

“非典”时期 非常幽默

江左浩◎主编

非典幽默创意漫画：刘守卫

笑对 SARS



健康顾问：洪昭光

——战胜“非典”幽默手册

**SMILE AND
REMAIN SMILE**

本书健康顾问洪昭光教授认为：“笑”可以减少压力荷尔蒙，明显增加干扰素，刺激免疫功能，使免疫细胞变得更活跃，因此提高肌体抗病力

抗击非典，战胜SARS
心情很重要，放松心情
保持愉快，幽默是关键

最流行的搞笑短信
最幽默的创意漫画



石油工业出版社

“非典”时期 非常幽默

笑对 SARS

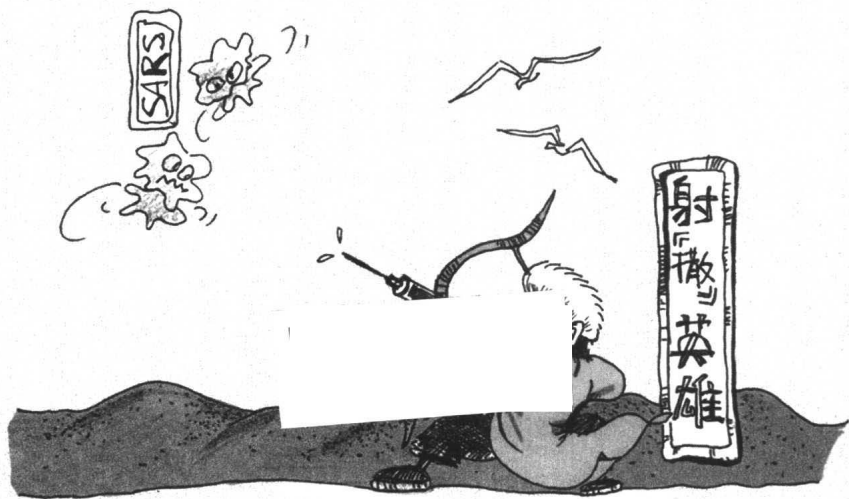


健康顾问：洪昭光

——战胜“非典”幽默手册

江左浩◎主编

非典幽默创意漫画：刘守卫



石油工业出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

笑对 SARS: 战胜“非典”幽默手册/江左浩等主编.

