

# 疫情蔓延周年回顧

2020年因為新冠肺炎疫情爆發，法國政府緊急宣布從3月17日起嚴格封城禁足，兩個月後才有限度的小解封。從首次緊急封城開始至今，病毒感染蔓延超過一年，這場打亂全世界生活常軌的大規模疫情，依舊沒有停歇的跡象，大家拼命想伸出頭探望未來，大水卻一再一再漫淹，以滅頂的恐怖威脅每個人。

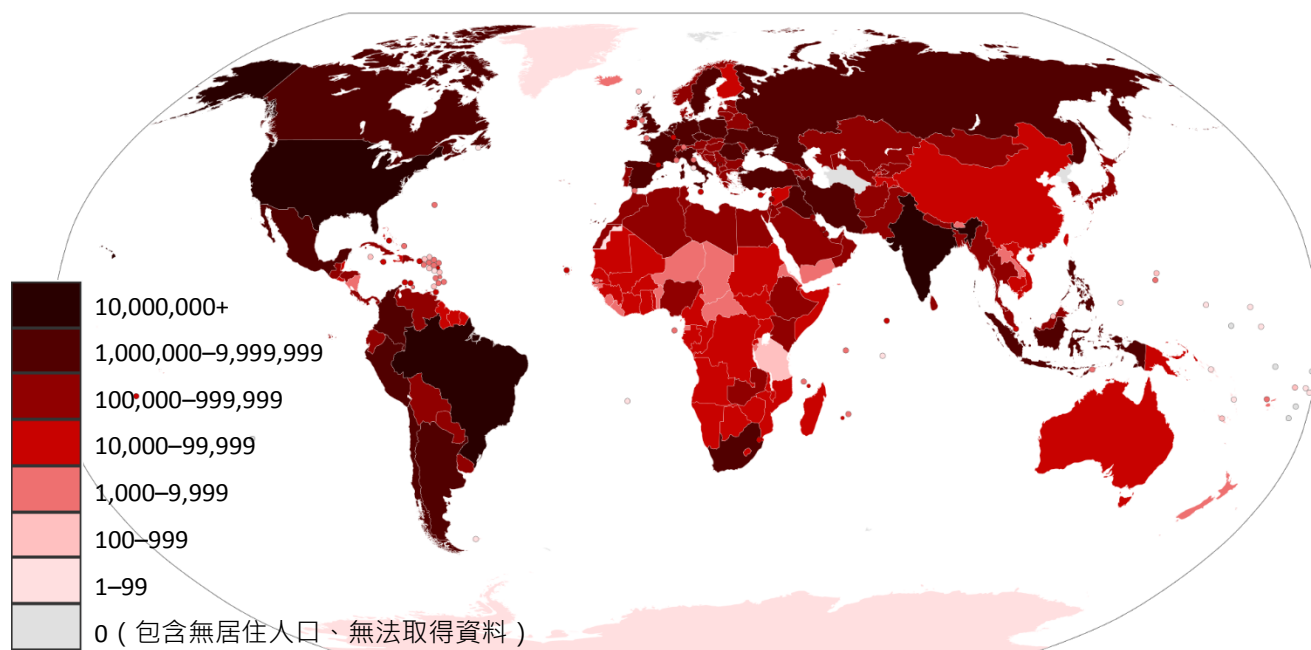
文／謝芷霖（巴黎第八大學文學博士，現旅居巴黎）

## 慌亂的一年，意料之外與無法想像

回顧法國過去這一年的足跡，2020年一月二月時還對這「中國病毒」嗤之以鼻，覺得離自己相當遙遠。當時的衛生部長在電視上信誓旦旦表示「法國做了萬全的準備」，完全不知自己身陷危險。二月底三月初，感染率直線上升，仍然有許多人以「不過就是個流感，每年車禍死亡人數都比較多」的心態來看待。這時候法國政府才發現，國家不但口罩庫存有限，對新病毒認識不清，連該怎麼好好防疫都眾說紛紜，進退失據。待疫情災難性蔓延，醫院湧入大量病患，檢驗能量欠缺，醫護系統措手不及，整個歐洲疫情失守。三月四月，台灣已管制國境，落實檢疫隔離制度，歐洲仍然一團混亂。當台灣的口罩生產隊成立，全民落實洗手、戴口罩抗疫時，歐洲人還在爭論「戴口罩到底能不能降低病毒感染率」，世界衛生組織直到三月仍不建議一般人配戴口罩減低感染風險，也造成了歐美各國政府在抗疫舉措上錯失先機，引發首波大傳染潮。當時的法國

