

H 热点关注

实施“全面两孩”政策后，我省生育需求集中释放，海口多家医院妇产科挂号难

“猴宝宝”遇上孕检难

做个孕检有这么麻烦吗？近日，记者走访海口部分三甲综合医院后发现，当“全面两孩”遇上“猴宝宝”，孕妈妈们切身感受到我省正迎来了“一波生育高峰”。

■ 本报记者 侯赛

今年怀孕建档后，海口市民刘女士就为孕检发愁。每次孕检前一周，她都要号召全家人上网帮忙抢挂号，就算抢到适合自己的时间段和专家号，孕检也要花费半天的时间才能搞定。

记者从海南省卫生计生委了解到，全面二孩政策放开后，我省生育需求集中释放，海口市一些大医院的妇产科出现挂号难的情况。调查显示，在“十三五”期间，我省预计平均每年多生育二孩2万人左右。其中，高龄、高危产妇明显增加，她们大多希望到大医院建档孕检。

孕检难，三甲医院孕妇爆满

“好不容易轮到你做产检或看医生，坐在医生办公桌前还没说上两句，一大堆人就涌到医生旁边咨询，有的过来交报告，有的让医生帮忙看检验单，门口还挤满了孕妇家属……”6月28日上午，海口市人民医院妇产科门诊

口，挺着大肚子的程婷婷手里捏着病历本，靠在诊室旁，焦躁地抱怨着如今孕检真难！

“以前门诊最多看50多个病号，现在70个也打不住。门诊时，眼睛要一直盯着病历、检查单子和孕妇肚子。”

一位海南省人民医院产科医生告诉记者，别的科室一般上午8时上班，产科医生上午7时30分就要到岗。除了通

过预约渠道挂上的35个号，还要不停地现场加号。上午的门诊，过去一般中午12时就可以下班，现在常常要到下午1时才能下班。

除了孕检难，目前，海口多家大型三甲医院产科门诊和病房也都已经爆满。

记者从省卫计委了解到，“全面两孩”政策实施后，我省近年来累积生育需求集中释放，出生人口数量增加，高龄孕产妇比例增高。

民营PK公立，你选哪家？

除了公立医院，记者走访省内一些民营妇产科医院后发现，相比公立医院的“人山人海”，民营专科医院就诊环境更加轻松舒适。

“生大宝的时候是在公立医院，当时因为没有床位，只能在走廊里加床。刚生完孩子本来身体就很疲惫，那种环境下休息不好。生二宝的时候，一定要在民营医院享受一下。”32岁的海口市民李乐目前怀上了二孩，已怀孕32周。她现在定期在海口某民

营医院产检，已经预订了产科床位。

每次产检前，李乐当天只要提前20分钟到达医院，检查时间不长。整个孕期全程都有固定的医生接诊。“孕检不用排队，医生开了单子就能做，还有一对一的客服陪同指引，很方便。”李乐说。

27岁的海口市民王晓认为在公立医院生孩子病房条件差一些，但是为了安全起见，即使在走廊凑合几天也能忍。“毕竟综合医院各种条件都具备，医生技术也让人放心，万一有什么严重并发症，处理也快。”她说。

其实，公立医院妇产科孕检有不少小窍门。王晓高兴地与记者分享她的孕检小经验，“我每次产检都问医生，只要说下次需要做B超检查，我就当天开单子交钱，这样下次来的时候可以先去做B超，节省了不少时间。”

为了缓解患者病患挂号难、看病

难，目前有些公立医院也在探索便民途径。比如，海南省人民医院已经从今年6月初试运行推出微信公众号服务，不仅可以实现微信挂号，还可以利用微信进行缴费、查看报告单等服务。

记者6月27日上午去省人民医院也体验了一次微信挂号，在省人民医院登记注册一张就诊卡后，通过微信平台成功挂到一周后的产科专家号。

省卫计委妇幼处相关人士表示，除选择公立医院进行孕期检查外，民办妇产专科医院的数量和服务质量都有所增加，对经济条件好的群众是补充选择。为确保母婴安全，建议高龄孕妇到二级以上医院、妇幼保健院接受孕产期保健服务和分娩。目前，微信、电话、网络等预约诊疗服务模式正在部分医疗机构推广，可以减少患者排队挂号等候的时间。



