



我省各大医疗机构逐步恢复门诊服务,防疫和日常诊疗“两手抓” 看病提前预约,无须“望疫却步”



■本报记者 侯赛

新冠肺炎疫情取得了阶段性有效控制,作为战“疫”阵地的各大综合医院,目前日常诊疗工作开展如何?连日来,海南日报记者走访海南各大医院发现,目前各大综合医院正逐步全面恢复正常诊疗,在守牢疫情防控前线的同时,保证现有医护力量充足,坚持常态救治工作“绝不停摆”。

各大医院在接受海南日报记者采访时再度向公众发出提示:如今来院就诊需接受“全预约制就诊”“出示健康码”“测体温”等防疫环节,除此之外,该看病的还是要来医院看病,切勿因过度忧虑疫情而耽误治疗!

“等不起的病”都在规范治疗中

连日来,海南日报记者走访海口各大综合医院发现,原先熙攘的门诊大楼如今冷清不少。从全预约制就诊到线上问诊……非常时期,医患间正式形成新默契,各医院门诊大楼内原先的就诊人潮不见了,取而代之的是志愿者和医护人员的有序引导及患者的错峰就诊。

疫情当前,设在各级医院里的发热门诊,成为接诊新冠肺炎患者的“第一道防线”。海口市人民医院医务处负责人侯开庆向记者介绍,针对这类特殊患者,医院已开通单独通道、急诊抢救绿色通道,并另辟急诊抢救室,参与抢救的医务人员穿戴全套防护服即可进入,换言之,与普通患者“分流”。这种做法在我省各家医院均有推行。

与此同时,各级医院都向记者强调:非常时期,正常救治工作“绝不停摆”,也提醒广大群众不要因为非常时期“过度恐惧医院”,错过治疗时机。“该看的病仍然要看。”海南省人民医院急诊科主任欧阳艳红说,已遇到过没及时来院就诊病情加重的病例,她强调:海南省人民医院急诊全员上班,尽管医院也有不少医生援助武汉,但科室里的运转一切正常。

海南日报记者走访我省各大医疗机构了解到,除喉镜、胃肠镜等特殊检查外,目前各大综合医院的普通门诊均已基本恢复诊疗,部分口腔专科医院也正在为开诊做准备。记者从海口市人民医院了解到,该院在停诊期间,已经加强了对医护人员的诊疗流程防控培训,为全面恢复诊疗工作做好了准备,目前已陆续接受预约门诊。

手术前增加肺部CT等相关检查

疫情前期,不少医院的特殊检查暂停了诊疗,但一些患者必需的治疗,如血透、化疗、急诊外科手术等,始终在正常开展之中。

除急诊治疗外,有些患者“等不太起”的手术和诊疗也在正常开展中。海口市人民医院妇产科主任黄守国表示,疫情期间,虽然到医院就诊会增加感染风险,但有些患者的病情是不能等太久的,他们都逐一评估,排期进行手术。

记者了解到,如今,手术前的评估除生命体征、基础疾病外,医生们还增加了患者流行病学史的调查,增加肺部CT的相关检查。

生育分娩也是“等不得”的,我省各大综合医院的妇产科和妇产专科医院、产科、儿科等在内的普通门诊及专科门诊一直以来均正常开放,像剖宫产等“等不起的手术”也在正常进行中,守护母婴健康。

“轻问诊”给求医问药托好底

作为我省新冠肺炎病患收治医院之一的海南省人民医院根据目前疫情防控需要、患者需求、物资保障等因素考虑,目前手术仍限于急诊手术和限期手术,部分科室需排班出诊。该院医务处负责人吴斌表示,为应对患者需求,海南省人民医院推出了两个线上咨询板块,一是新冠肺炎咨询,另一个板块即为“医疗咨询”,海南省人民医院各个科室均安排值班医生在线回答患者提问,目前儿科、呼吸内科等均是患者热门咨询的科室。

此外,针对疫情当前形势,不少医院近期已纷纷上线“在线轻问诊”产品,方便大众远程“求医问药”。比如,海南省人民医院、三亚中心医院、海南省妇女儿童医学中心等均在微信公众号推出线上问诊小程序。

针对慢性病患者,大部分医院开通了慢性病药品配送服务。可通过网上诊疗、医保缴费,实现药物自动下单配送。

“我们不希望患者过度医疗,但也不愿意看到他们因为害怕医院而贻误病情。”侯开庆表示,医院在疫情防控各个方面都做了充足的准备,但也希望患者在需要就医时,做好自身防护,戴上口罩,“如果看到医院的免洗洗手液,就用一用。目前,医院还是有能力满足海口市民的就医需求的。”

海南省人民医院门诊部入口处设置体温检测点。
本报记者 李天平 摄



疫情期间如何安全就医?