因為庫存口罩連提供醫護人員都不足，更不必說一般人了，藥局早在二月就售罄所有庫存，人人自危，反正也買不到口罩，政論節目怎麼吵也沒用。幸好首次嚴格封城舉目街巷皆空，所有人都躲在家，機靈點的人開始研究如何在家自製布口罩，非不得已出門時便戴著布口罩自保。香水工廠把生產線挪來製造酒精乾洗手液，內衣廠改成縫製布口罩的工作坊。因為對新冠肺炎的症狀、病程不瞭解，醫生無法有效治療，醫院塞滿了重症病患，當時為了抒解爆滿的幾個省區醫院，法國政府甚至必須出動軍機、改造子彈列車，運送病患至醫療壓力較緩和的區域治療。

四月五月本是法國人的春天度假期，2020年春季幾乎破往年紀錄的超多晴朗日與藍天白雲，所有人卻只能在自家窗口望天興嘆，無法像往年一樣自由自在出遊。訂好的旅行，退費的退費，不能退的直接延期，航空公司退票電話塞爆，旅館民宿業者的訂房單一瞬間變成空白。大家透過電視螢幕，望著空無一人的



COVID-19 世界各地疫情的個案數示意圖。(圖片來源：<https://ourworldindata.org/>、維基百科)

戶外公共空間，野生動物夜裡大大方方至城區晃蕩，人人瞠目結舌，沒人想到在有生之年竟然有這樣超現實的經歷。此時法國因為醫療口罩及防護裝配不足，直接徵收所有私人郵政包裹中的醫療口罩。各國爭搶口罩與防疫裝配，甚至上演了一場美國撒大錢從中國機場搶走法國訂購口罩的類連續劇戲碼。

2020 年五月中漸漸小幅度解封，這時才終於買得到丟棄式的外科口罩，中國製造，品質良莠不齊，挑剔也沒用，所有人搶著買，一盒還貴得要死。六月底，終於恢復有限度的跨區行動自由，大部分人仍然不敢離開法國，已經習慣不在法國度暑假的我們，也少見地在法國境內旅行，兩趟旅程加起來三個多星期，好久不曾，年假此時不用掉眼看也無處可用。餐飲旅遊業靠著夏日的人潮，鬆口氣賺點錢。許多法國人看疫情趨緩，天真以為病毒危機已過，放鬆警戒，狂歡群聚，果不其然，病毒

便趁機擴散，開學沒多久，九月中疫情再次拉警報，進入十月，醫院收治的新冠肺炎重症患者已佔床位百分之五十。法國人還渾然不覺危險，對確診患者毫無隔離追蹤，對傳染途徑時程依舊認識不清，抓住夏天尾巴繼續狂歡的人照樣晚會派對，媒體裡充斥著各式各樣抽離現實的哲學式思辯討論。憂心疫情的人除了持續閉關深居簡出，也無力改變其他人的不在乎。整個社會氛圍如同精神分裂，活在兩個極端的人彼此毫無溝通可能，互相覺得對方沒有人性，都想保護別人也想保護自己，病毒的照妖鏡前，人性粉碎成片，先求苟活恐怕才是當務之急。但是疫情危機，經濟也危機，首次封城的確救了疫情，但生活停擺荷包大受影響，政府舉債發補助能力有限，再來一輪？沒人情願。在窮死、餓死還是病死之間，該如何抉擇？兩難之間，病毒依舊佔了上風，十月底政府緊急再度軟性封城，由於對病毒

的傳播途徑認識多了，比起第一波封城，這次保留了許多行業持續營運，為了保護學生教育及社交環境，學校照常上課，但是所有跟娛樂消遣有關的行業活動，一概停業。

耶誕節前結束二次封城，改成宵禁，至少拯救了法國人重要的耶誕團聚和新年假期。軟性封城與接下來的宵禁，在本質上其實沒太多不同，只不過封城時無法出遠門，行動更受限而已。宵禁措施持續到 2021 年三月，餐廳、咖啡館、酒吧、博物館、健身房、電影院、劇院等等場所，從十月以來便禁止開放營業，二月以後連大型商場也都關閉不准營業。然而從十二月中解封城以來，每天確診人數依舊平均兩萬人以上，大巴黎地區加護病房三月已飽和必須將病人送往西南部醫院，疫情嚴重的南部城市 Nice 及北部 Dunkerque 區從三月初便已實施週間宵禁週末封城措施，依舊抑止不了疫情捲土重來。病毒變種速度驚人，2021 年雖然已開發出疫苗，為世界帶來一絲撲滅新冠病毒的希望，但短短幾個月內，世界各地發現了更多的變種病毒，傳染力更強，印度、巴西情況危急，連疫苗已開打的歐洲，都無法抵擋來得又急又猛的第三波疫情。四月，法國在不情不願中再度宣布全國封城，各級學校也配合調整原本的春假提早關閉。鄰近的歐洲國家紛紛祭出不同的限制措施，盼望能控制住疫情，不讓醫療體系崩潰。