目前，预计我省新增可生育二孩目标人群约25万人，其中35岁以上占比61.6%。

结合生育意愿调查，我省“十三五”期间将新增二孩生育11万人，预计平均每年多生育二孩2万人左右。

制图 孙发强

H 网传求证

■ 本报记者 侯赛 通讯员 钟友廷

近日，海口白领小吴和朋友逛街，路过某美容院门口见到有免费的“虹膜检测”。据称这种检测无需检查身体具体器官部位，只对眼珠虹膜进行检测就能做出疾病诊断。出于好奇，三人都进行了检测，结果都被检测出身体处于“亚健康状态”，不到30岁的小吴被诊断体质最差，“酸碱失调，体质已经相当40多岁的人”。检测人员随即给小吴开出了一个营养保健方案。

看眼睛虹膜就能预测疾病？

专家：“虹膜诊断疾病”毫无科学根据，切勿轻信

看虹膜真的能评估人体的健康状况吗？带着小吴等人的疑问，记者采访了海南省眼科医院教授刘红山。刘红山表示，“看虹膜可预测疾病”毫无科学根据，患者切勿轻信。千万不要因此被不法分子忽悠去做不必要的治疗，或者购买无用的保健药品。

所谓虹膜，是指眼球瞳孔周围有颜色的一片区域。据刘红山介绍，眼睛的虹膜构成了瞳孔，通过收缩和放松以调节瞳孔的大小，从而控制进入眼球内光线的多少和进行屈光调节的作用。虹膜与瞳孔参与了眼部的调节反射，当有外来光线投射入瞳孔时，人眼就会主动作出瞳孔缩小的反射。

“虹膜有丰富的血管和色素，容易产生免疫性疾病，对某些物质的刺激也容易出现反应性炎症。”刘红山表示，虹膜的变化只能反映身体已经产生的某些疾病，并不能预测未来将会产生哪些疾病。如系统红斑狼疮，表现在虹膜可出现水肿、出血和炎症渗出；眼晴受了外伤，可造成虹膜撕裂和色素脱

失，如果虹膜发生断裂，瞳孔就会变形；青光眼的高眼压令虹膜承受不了眼球内升高的压力而发生萎缩。

“看虹膜可以预测将来会发生何种疾病”这样的学术论断，在专业眼科会议或交流中都闻所未闻。”刘红山认为，通过虹膜诊断可以预测即将发生的疾病，这样的观点缺乏科学依据。

刘红山认为，“虹膜检测”用于诊断和预测即将出现的疾病，缺乏科学依据，不具有科学性，没有用于临床医学检测。无论是将健康人检测为“病人”，还是将有病的人检测为无病，都会造成严重后果。人们做体检还是到正规的医院体检中心更准确。

疾病预防控制与健康

海口市疾病预防控制中心 特约专栏

黄热病防治知识，你知道多少？

1.什么是黄热病？

黄热病是一种由黄热病毒引起，经蚊叮咬传播的急性传染病，是我国的检疫传染病之一。

2.黄热病有什么症状和体征？

急性起病，寒战、发热（可达39℃~41℃），全身不适，头痛、肌痛、厌食、恶心、呕吐、烦躁、易怒、头晕等，但症状无特异性。体格检查可有相对缓脉，皮肤、结膜和牙龈充血，特征性舌相改变（舌边尖红伴白苔）等。

3.黄热病的潜伏期和传染期有多长？

(1) 潜伏期：一般为3~6天，最长可达14天。

(2) 传染期：患者出现发热前较短时间内至发病后的3~5天，可产生较高水平的病毒血症。最长发病后10天可在血中检测到病毒。

4.黄热病的传染源是什么？

按照传播模式，黄热病主要分为城市型和丛林型。城市型的主要传染源为病人及隐性感染者，特别是发病5日以内的患者。丛林型的主要传染源为猴及其他非人灵长类动物，在受染动物血中可分离到病毒。

5.黄热病的传播途径有哪些？

蚊媒传播为黄热病的主要传播途径。蚊媒通过叮咬黄热病毒感染的途径。蚊媒通过叮咬黄热病毒感染的途径。

“周晓，1986年5月30日”

“周晓，1986年5月30日”