北京: 石油工业出版社, 2003.6

ISBN 7-5021-4278-9

I. 笑… II. 江… III. ①重症呼吸综合征-防治-心理卫生-通俗读物②汉语-熟语-汇编③汉语-格言-汇编④漫画-作品集-中国-现代 IV. R395.6-49②H136.3

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2003) 第 041155 号

书 名: 笑对 SARS——战胜“非典”幽默手册

健康顾问: 洪昭光

主 编: 江左浩 高琪 伍特

责 编: 贾榕 吕群

出版发行: 石油工业出版社 邮政编码: 100011

通讯地址: 北京安定门外安华里二区一号楼

网址: www.petropub.com.cn

发行部电话: 64210392

全国经销: 全国新华书店

印刷装订: 北京石油工业出版社印刷厂

开本: 850×1168 印张: 11.375

字 数: 280 千字

版 次: 2003 年 6 月北京第 1 版

印 次: 2003 年 6 月北京第 1 次印刷

印 数: 1—15000

书 号: ISBN 7-5021-4278-9/R·1

定 价: 19.80 元



SMILE AND REMAIN SMILE

抗击非典，战胜SARS
心情很重要，放松心情
保持愉快，幽默是关键

编 委 会

健康顾问：洪昭光

主 编：江左浩 高 琪 伍 特

副 主 编：谢伦浩 刘守卫

编 委：楚天林 李永波 唐 魁 江左浩

胥 明 陆嫦娟 黄丽霞 谢放明

文 凯 黄 琦 周 丹 郑玲艳

谢曙东 黄云长 欧跃平 张 征

欧阳利 刘思昶 周艳辉 陈 龙

黄力伟 高向明 孙启望 贾宜彩

赵 敏 宋晓梅 郭 垒 雷向红

陆伟立

“非典”创意漫画：刘守卫

前 言

2003 年春天，一场不期而遇的“非典”疫情悄临神州大地，使满园春色的古都变成满街口罩的京城。尽管由于有党和政府的高度重视，采取坚决果断的措施；有亿万人民万众一心的团结奋斗；有白衣天使的临危不惧、无私奉献，疫情很快得到控制，证明“非典”是可防、可控、可治而并不可怕，但恐慌心理还是不脛而走。恐慌也是一种“病毒”，这是一种精神病毒，虽然电子显微镜下看不见，但其传播速度之快，毒力之大都远胜“非典”冠状病毒。

这不禁让我们想到了西方一则寓言：有一天，上帝决定惩治某些人，于是派霍乱之神——霍列拉到人间，让他杀死 3 万人。过了一段时间，霍列拉回去复命时，上帝发怒了：“我只让你杀死 3 万人，你为何杀死了 20 万？”面对上帝的质问，霍列拉感到很委屈：“我只杀了 3 万人，其他的 17 万人都是他们自己吓死的。”这则寓言说明了恐惧心理巨大的负面影响。

其实，现在临床诊断已证明，导致非典型肺炎的主要病源是众多病毒中的一种——冠状病毒，这种病毒可以通过空气传播，但主要还是近距离飞沫传播。一项研究表明，让病人咳嗽一下，在 5 厘米远的培养皿上能出现 2200 多个菌落，而当距离为 3 米时，则只有 2 个菌落，可见距离对稀释细菌病毒起到多么大的作用。在这种情况下，病毒首先侵袭的是易感人群，就是机体免疫力下降的人群。据报载，近日，北京市每天约有 2000 人发烧，其中 99% 以上不是“非典”。说明正常人的免疫力在保护健康方面具有决定性的作用。正如 2500 年前古希腊名医，医学之父——希波克拉底所说：“病人的本能就是病人的医生，而医生是帮助本能的”。而过度的紧张恐慌正

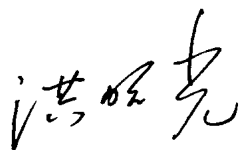
是免疫力的天敌。因此，面对“非典”，大家除了科学的预防之外，应该调整心态，以积极的心态去应对这场突如其来的疫病。首先，要了解“非典”的性质，掌握其流行的情况与传播的途径；其次要采取有效的预防措施，如坚持在公共场所戴口罩，做到四勤四早：勤通风、勤洗手、勤洗脸、勤换衣；早发现、早报告、早隔离、早治疗。注意健康四大基石：合理膳食、适量运动、戒烟限酒、心理平衡。特别是心理平衡最重要，就是消除恐惧紧张，保持心情快乐。而保持愉快，幽默是关键。

幽默是大脑皮层中一种高层次的情感和智慧，能减轻压力，缓解烦恼，使人身心放松，精神愉快。西方有句谚语：一个丑角进城胜过一车药。意思是指幽默胜过药物。

我想，只要快乐之根常驻心中，哪怕是再大的灾难与挫折，我们也能泰然处之，笑对人生。这样说来，这本《笑对 SARS——战胜“非典”幽默手册》应该是预防“非典”的一剂良药。

我衷心希望本书能给大家轻松、欢笑和健康。

健康专家：

A stylized handwritten signature in black ink, appearing to read '洪兴光' (Hong Xingguang).

03.6.12.

目 录

第一篇 “非典”时期 非常幽默… (1)

你知道 SARS 的新定义吗？就是——Smile, And Remain Smile.（微笑，并保持微笑。）生命有不能承受之重，我们依然需要微笑。

是的，在非典的日子里，没有疫苗，没有特效药，但我们还有幽默，有创意，有直面命运调侃苦难的勇气和智慧。

第二篇 经典幽默…………… (49)

抗击非典，战胜 SARS，心情很重要；放松心情，保持愉快，幽默是关键。

笑一笑，“非典”就会少一少。

第三篇 医疗歌诀…………… (211)