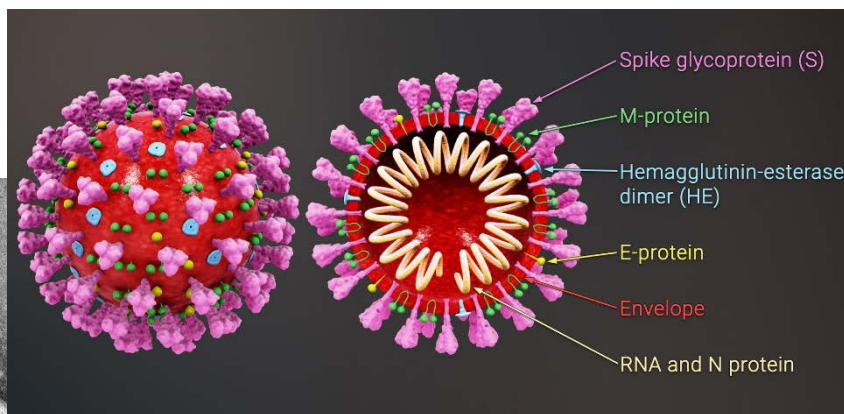
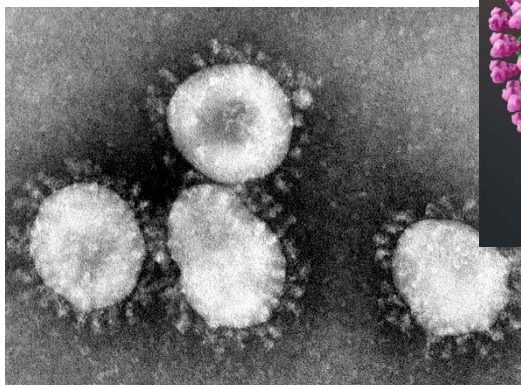
從首次封城以來，一年多的時間內，法國

經歷了三次封城，超過八個月的時間毫無休閒娛樂可言，沒有電影院、劇場可去，節慶和大型活動取消，博物館、美術館關門，沒有健身房、運動中心可使用，餐廳咖啡館的悠閒交際也成了奢望。經濟萎縮，失業率上升。許多行業爆發倒閉潮。在窮死、餓死、病死的選項之外，現在還多了悶死，因為憂鬱症或心理壓力而必須尋求專業協助的人大幅增加。法國政府為了維護學生學習的權益，堅持中小學盡量正常到校上學，可說是世界封城潮中的異數，勇氣可嘉。大學以上院校則以遠距離教學為主，可惜遠距教學往往牽涉到設備及使用技術，教師和學生只要一方配合不佳就無法運作，團體互動難以進行，實習機會必須暫停，這一年來學生只能學一半，打工機會大減，讓許多學生甚至只能半死不活。以往食物銀行通常只救濟流浪者及低收入戶，今年卻多了非常多的學生，靠著民間大眾在民生物資上的幫忙，學生才勉強能維持生計，繼續學業。

時序進入 2021 年五月初，儘管醫院加護病房佔床率依舊高居不下，全國軟性封城加宵禁一個月後，每日感染人數依舊維持在 2-3 萬人間，幸好疫苗貨源目前無虞，法國政府廣設疫苗接種中心，期望透過疫苗的快速及大量施打，在未來半年內有效控制住疫情。面對因為嚴格防疫限制措施已漸漸疲乏的人民，法國政府配合疫苗施打時程（而非感染及重

電子顯微鏡下的冠狀病毒

(Photo Credit: Content Providers(s): CDC/Dr. Fred Murphy, Centers for Disease Control and Prevention's Public Health Image Library



冠狀病毒的切面模型：棘蛋白 S、醣膜蛋白 M、血凝素酯酶 HE、套膜蛋白 E、病毒外套膜、核糖核酸 RNA、核鞘蛋白 N

( 圖片來源：<https://www.scientificanimations.com/>、維基百科 )

症人數下降曲線 )，宣布了幾個階段的鬆綁方案，從 5 月 3 日起解除封城狀態，5 月 19 日起逐漸開放電影院、劇場、博物館、美術館、健身房、運動中心、餐廳與咖啡館等，期盼能在夏日有限度地恢復社會正常運作。六月底是否能靠疫苗的助力帶大家平安度過第三波疫情尾聲呢？仍有待進一步觀察。可以確知的只有，在疫苗施打率到達 60% 人口數前，還是只能依賴勤洗手、戴口罩、保持社交距離等基本的防疫措施，保護自己保護家人。可喜的是，截至五月底，數字顯示，由於高齡及慢性病族群已經施打疫苗，醫院回報的重症及死亡人數大幅減少，讓回復正常生活的期盼不再只是奢望。

**百年前經歷的慘烈疫情「西班牙流感」**

到今年五月，法國已經歷一年兩個月的限制措施，新冠肺炎疫情也已肆虐全球將近一年半。長時間閉關，日常生活大受影響的人們，幾乎快到忍耐極限。疫情會過去嗎？什麼

時候才能重拾往日生活？各國國界何時才能重新開放？這場疫情看得到盡頭嗎？

沒有想到有生之年會經歷如此嚴重的世界級災難。很多人如此感嘆。然而，回頭檢視歷史，世界性的大型傳染病，卻不是首次發生，14 世紀的黑死病曾經造成歐洲慘烈的死亡潮；而一個世紀前的「西班牙流感」，更引發全球大量感染死亡，估計至少有 3-5 千萬人死亡。「西班牙流感」與今日的新冠肺炎大流行，今昔對照，倒是有許多相似之處。