7.黄热病如何治疗？

黄热病目前尚无特效治疗方法，仅给予支持性治疗包括针对脱水、呼吸衰竭和发热进行的治疗。如有相关细菌感染可采用抗生素来治疗。

8.黄热病是否有疫苗可以预防？

疫苗接种是预防黄热病最为重要的方法。减毒黄热病毒17D株制备的疫苗可以有效预防黄热病毒感染。

接种疫苗10天内，90%以上的人可获得有效免疫力；30天内，99%的人可获得有效免疫力。对大多数旅行者来说，接种1剂足以提供持久的免疫保护，甚至产生终身保护，无需加强免疫。

建议对前往疫情流行国家/地区的人员按照黄热病疫苗说明书要求，实行主动免疫。（小可）

海南现代妇婴医院严把服务质量关，细心呵护患者健康

改变源于JCI，患者安全高于一切

■ 本报记者 马珂

近日，海南现代妇婴医院第二次通过JCI国际认证，是省内唯一一家通过JCI认证的医院。什么是JCI国际认证？通过认证能给患者带来什么？记者近日走进海南现代妇婴医院，揭秘JCI国际认证。

严格管理，保障患者安全

“周晓，1986年5月30日”

“周晓，1986年5月30日”

6月1日，在海南现代妇婴医院进行产检的准妈妈周晓（化名），在就诊过程中不断地重复着自己的姓名和出生年月。“一个上午，大概有十几遍吧。”周晓告诉记者，现在在各个窗口，无需医护人员提问，她都能自觉地报出自己姓名和出生年月。

“习惯了妇婴医院的问话，突然换一家医院不问了，心里会觉得不踏实。”周晓笑着说。

JCI认证标准涉及医疗、护理、卫生、药品、人员资格审核等方方面面，代表医院服务和管理的国际水平。或许周晓并不知道JCI是什么，但她却是JCI的受益者，她可以在一个患者安全高于一切的环境下安心

地享受诊疗过程。

为了像航空管理一样严密，JCI标准要求在给患者做检查、治疗、诊断、给药甚至有特殊要求食物时都需要身份识别。这是确保患者安全的最基本手段。

280多条评估，确保服务质量

JCI有280多条标准，都是为患者而设。从每一个患者踏进海南现代妇婴医院的那一刻起，一个完整并且有效的安全体系已经开始运转。

海南现代妇婴医院对患者的人院评估包括了解病史，可以完整、准确地了解病情，评估患者对诊疗的承受能力，为患者有针对性地制定最佳的诊治计划和出院计划。

就诊中，对患者的评估包括疼痛评估、心理评估、营养评估、滑倒、坠床等评估。主管医生会经过询问病史、体格检查、影像检查等，全面了解患者机体功能情况，以确定下一步的治疗方案；出院后的康复去向、有无困难要评估与计划；手术、麻醉前麻醉医生要对病人进行评估，实施麻醉前最后几分钟还要对病人进行简要评估与记录。临盆产妇、精神病人、老年体弱易跌倒的病人、未成年人还

要进行个性化评估。

这一系列的患者评估，都是为了保证医疗质量，保障患者生命安全。

将JCI植入员工理念中

“JCI标准只是提供了核心思想，即病人安全、员工安全和持续改进。医院必须结合自身实际，消化、吸收JCI理念，用行动去实现这个核心思想。”海南现代妇婴医院院长叶琳表示。

但是，将JCI植入每个员工理念的过程总会伴有阵痛。“起初是有冲突的！”叶琳坦言，由于JCI很多标准和传统观念有一定的差别，因此，一开始员工对这项认证并不太了解所以觉得繁琐无意义，有些抵触。

一名住院护士告诉记者，刚开始，医院让医护人员反复核实患者身份时，患者很反感，医护人员也经常因为这个事情感到委屈。但是身份的核实可以避免差错的发生，是对患者安全的一种负责任行为。这项制度长期实施后，患者和医护人员都慢慢理解并接受了。