只要快乐之根常驻心中，哪怕是面对再大的灾难与挫折，也能泰然处之，笑对人生。

第四篇 真诚祝福…………… (235)

2003 年春天，手机短信成了一大时尚，“非典”简化了人们的交往，“短信”在“非典”时期成为宠儿。“短信”成了人们传递彼此关爱的感情纽带。

附录：防治 SARS 最新小常识………… (335)

非 典 时 期
非 常 幽 默



非典时期引爆民间幽默创意

你知道 SARS 的新定义吗？就是——Smile, And Remain Smile.（微笑，并保持微笑。）生命有不能承受之重，我们依然需要微笑。

是的，在非典的日子里，没有疫苗，没有特效药，但我们还有幽默，有创意，有直面命运调侃苦难的勇气和智慧。

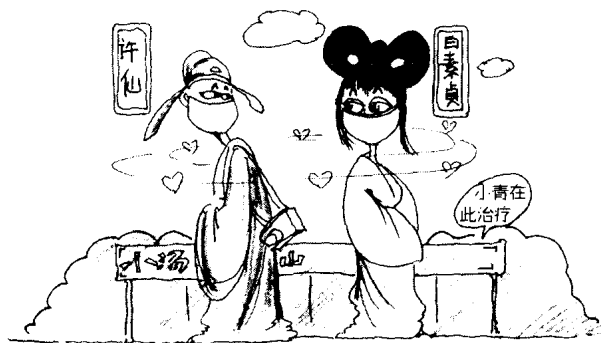


四大经典爱情之“非典”版

4



青蛇：西湖医院为了有效防治非典，特意从峨眉山医院聘请了两位中医专家——白素贞和小青。白素贞夜以继日、加班加点，她所研制的中药防治配方不仅使西湖地区的百姓得以安居乐业，还与记者许仙一见钟情，结为夫妇。金山寺药业有限公司的老总法海一心想买下白素贞的中药配方，独家垄断西湖地区非典药品的买卖渠道。白素贞力抗法海，与法海结怨。法海以白医生接触非典病人较多为由，将白素贞隔离在雷峰塔下。许仙唯唯诺诺，生怕自己被传染，不敢力排众议救出白素贞。最后，小青砸烂隔离铁门，救出白素贞，白素贞感伤之下，与许仙离婚，继续履行白衣天使救死扶伤的光荣职责。



梁祝：碧鲜庵书院停课了。梁山伯拉着野蛮女友祝英台的手，一同来到拜把子的草桥：“英台，英台！”

听说咱们系已经有两例非典了！我看你还是恢复女装，回女生楼住吧！毕竟那里更卫生，更安全。”“梁兄，说什么呢？要死就死在一块儿！”梁山伯从兜里掏出好不容易买到的口罩：“英台，情人节快乐！”两天之后，祝员外派英台的老乡马文才把英台接回祝家庄躲避非典。梁祝哭天抹泪，十八里相送，从此分隔两地。不久，梁山伯因医治无效，不幸死于非典。祝英台临冢哀恸殉情，祝留下遗嘱，两人愿双双捐献遗体做医学研究。