「西班牙流感」並非從西班牙發源的病毒，1918 年春天剛開始流行時，由於正值第一次世界大戰期間，戰爭中的各國政府對媒體報導嚴加管控，為免影響軍情民心，流感傳播的消息遭到參戰國的封鎖。而當時未加入戰局的西班牙為中立國，媒體得以自由報導，才終於把「西班牙流感」的疫情全盤抖出，呈現於世人面前，不過這個病毒也因此冠上了「西班牙」的名號。根據後來的研究顯示，「西班牙流感」可能是 H1N1 型的病毒株，初始時

症狀尚屬輕微，容易與其他一般流行感冒混淆，加上戰時消息封鎖，並未受到廣大討論，但隨著軍隊聚集及醫護人員的流動，病毒成功散播世界各地，也開始變異。1918年秋天九月起，第二波疫情來勢洶洶，除了體弱及年老族群無法抵抗病毒造成死亡之外，大量20-35歲的年輕人也一反常態，因感染「西班牙流感」而死亡，病毒攻擊破壞免疫系統，導致其他併發症及細菌感染，最終死亡。後世研判可能是因為35歲以下世代，從未感染過類似病毒，未感染過1900年前的流感，體內並未發展出抗體，才造成反常的年輕族群大量死亡。二十世紀初，病毒仍處於科學未知的領域，只知道細菌的存在，無法對症下藥，只能試著用抗生素治療，病患因免疫功能低下而引發細菌感染的併發症時，抗生素或能發揮功效，但大部分的情況下並無療效，面對大量感染死亡，醫界束手無策。當時的歐美政府，為了抑止疫情，和今日一樣必須限制某些場所開放，防止群聚，也同時宣導「洗手、配戴口罩」等防疫措施。有趣的是，各國人民對防疫措施的接受度大大不同，也與今日如出一轍，譬如美國紐約市，二十年間對預防肺結核的相關衛生宣導十分積極，使得市民對「西班牙流感」的限制配合度非常高；反觀歐洲，平時的自由突然限縮，還必須接受嚴格的衛生要求，反彈聲浪大，配合度也較低。

對照歷史，疫情至今的發展進程和人民反

應，其實驚人地相似。歷史真的能帶來教訓，讓人們學到如何趨吉避凶嗎？沒有親身經歷的記憶，似乎很難成為一般人的明鏡，人總是一而再再而三地重蹈覆轍。場景拉回一百年前，看到北半球疫情從1918年起春天開始蔓延，澳洲立刻封閉國界，頒布嚴格的隔離規定，成功遏止病毒擴散至澳洲，逃過第一波和第二波疫情。然而，就在澳洲以為疫情已經過去，國界重新開放，防疫隔離措施大幅鬆懈之際，1919年的春天，也就是南半球的秋天入冬時節，卻因開放外國船員上岸，引爆了澳洲嚴重的大傳染與死亡，成為第三波疫情下的重災區。看到一世紀前澳洲的例子，是不是不禁也令人聯想到2021年疫情突然失控的印度呢？成功以封城控制住第一波疫情的印度，卻在疫苗開打後全民鬆懈，疫苗施打率尚未普及，便允許大型宗教與政治活動群聚，短期間內便引爆大感染潮，讓印度從四月中旬起便面臨醫療崩潰的慘況。

「西班牙流感」流行開始於第一次世界大戰末期，醫療資源不足，人民疲憊不堪，衛生條件因戰火摧毀而更加不堪，加上當時科學研究尚不及病毒的領域，導致疫情擴散蔓延，完全失控。從1918年至1919年，前後歷經三波大規模傳染，死亡人數比第一次世界大戰的死亡人數還要多。賠上大量的人命後，直到1920年，這個凶猛的病毒，才謎一般的逐漸走入日常。「西班牙流感」促使各國聯合起

來，創立跨國的衛生組織，共同對抗往後可能的疫情，推廣公共衛生觀念，也就是今天「世界衛生組織」的前身。<sup>1</sup>

回顧僅僅一世紀前「西班牙流感」的歷史，我們才突然發現，原來身陷其中的新冠肺炎大流行，並非「史無前例」，缺乏前車之鑑，只不過人類從來健忘，難以從歷史事件中汲取教訓，也就往往重蹈覆轍。沒能及時預防大流行，導致世界性的封城禁足，可說是前所未見的舉措。所幸科學研究進步，讓人們加快對新冠病毒的瞭解，慢慢掌握到治療的訣竅，甚至快速研發出疫苗。但是仍然處於感染風暴中心的人們，依舊不知道何時才能真正遠離新冠肺炎病毒的威脅。「西班牙流感」前後差不多兩年多才平息，歷經三波大感染潮，新冠肺炎呢？已經過三次封城的法國，什麼時候才能與病毒平安共存，恢復正常生活？