“JCI不止要为了患者安全，同样也能保障医护人员等所有员工的安全。我们要让医护人员全部意识到这一点，才能够化解冲突，让被动变主动。”叶琳表示。

H 业界资讯

我省拟建五大区域检验中心推进精准医疗

肿瘤患者可享个性化治疗

本报讯（记者马珂）肿瘤患者真的只能通过化疗和放疗治疗吗？患者所做的放疗和化疗到底适不适合自己的病情？这些问题，未来都可以通过精准医疗解决，让很多患者找到“病根”，真正对症下药。近日，“第三届海南国际医学检验高峰论坛暨精准医学研讨会”在海口举办。我省将建设东南西北中五大区域检验中心，让海南老百姓更快速、近距离、低收费享受精准医疗带来的便利。

精准医疗已经成为医学界的流行词，到底什么是精准医疗？金域检验首席科学家兼临床基因组中心主任王世辉博士介绍，精准医疗是以个人基因组信息为基础，结合蛋白质组、代谢组等相关内环境信息，对大样本人群与特定疾病类型进行生物标记物的分析与鉴定、验证与应用，从而精确寻找到疾病的原因和治疗的靶点，并对每种疾病不同状态和过程进行精确分类，最终实现对于疾病和特定患者进行个性化精准治疗的目的，提高疾病诊治与预防的效果，达到治疗效果最大化和副作用最小化。

“简单来说，例如肿瘤患者，借助于精准医疗，一名肿瘤患者可以清楚自己所患肿瘤的种类，适合用哪种极具针对性的药物，对症下药，而不再是一进医院就放疗化疗，因为不适合的治疗方案而丧失生存机会。”王世辉说，与个体化医疗相比，精准医疗更重视“病”的深度特征和“药”的高度精准性，是在对人、病、药深度认识基础上形成的。

据了解，我省将筹建精准医疗专业委员会，建设东南西北中五大区域检验中心，并结合临床常见病和肿瘤完善基因检测，通过医保和海南省收费标准，让海南老百姓快速、近距离、低收费享受精准医疗带来的便利。同时，通过高端平台和当地医院的共同发展，为海南的诊疗水平提供帮助。

省人民医院表彰28名医师代表

本报讯（记者马珂）近日，海南省人民医院举行庆祝“6·26”医师节表彰及庆祝大会，28名医师代表获表彰。

大会分别授予乳腺外科汤鹏主任、神经内科国强主任、麻醉科欧阳碧山主任、内分泌科陈开宁主任、放射科陈峰主任优秀医师管理奖；专项表彰2·29恶性暴力事件救治团队、连体婴儿分离手术团队、骨髓移植治疗团队；表彰优秀质控员、临床路径管理优秀科室、优秀路径管理员、疾病控制工作先进集体和先进个人、优秀新技术新项目获奖科室和个人。

H 健康提醒

胃疼腹胀？中医教你几招暖脾胃

长期吃饭不规律、过度饮酒、暴饮暴食等不良饮食习惯，让脾胃变得越来越脆弱。一旦造成脾胃虚寒后，往往会出现胃痛、腹痛、腹胀、四肢发冷，经常不自主地吐口水等表现。中医五行学说认为，肝气郁结克脾土，即肝气郁滞、饮食寒凉、脾胃阳气受损，则脾胃的运化功能就会受到影响。

专家提醒，要想远离脾胃虚寒，方法很简单，但最重要的是你一定要坚持做到以下几点：

1. 饮食规律。一日三餐要按时吃，早吃好、午吃饱、晚吃少，五谷杂粮、蔬菜肉类都要吃，晚饭最好能喝点粥。

2. 少吃寒凉、辛辣刺激性的食物。有的女性喜欢吃冰凉的、辛辣刺激性的食物，不论春夏秋冬，冰箱里常备冰淇淋。殊不知，这些食物都在日复一日地损伤脾胃，让它变得越来越脆弱。

3. 锻炼身体健脾胃。专家建议脾胃虚寒者可通过练习蹲马步来健脾胃。做法：双脚开立约两倍肩宽，双手扶膝微蹲，注意膝盖不要超过脚尖，上半身保持挺直，每次1—2分钟，可视自身耐力，量力而行。蹲马步可以强化下半身肌力，对于促进胃肠蠕动非常有益。

4. 按摩腹部。坐在椅子上，左手叠放在右手上，吸气挺胸，身体微微后仰；然后吐气、缩胸、弯腰，同时双手用力按压腹部，重复20—30次。

腹肌的收缩可以起到按摩胃肠，促进脾胃运化功能的作用。也可双手交叠于肚脐，旋转按摩腹部100—200次。

（生时）