为作为社区，血友病患者和其他出血性疾病患者肯定已经在应对疾病期间经历了可怕的故事，并且这表明该社区拥有很强的恢复力。再者，我认为作为个人，你们可以分享这些故事并继续这样做，以保持恢复力和应对能力。我想你们已经熬过了其他困难，所以我们会度过这个难关。我不知道；我目前还没有遇到与他们此前遭受 **HIV** 相比，现在更让他们痛苦的人。

MB: 是的，我见过很多，但正如你前面说过的，我们的恢复力很强，我认为我们也能度过这道难关。

FP: 我认为这实际上与 **HIV** 没有可比性，我们必须区分这两种情况。就此而言，我认为我们生活的环境与这个社会切实地存在着关联。但这两种情况完全不同。就 **COVID-19** 而言，我们应该庆幸凝血障碍与 **COVID-19** 感染之间毫无关联，我们应该确保患者非常清楚这一点。所有讨论都在围绕如果凝血病患者被感染，我们该如何应对展开。但当初，**HIV** 和凝血病患者的情况存在高度关联。现在的情况完全不同；我想区分这一点。

GP: 还有一个关于 **COVID-19** 抗体的问题。我今天早上刚好看了最近几天的新闻摘要。我们目前还无法确定抗体能否避免再次感染 **COVID-19**，亦或防止你将病毒传染给其他人。对于抗体到底能不能防止这些情况，目前的消息还存在一些争议，所以我想我们接下来几周会对抗体能做什么和不能做什么有更好的理解。但目前还不清楚，所以现在只能继续关注相关新闻。

关于治疗关节疼痛的非甾体抗炎药的另一个问题。

FP: 我看了相关介绍。我认为对于“我们不必使用某种特定药物”这一说法，目前并不存在科学有效的相关性证据支持。据我们所知，我们既不能使用阿司匹林，也不能使用在一开始就能改变凝血功能并干扰血小板工作的那些药物。所以我们无论如何都不会使用那类产品。但除此之外，我认为我们无法就任何特定药物提供真正的科学建议。为此，我想表达的最重要的观点是，因为内皮一旦遭受攻击，便会开始引发炎症，所以要尽早开始治疗。此过程就像级联反应，一旦开始便再也无法阻止。最重要的是尽早开始治疗。

GP: 我想我已经回答了大部分问题。如果有人发现我漏掉了某个问题，可以随时提出来。我又看到了一个问题。有些人失去了工作，也确实面临着严重性前所未有的经济困难。我们的治疗组专家是否想对此发表评论？除了我们的特定社区外，每个人都会受到影响，那影响是什么呢？

EK: 我想说的是，这个问题真的很难回答，因为我每天早上都在关注新闻，新闻会列出美国有多少人失业，又有多少人正在申请失业金。然后你们看看其他国家的状况，看看那些比我们拥有的物资更少的国家，这对他们来说无疑是毁灭性的打击，这让很多家庭都感到恐惧。我从那些可靠的新闻网站上看到的

是，有的地方正在提供帮助，有的地方会在你需要时提供食物。我看到很多人、很多组织和私人公司都在加快速度提供食物方面的帮助，至少在美国是如此。我看到有新闻报道很多机构、银行和地方都在给房屋贷款和类似贷款提供宽限期。所以，我不知道除了我们在这个研讨会上谈到的一些技巧，以及你在自己家里和所处地方至少可以做的一些事情外是否还有更好的答案，请尽量不要因为周遭的现实而钻牛角尖；也不要总是想着我没有足够的钱该怎么养活我的家人，怎么负担我的房租。这个问题没有简单的答案，我们所能做的就是消灭这种病毒，尽我们所能，最大限度地减少让我们可以开始工作和恢复处理重要事务的地方受到的影响。所以，除了关注你所在地的当地情况和看看哪些地方正在提供支持外，我希望我能看到更多好消息。就像有人在交谈时说的，请寻求帮助。正如我所说的，我每天都会听到新资源的相关消息，所以这些就是我对这个问题仅有的想法和建议。

FP: 如果要我补充的话，我认为这可能是政治问题，但我想我们确实需要就如何顺利应对第二阶段达成某种共识，因为即便是欧洲也存在这样的鲜明撕裂。所以今天值得庆幸的是在疫情爆发两个月后，意大利首次开始恢复开放。但是你知道孩子们会呆在家里，但有些母亲却要开始工作了，这种情况该怎么办呢？目前确实还没有很好的组织协调，我认为这确实是很棘手的大难题，对政府来说也不是一件容易处理的事情。我认为他们必须整理思路，并且他们必须想出妥善折衷的方法，思考身处此社会的人民和未来。

MB: 现在荷兰的学校也要开学了，家长们很害怕再送他们的孩子上学，并且我听到很多焦虑的家长都在纠结是该把孩子留在家还是送到学校。我认为必须就哪些措施有效或哪些措施存在危险提供平等意见。

GP: 你们两位都提到了在第二阶段各个国家重新开放会面临的一系列重要问题，还说明了我们会在哪些方面承受压力。由于变数太多，所以我认为此研讨会结束后，我们可能会考虑在不久之后以该主题举办另一场网络研讨会。我们拥有共同的目标，但就疫情而言，我们所处的时间线各不相同。综上，我们已经回答完了所有问题，研讨会马上就要结束了。我要感谢我们的专家组成员，感谢他们准备条理清晰且协调互补的一系列介绍；也要感谢观众们发表的所有意见。大家在聊天框和问答环节都发表了很多意见。如果你们始终关注这些意见，也会由此想到很多好点子。谢谢大家。

在此要特别感谢血友病联盟。