## 重返內心荒原，面對自己

科技再發達，面對新型病毒肆虐，隔離、保持人際距離，仍舊是遏阻傳染擴散的最基本手段和最佳方法。也因此，在找不出解藥、疫苗闕如的情況下，世界各國不約而同祭出封城禁足的絕決手段，避免醫療體系崩潰。回頭想想，若不是網路科技發達，讓城市人口能繼續相互聯絡，能持續在家工作求學，甚至維繫基本娛樂功能，封城禁令也難以貫徹，長時實施。

法國一年多來，封城三次，將近五個月的限制令，超過八個月的時間無文教娛樂交流場所可去，出門配戴口罩變成日常生活的一部分，洗手洗成神經質的習慣。即使封城令解除，人與人之間保持距離，減少社交活動依舊是最高原則。沒有娛樂，沒有社交，沒有實境活動的生活，不敢有太多欲望，無法計畫未



美國堪薩斯州的醫院，病房內被感染西班牙流感的人塞滿。(圖片來源：維基百科)

來，維持最低的滿足，最少的活動。最好不要有感想，任何情緒波動都會影響生活的平靜。靜靜地傻笑就好，千萬不要想太多，感觸往往會帶來不滿，生氣就全盤皆輸，無波生活過不下去，崩潰的只能是自己。想要保命，那就只能壓抑再壓抑，自己找好解放的小出口，運動、出門小透氣、看書、上網、追劇、遊戲、音樂、畫畫、烹飪，只要能釋放壓力，都好。把生活過單調過無聊，竟然變成保命躲疫的重要手段。

一年前還沒看過 Netflix 影片的我，重度影迷卻沒電影院可去，只得成為線上串流平台的忠實客戶，連漫長的韓劇現在都能耐著性子追下去。每天對著螢幕，除了工作、寫作、社交、學習外，一年來還得對著螢幕運動，跑跳舞躍皮拉提斯。健身房倒閉，已繳的會費只能當作投資慈善事業。線上運動課程變成必須，家裡從瑜珈墊、啞鈴、彈力帶到拉繩都一一配備，現在大概只缺槓把和槓片，就能打造簡易健身室了。有時可以一下子嗑掉半本書，焦慮時卻半個月讀不進半頁書。寫東西怕情緒泛濫成災，難以回復；不寫東西又怕情緒崩潰，焦躁失常。單調的生活，寫了像喃喃自語的空洞廢文；不寫卻讓人生更蒼白失準。每日在思考與否間進退兩難，寫不寫都是錯。法國電影凱薩獎還頒得出獎來，不可思議；美國奧斯卡獎提名與得獎名單，大部分連聽都沒聽過，可想而知，拍片計劃和影片上檔都遙遙無

期啊！

面對人的工作令人恐慌，但是有多少工作可以不面對人？要賺錢還是要隔離保平安？與朋友親人相聚一堂，究竟帶來安慰還是恐懼？出門的工作要不要接？朋友約會要不要見？外面的活動要不要去？這些以前不必想的事都變成沈重的選擇。能不搭公車地鐵人擠人，就極力避免。為了外帶餐點，走路半小時不算什麼；為了買菜見朋友，穿越巴黎走上一個多小時也是家常便飯。寧願開車到遠一點的地方踏青，也不要跟一堆巴黎人擠在河邊或公園裡，然後為了趕上六點宵禁，下午四點就在近郊公路大塞車。

封城也對生態帶來空前的影響。前些日子看了一部封城期間拍攝的動物紀錄片，才發現由於人類讓出大自然的空間，動物重新獲得自在生活繁衍的可能，許多動物終於能擺脫人類的干擾，悠閒地溝通、覓食、養育後代。各國的報導也顯示，一些瀕危的物種，以令人驚嘆的數量成長，植物豐美，海水、河水潔淨，觀光海灘休養生息回復往日美景，空氣污染嚴重的城市重獲藍天！封城一個多月，人為活動干擾減少，大自然便得以喘息休養，修補人類造成的巨大破壞。看著重拾美麗的大自然景貌，心中不禁揣想：假如從此後，每一年人類都主動封城減少活動一個月，對我們居住的環境，對大自然，會不會反而是件好事？