5



S
A
R
S



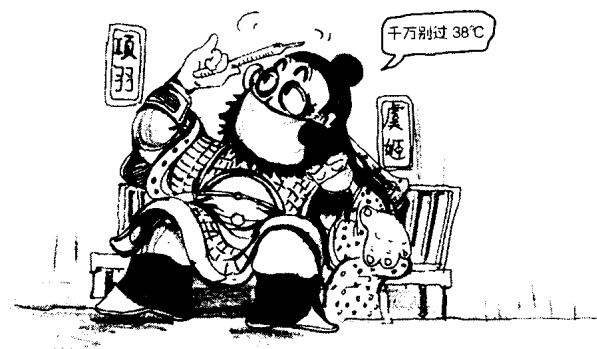
霸王别姬：项羽和虞姬在垓下火车站一筹莫展。

钱花光了，方便面也吃完了，往渭州和颖城的火车已经相继开走，可是他们却不能离开垓下。虞姬的体温一直

在 37°C 上下徘徊，项羽很担心，生怕手中体温计突破 38°C 标线。那样的话，他就不能回到江东集团打理繁忙的公事，而是要和虞姬一起被隔离、观察、治

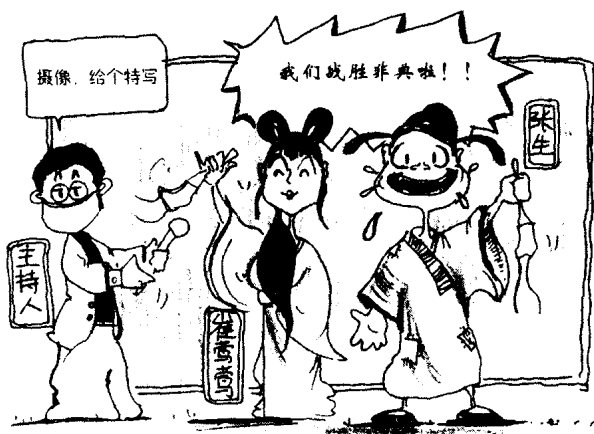
疗……项羽一边轻抚虞姬的黑发，一边仰头看大屏幕播放的非典访谈。只见一个叫刘邦的官员很谨慎地宣布：“垓下的非典疫情非常严重，可以说是四面楚歌！希望交通部门继续做好查验工作。”虞姬面色苍白，她不想因为自己而影响项

羽的工作和前途。她挣扎起身，毅然道：“虞姬就此别过霸王！”她刚想用水果刀割腕，项羽便攥住了她的手腕：“傻丫头，即使你好好的，我也是至死不肯过江东的，我们就一起呆在垓下疫区吧。宁可让生意受损，也不能让江东多两例输入病例！”虞姬感动万分，两人相拥而坐，一起度过了疫区中第一个漫漫的长夜……



西厢记：张生去长安大学考研途中，染上了非典，住进了普救寺医院西轩病房。入院时，巧遇梨花深院病区的病友崔莺莺，二人一见钟情。在护士红娘的帮助下，两人书信往来，彼此鼓励，相互爱慕。一个月后，双双病愈出院。可是，由于崔莺莺的父亲死于非典，崔老夫人本人也深受非典之害，坚决不同意崔莺莺嫁给患过非典的穷学生张生。护士红娘为了成全张崔之恋，三番五次做老夫人的思想工作，可崔母就是不答应。无奈之下，崔莺莺与张生私奔，过上了夫唱妇随的幸福生活。二人还在“非典男女”电视节目里做了回嘉宾，畅谈追求婚姻自由的艰苦经历以及积极战胜非典的就医心得。

7



SARS

非典第一人——曹操

8



太祖征荆州，至宛，张绣迎降。……后十余日，绣反，袭太祖营，太祖出战不利，轻骑引去。韦立于门中，贼不得入。……贼前后至稍多，韦以长戟左右击之，一叉入，辄十余矛摧。左右死伤者略尽。韦被数十创，短兵接战，贼前搏之。韦双挟两贼击杀之，余贼不敢前。韦复前突贼，杀数人，创重发，瞋目大骂而死。

太祖退住舞阳，闻韦死，为流涕，募间取其丧，亲自临哭之，曰：“非典，吾命休矣！”



“中国非典高手”——苏东坡

苏轼年轻时赴京应试作文，写了一篇《刑赏忠厚之至论》。当朝文化泰斗欧阳修阅后大喜，赞赏有加，录为进士。他甚至也弄不清苏文中的一个典故。一日，欧阳公问东坡：“大作中有云：皋陶为士，将杀人，皋陶曰：‘杀之’三，尧曰：‘宥之’三。老夫虽博览群书，却闻所未闻。请问此出何典？”

东坡答曰：“非典，非典也！”原来此乃苏东坡为增强文章的说服力，杜撰了一典故。欧阳修赞赏其豪迈气度，叹道：“此等非典高手，他曰文章必独步天下，30年后，世人更不道我也！”



9



SARS