■本报记者 侯赛

疫情期间,如果您想到大型综合型医院就诊怎么办?海口市人民医院医务处负责人侯开庆送您5个锦囊让您安心就医:

1去医院前,先做点功课。

为减少就医人流,避免交叉感染,许多医院开通互联网在线咨询服务,大家可以先上网查一查,或电话咨询一下,获得相关有用的资讯。

2熟悉就诊流程。

当前医院门诊实行“全预约及实名制就诊”,请关注医院开放时间,分时段预约挂号,错峰就诊。分时段预约看病,既方便病人,也有利于医院管理。

3注意个人防护。

全程佩戴口罩;避免用手触摸眼口鼻;尽量少接触公共物品,及时洗手,有条件的可以随身携带免洗手消毒液,随时保持手卫生。

4配合医院的体温检测和健康询问,出示“健康码”。

排队时保持一定距离,尽量减少在院停留的时间。

5回家后立即更换衣物并洗手。

在医院佩戴的口罩应弃用,并注意自我健康观察。

最后,侯开庆还特别嘱咐慢性病患者和儿童患者:高血压、糖尿病这些慢性病患者谨记“药不能停”。不少医院为方便慢性病患者每月开具维持治疗药物,开通了慢病网络门诊,可直接与医生进行网上问诊,线上医保缴费,药品配送到家。

疫苗接种应根据预约通知前往或主动预约接种日期,不需要等到疫情结束,但尽量减少陪护人员。他特别强调,接种程序中所规定的推荐接种年龄在大部分情况下并不局限在某一天,只要仍属于推荐接种年龄范围,不会影响疫苗效果,不必过于担心。

别再让孩子跟你一起熬夜!

■本报记者 徐晗溪

疫情已经持续一个多月,大中小学校纷纷延期开学,孩子们开启“宅家”模式。这时,不少家长在微信群里发出抱怨:孩子看电视玩游戏没有节制,经常晚上熬夜到12点多,第二天就睡懒觉,怎么催都起不来……

对此,海南省人民医院体检科主任易慧明表示,如果爸妈经常熬夜,孩子也会有熬夜的习惯。中小学生往往自制力比较欠缺,玩手机、平板比较着迷,所以熬夜的情况也越来越多。

孩子熬夜有哪些危害?易慧明表示,孩子熬夜一个非常严重的危害就是影响孩子生长发育,降低孩子抵抗力。因为晚上10点以后是分泌生长激素的关键时段,这个时候孩子如果没有休息,就会影响生长激素分泌。

在身体得不到休息时,脑细胞也得不到休息,这样孩子在睡眠不足的情况下,就会影响大脑发育。很多家长知道,孩子如果睡眠不足,早上起来总是心不在焉,有时候还会忘事,影响孩子记忆力。

另外,喜欢熬夜的孩子脾气也会变得容易暴躁。易慧明解释,孩子贪玩熬夜,如果没有及时睡觉,就会无意识地发脾气。在早上睡眠不足的情况下,孩子就会赖床,比较难叫起来。

在孩子成长发育的关键时期,如果经常熬夜,也会对孩子的视力造成影响,可能小小年纪就近视眼,需要戴眼镜。所以,为了孩子的健康着想,家长们一定要以身作则,早点睡觉,改掉熬夜的习惯。

那么,家长和孩子如何一起戒掉手机瘾,养成好习惯呢?易慧明提供了一些具体可行的办法。

目前,很多电子产品都有使用时间的统计功能和定时提醒功能。孩子每次要玩手机,家长可以先跟孩子商量好使用的时间,设置提醒功能,并提前告诉孩子遵守承诺的重要性。

父母晚上追剧熬夜,又没有安排好孩子,孩子自然不睡。如果准时让孩子洗漱妥当,熄灯睡觉,孩子也会准时。晚上到了睡觉时间,父母也要以身作则。“陪孩子睡,那就好好睡,不要躺在那玩手机,那样,孩子根本就不会睡,只会关心你的手机为什么这么好玩。”易慧明提醒,如果家长确实还有工作,不能陪伴孩子,那就等孩子睡着以后,再起身工作。