人為活動的縮減，讓動植物獲得更多的空

間，自然是好事，不過也有一些對人類居住環境意想不到的後果。去年夏秋季，整個法國一反常態黃蜂大繁殖，為了覓食，牠們連城市的水果店都不放過，葡萄吃到剩外皮，切好的西瓜連保鮮膜一起咬破。在戶外野餐，或只是長凳上嚼午餐，食物引來黃蜂，吃個東西都要擔心被黃蜂圍攻。去參觀城堡，在戶外草地上發現一兩百隻蜂貼地飛舞，後來才知道牠們的窩可能就在地上。去森林健行，整個小徑遭蜂群佔據，嚇得所有健走人繞路而行。有朋友因為在郊外踩到地上的蜂巢，被蜂群叮咬，每人掛彩好幾個包。住在城市裡的老鼠，由於餐廳咖啡館不營業，少了食物來源，無法寄居，在街上遊蕩，公園裡逃竄，甚至跑進樓房住家。我家位於公寓大樓一樓，前面有個小院子，每天落地窗打開通風，住了十年安然無事，結果去年底竟然有小老鼠趁著夜黑風高從落地窗侵門踏戶，把我家當糧倉，遺留老鼠屎，還時不時現身嚇人，搞了幾天才終於用黏鼠板抓住，從此後家裡落地窗都不敢隨便開了。

躲疫情躲了一整年，到底還要躲多久？正常生活何時可到來？沒有人有答案。而我們甚至很快就習慣了沒有期待，看不見黑暗盡頭的日子，不再像以前凡事提早計劃，夢想丟在角落，變種病毒永遠跑在所有人面前，打亂預期的路線。

停擺。病毒要求人為的交流都停擺。然而時間不可能停擺，生命會消逝，年華持續老

去，感情會淡薄，對人性的懷疑侵城略地。我們以為強迫世界停擺，便能在這場病毒大戰中佔上風，爭取優勢。卻忘了變動永遠站在時間的那一方。時間的風暴終將席捲一切，滿心以為停滯的腳步能助我們護持生活的原貌，殊不知時光流逝早將我們內外侵蝕，滿目瘡痍了。

日常生活變成空殼，失去內涵，失去夢想與期待。這種時刻，特別想家，想回到童年記憶。幸好我還有故鄉，還有個推拒病毒於國門外的夢土可以投靠。感謝台灣從來沒有禁止國人回返家鄉，感謝在四處空襲的槍林彈雨中，還有個收容我大口喘氣的防空洞可以置身。看多了脆弱的生命一閃即逝，那種回鄉探望的潛意識也特別強烈。因為不知道手中握有的生命能持續到何時，無常感會推著所有異鄉遊子，無論如何要在變動的大浪來襲前，見家人親友一面，完成那些總是推遲的心願。與這些心繫之人處在同個時空，即使無言無所為，也有一種安心。雖然不曉得明天會發生什麼，只要今天能與你站在一起，便足夠。

回台灣要隔離檢疫 15 天，許多人聽到這個限制便卻步。對經過封城生活的人來說，其實毫無困難。這個 15 天，看得到盡頭，終點處充滿希望期盼，可以每天許願，等著出關後一樁樁實現。就像童年期待生日到來的憧憬開懷。在法國一年來的封城禁足在家工作，卻是看不見盡頭的，黑暗已是生活的一部分，就



在那裡，逃不了避不掉，必須學會共生共存。病毒也許有一天會消失不見，也許科學能佔上風，但這個黑暗的印記已鑄刻在我們的皮膚，留下永遠洗不清的刺青，跟隨我們的記憶，悄悄改變未來。

很慶幸能回到台灣一陣子，彷彿置身保溫箱的嬰兒，暫時免除外在威脅，終於能夠大口呼吸。背負著封城刺青的我，卻很清楚，許多東西都已經不同了。我們只是從戰場上休息的兵士，一晚的歌舞昇平後，依舊得重回任務所在的地方。我們原本以為這是與病毒的廝殺，恐怖的敵人是變幻莫測的自然反撲。再次回到每天自願與人保持距離的法國，回到幾近隔離的日常，才發現戰場中該對抗的敵人只有自己。

這一年多為什麼覺得處處受限？為什麼活得那麼苦悶？找不到人說話？沒事做？在只剩下自己的時刻，才發現從來不曾與自己對話，根本不會與自己相處。不知道自己要什麼，不喜歡也不接受自己。把世界搞得無比複雜，不斷往外求，渴盼人聲的五彩繽紛，旁人的肯定與讚同。剝掉華麗外袍，不復眾聲喧嘩，只剩下自己，你發現連靜下來幾分鐘都沒辦法？你內心的自己不堪至此，只想逃避無法面對？孤獨，把簡單的生活過簡單，竟然那麼難。看遍花花世界，卻只給自己的內心一片荒原。

在一開始的時候，自己想要的是什麼？一

無所有的時候，曾經只要一點什麼就滿足了？

一年之後，黑暗中看著自己，只有自己，是不是終於能好好開口，對自己說些什麼了呢？

帶來無限疑惑的這一年，說不定原來便是我們渴求的解答。

## 後記

本文完成之際，台灣突然爆發本土疫情，回顧法國過去一年多來與疫情抗戰的經歷同時，希望也能為身陷自由隔離情境中的台灣朋友，提供一點意見參考。故增添此一後記。

五月中旬，台灣本土疫情爆發，至今，已超過十天，最近一週來的新冠肺炎確診病例數（以校正後的為準），大概都保持在三百到四百多例間。目前出現的感染者，應該都是四月底到五月初那一陣子感染而出現症狀的患者，以及這些人的密切接觸者或家人。從諾富特感染者四月中開始在社區中傳播病毒的時間來看，到五月中旬突然發現群聚感染，這樣的數字不令人意外。去年病毒傳播率大概以一人傳三人的速率來計算，今年的英國變種病毒株，可以用一人傳染四到五人的速率來算，因此只要這些初期的感染數字沒有成倍數增加，就表示防護措施有一定的效果。

台灣政府的防疫措施效率，非常快速，已經都有明確的準則來依循，因此能夠當機立斷啟動三級防疫機制，學校馬上停課，居家工

作得以進行，群眾聚集的公眾場所立即關閉，公務機關也分組上班。實聯制在三天內便推出簡訊登錄服務，更是有效率到令人刮目相看。

當然，因為一年來幾乎沒有本土案例，醫院收治病患及檢測的政策，一直是以少量精準的檢測配合不分輕重症全數收治為原則。突然一下子湧入大量的檢驗需求，每日幾百名的患者，如果延續前面的原則，醫療檢測能量絕對應付不來。面對新的本土疫情，指揮中心自然必須調整以往的方式，擴大檢測量能，配合快篩，區分輕重症患者，確保醫療體系穩定運作。參考一年多來世界各國的經驗，台灣的疫情指揮中心真的反應快速，也知道該如何避免其他國家的錯誤。雖然有些措施在一般民眾看來似乎慢半拍，以致爆發初期顯得有些混亂，還出現「校正回歸」補登確診數的情形（這在別的國家其實是一天到晚發生的，不知道為什麼在台灣會引發政治口水戰），讓急性子的台灣人，抱怨、謾罵、指責，充分顯現出因為恐慌導致的焦躁不安。這種種的混亂，一年多來，在其他國家，全部發生過，別的國家可能要花上好幾個月的時間才能慢慢適應，找出解決方法，台灣政府卻能在短短的幾週內便調整佈局，除了借鏡他國經驗之外，自身的充足準備絕對不可或缺。更不要說過去一年把病毒隔絕境外優異的表現，那根本是奇蹟，到如今才爆發一點本土小感染，只能

說是稍稍反應了全球的現實而已，真的不必大驚小怪。

放眼世界各國的抗疫表現，台灣的表現真的是不可思議的優秀，應該要獲得全體國民的肯定與讚賞的。但是，活在沒有疫情的平行世界中一年的台灣人民，似乎幸福到完全脫離全球的現實。明明全世界已經演示了一年的各種不同病毒研究、防疫措施的優缺點，台灣人卻彷彿無知無覺，完全沒把這些經驗看在眼裡，當疫情終於小爆發，卻只能延續與一年前一模一樣的恐慌驚懼，束手無策。

民眾對病毒認知的缺乏警覺、毫無成長，是最讓我驚訝不解的地方。全球疫情嚴重持續了一年多啊，多少研究多少報導，而台灣人竟然像是太過安逸的化外之民，到如今才突然要惡補許多的基本知識？

一年多前，台灣政府當機立斷，控制邊境，成功遏止病毒入侵，保護了人民的健康與平安的生活環境。但是大家應該要知道，封鎖國境並非常態，也不該是對抗病毒的惟一方法，這只是在找出藥方與疫苗前，延緩病毒擴散爭取研發時間的非常手段罷了。台灣無法永遠鎖國，也不可能永遠活在沒有病毒的平行世界。台灣人總有一天必須面對病毒進入生活的事實，只是時間早晚、情況輕重不同的問題而已。

台灣人想以「心理封鎖」來對抗病毒，更是不可能的。面對這一波小爆發，大家還是普

遍想用極端的封鎖方法，認為只要停止接觸與活動，完全封城，就能斬斷傳染鏈，輕鬆「清零」，再回返以往的平行世界，大家重拾歲月靜好的時光，世界疫情與我無關。表面上看來，這樣的想法，似乎沒什麼不對，實踐起來，也不是不可能，以台灣目前的感染數字及人民短期的配合度（驚嚇度）看來，我覺得還蠻有可能達成的。

問題是，這一波疫情控制住，以後呢？國界要封鎖到何時？要繼續為了保持平行世界而不與其他國家交流嗎？怎麼可能！

國界的暫時封鎖，不是讓大家內化成「心理封鎖」的！活在島內的台灣人應該好好睜開眼，看看目前國際疫情的發展，精進對病毒的瞭解，才能避免毫無理性的恐懼，免去嚴苛神經質卻無用的防疫方法，模糊防範病毒傳播的焦點。