给孩子一个睡前窗口时间。比如告诉他再过5分钟就要睡觉,要停止一切活动。可以承诺孩子,睡好之后,可以继续玩,或者第二天给一点小奖励,鼓励孩子。约定好之后,孩子会很乐意执行。

那么,几点入睡才符合“早睡”的标准呢?易慧明表示,为了保证孩子有充足的睡眠时间,最好在晚上8:30前就上床,最迟不超过9:30,这样才能保证在晚上10点左右孩子处在深睡眠状态,早上起床的时间最好是7点以后。

疫情期间,出现口腔问题怎么办?

■本报记者 侯赛

疫情尚未结束,不同于其他科室,口腔科接诊时,患者必然要张开嘴接受牙齿检查,客观上存在暴露感染风险。所以,口腔医生也建议非急症患者,可延期就诊。但疫情防控期间,如果发生口腔问题该怎么办?哪些比较急?哪些可以暂缓?在家又该如何处理呢?海南日报记者就此采访了海口市人民医院口腔中心主任徐普。



Q:补牙的材料掉了怎么办?

如无疼痛,可尽量避免使用患侧进食,尤其是避免使用患牙咬硬物,同时保持口腔卫生和清洁,待疫情过后到医院重新填补。

Q:牙齿疼痛怎么办?

如果是龋坏(蛀牙)达到深龋水平,进食可能会有刺激性疼痛,此时应减少

患侧牙齿咀嚼,并在进食后用牙线、漱口水、冲牙器等方式保持龋洞内的清洁。

如果是牙髓炎症或根尖周炎等导致的疼痛,疼痛较轻时可自行服用头孢类或甲硝唑等抗生素观察,看是否能缓解(注意是否有药物过敏);如疼痛较重,甚至持续性自发痛、夜间痛等,药物无法缓解时,应及时到口腔急诊科做开髓引流,以消除疼痛。后续治疗可择期进行。

Q:牙龈肿痛严重怎么办?

牙龈肿痛多半是牙周脓肿或根尖脓肿造成的,初期可先尝试服用抗菌药物,同时注意保持口腔卫生;严重时必须到口腔急诊科进行切开处理。常规药物可用阿莫西林、红霉素和甲硝唑(或替硝唑、奥硝唑)。

Q:牙周炎患者该复诊怎么办?

保持良好的口腔卫生习惯,每日认

真刷牙,使用牙线、牙间隙刷等邻面清洁工具,可暂缓到医院复诊。

Q:智齿发炎疼痛怎么办?

智齿发炎肿痛时可先尝试服用抗菌药物。可用头孢类抗生素和甲硝唑(或替硝唑、奥硝唑),并配合盐水漱口。同时注意保持口腔卫生,如无法缓解,可及时到医院口腔急诊科做局部冲洗、上药。

Q:活动假牙戴着不适怎么办?

可自行减少佩戴假牙的次数和时间,例如仅吃饭时佩戴,午睡和晚上不戴,可暂缓去医院处理;必要时可到口腔修复科就诊。

Q:种植牙补的材料掉了怎么办?

种植牙上补的材料掉了可能会出现黑色的小洞,是种植牙螺丝开孔的位置。材料脱落暂时不会对种植牙产生

较大影响,但一定严格保持口腔卫生,疫情过后到医院重新填充即可。

Q:烤瓷牙冠掉了怎么办?

首先要妥善收好脱落的牙冠,尽量改用另一侧咀嚼食物并注意保持口腔卫生。这期间不要进食过硬或者过韧食物,以免基牙折裂。也不要自己将牙冠戴入口内,以免因误吞而造成不必要的麻烦。只要不疼痛,可暂缓处理。如果确实影响生活,可到口腔修复科重新粘接。

Q:目前口腔科开诊了吗?

根据海南省卫健委〔琼卫医函〔2020〕114号〕文件精神和医院要求,海口市人民医院口腔中心,即海南省口腔医学中心各专业科室于3月4日正常开诊,并要求患者遵守相关防疫要求,实行预约就诊,除口腔急诊外,不接受现场挂号。