台灣人在接下來的幾個月，恐怕必須在幾個方面做好心理準備：

（1）病毒既然已經進入社區，便很難清除，雖然無法「清零」，有效的控管、防範便足夠，大家不需要迷信確診數字，而必須進一步地思考：如何與病毒共存。輕重症該如何分流？確診及密切接觸者該如何應對？什麼才是有效有用的防疫措施呢？什麼樣的情況最容易感染？什麼情況下風險不大？國外已經有許多的研究報告，別的國家也摒棄絕決的封城禁足手段，而採取軟性的調整做法，為什

麼？許多人日常生活的人性需求是無法完全斬斷的，在抗疫與人性需求間，必須找出平衡點，方有長期抗戰的條件，那麼平衡點在哪裡？

（2）最大的傳染源，不是陌生人，是你覺得很安全的家人和朋友。同住家人通常是第一個被傳染的，很難逃過，這沒辦法。但是朋友相聚、熟人之間的活動、同事同學邀約、家族團聚，其實這才是最容易傳染的途徑，因為是認識的人，就覺得沒關係，或是不好意思，覺得防護很見外之類的反應，這是人性，沒有辦法避免。不過，病毒正是藉由這樣的近距離接觸來傳播。新冠肺炎病毒的確是專門對人際關係挑撥離間的狡猾病毒，時時刻刻考驗著人性。

台灣人以為國外很多地方防疫失敗，是因為民眾不喜歡戴口罩，這或許是初期的原因，但無法說明全部。口罩並非萬能。在室內空氣不流通的地方，有人確診，即使所有人都戴了口罩，只要持續講話聊天超過三小時，70%的人都會遭到感染。這是西班牙的研究。

事實上，如果好好觀察感染率很高的國家，像法國、義大利、西班牙，都是因為人們不願意放棄傳統的家族親友聚會，朋友家人間的親吻、擁抱、長時間的交談分享，都是他們根深柢固的習慣，非常難一下子改變。連同事都喜歡聚在一起喝咖啡聊是非。而大部分的感染，都發生在這些難以推拒的場合。

老實說，你真的很難因為搭個捷運、出去超市買個菜或在廟裡拜拜時因為與確診者擦身而過便感染。假如做好防護、保持適當距離，這些情況其實不必自己嚇自己。但是，你跟朋友近距離面對面聊天半小時，因為是朋友覺得無所謂嗎？很不幸，這才是病毒最喜歡的傳染途徑。

很多國家疫情失控，不是因為刁民特別多，是因為那些國民對社交、對家庭、對朋友關係，非常非常看重。這點值得台灣人借鏡。

(3) 台灣必須在今年內完成至少一半人口的疫苗施打，才能夠有效保護易發展成重症造成死亡的體弱族群。保護好體弱族群後，死亡率下降，重症患者減少，醫療體系便不至於崩潰。當病毒的威脅性降低，新冠肺炎便能夠成為一般性流感，即使感染，也不必擔憂無藥可醫，那個時候才是真正擺脫這個世紀病毒威脅的時候。台灣人最近看到美國宣布施打疫苗的人可以不戴口罩的政策，都目瞪口呆；

看到法國每日確診案例依舊破萬竟然解封，還一堆人群聚喝酒，也都同聲譴責法國政府不負責任。其實美國、法國政府並非不負責任，除了照顧人民渴望正常生活的心情、重振經濟之外，最重要的關鍵是疫苗有效地降低了死亡及重症率，因此即使無法百分之百控制感染，也無妨，如果疫苗能讓新冠肺炎變成普通流行性感冒，恢復正常生活，重開國界的日子便不遠了。在歐美疫苗接種進度較快的國家，接下來應該會朝這個方向前進，爭取盡快開放國際交流，回復以往的生活。

台灣要如何跟上國際腳步，不因鎖國而犧牲經濟與外交，也不因開放國界導致疫情失控，這是今年底前台灣一定非解決不可的問題。

(4) 接種疫苗後，大家仍然得持續某些防疫措施，以新的衛生習慣、交際方式與病毒共存。如何保持人與人的連結，擁有交流可能，又能保護自己他人，都是接下來後疫苗時代大家必須共同面對的新課題。

#### 參考資料

1. **L'Entretien de Sciences et Avenir avec Laura Spinney l'auteure du livre La Grande Tueuse, comment la grippe espagnole a changé le monde (éditions Albin Michel):**

[https://www.sciencesetavenir.fr/sante/en-1919-comment-le-monde-s-est-il-sorti-de-la-pandemie-de-grippe-espagnole\\_143396](https://www.sciencesetavenir.fr/sante/en-1919-comment-le-monde-s-est-il-sorti-de-la-pandemie-de-grippe-espagnole_143396)

2. **« Grippe espagnole et coronavirus : pourquoi le contexte est très différent », Chloé Maurel, chercheuse associée à l'Ecole Normale Supérieure (Institut d'histoire moderne et contemporaine), École normale supérieure (ENS) – PSL**

<https://theconversation.com/grippe-espagnole-et-coronavirus-pourquoi-le-contexte-est-tres-different-133836>