

本期导读

- 看病是门科学 只选对不选“贵” (详见 B2 版)
- 莫抢占急诊危重病人的“救命通道” (详见 B3 版)
- 家庭医生,市民健康“指路人” (详见 B4 版)
- 上海“星级医院”探访之四 (详见 B5 版)

康健园

本报科教卫部、体育部、副刊部、事业发展部、视觉部 主编 | 第 15 期 | 2014 年 6 月 2 日 星期一 责编:潘家新 视觉:窦云阳 编辑邮箱:pjx@xmwb.com.cn

上海医院急诊就诊患者90%“走错门” ——新民健康大讲堂为市民看病就医支招



打造健康之城 惠及市民百姓

- 主题:为市民看病就医支招
- 时间:5月27日(14:00至16:00)
- 地点:上海交通大学医学院附属瑞金医院科教楼

上海医院门诊量每年呈两位数上升,诊疗总次数已达 2.4 亿人次,本市十多家三级医院日门急诊量破万已成常态。怎样看病更省心方便一点? 看病就医究竟有哪些窍门? 如何对症找到好医院、好专家? 5 月 27 日下午,瑞金医院科教楼 2 楼会议厅里人头攒动,数百位市民带着各自“看病难”的问题,来到“第 19 届新民健康大讲堂”活动现场,与沪上名医面对面寻求医问药“妙招”。

莫把急诊当门诊

复旦大学健康传播研究所和“上海市 12320 卫生热线”日前发布了上海首个《上海市市民就医情况调查报告》。调查显示,上海市民就医总体理性,但带着点小固执,例如对急诊盲目选择。瑞金医院急诊科主任、主任医师陆一鸣教授指出,在医疗体系中,急诊是非常宝贵的医疗资源,是危重病人生命最后一刻的绿色生机,必须保持通畅。目前,在上海急诊就诊的患者中,90%其实并不需要急救。他呼吁,市民看病莫把急诊当门诊,抢占危重患者的“救命车道”。因为,急诊的“门诊化”倾向,必然导致急诊医疗资源浪费,如果这样的状况继续持续下去,对于老百姓来说,真正将来需要急诊的时候,却有可能得不到及时救治。

哪些病人是真正的急诊病人?陆一鸣指出,哮喘、心绞痛、心肌梗死、脑血管疾病等时间依赖性疾病,严重创伤、大出血等危及生命或者有可能带来严重并发症的,必须看急诊救命,与时间“赛跑”。“以急性心肌梗死患者为例,从进入急诊室算起,到医院各科室紧密配合完成开胸手术放入支架,必须在 90 分钟内完成。如果此时之前有 10 个感冒病人在笃悠悠看急诊,有可能抢走该患者的生机。”

会看病是门科学

人吃五谷杂粮,总有头痛脑热,没有不生病的。可看病是门科学,病急乱投医,费时费力还看不好病。东方医院副院长、博士生导师谭军教授凭借多年的临床和管理经验



■ 陆一鸣教授

给市民出主意:选对时间,选对医院,选对专家,看病更省心。

三甲医院忙中有闲,市民可以选择星期三、四、五的下午去看病,相对来说不是很拥挤,医生与患者沟通起来也会笃定一些;大医院里未必都是“大医生”,小医院里也有好医生,而且每个医院特色不同,对症入院很重要;如果是因某个病首次就诊,不妨先挂个普通门诊,把该做的检查都做好了,大体确定了病情,再去排队挂专家号也不迟。

对于一些慢性疾病,由于其本身的特点是需要长期诊治,并结合日常生活方式的转变。因此,一个在社区里熟悉你的病情、掌握你的健康档案、了解你生活的全科医生和家庭医生,可能要比三甲医院里每次都是首诊的陌生大夫效果更好,“大炮打蚊子”并不是好办法。

找到健康“指路人”

看病是门学问,选对的不选“贵”的,普通市民如何甄别,向谁请教呢?长宁区周家桥街道社区卫生服务中心、上海市首届十佳家庭医生陈华建议市民,在直奔大医院之前,去社区卫生服务中心,对口自己小区的家庭全科医生是谁,从他那里往往可以获得科学答案。正在上海推广的“家庭医生”制度,给我们每个人身边配备了一位健康伙伴,他们是每个家庭健康的“守门人”,是每位市民的健康“指路人”。

许多市民可能不知道,上海市这几年加大区县中心医院的建设力度,区县医院已经具有较完备的医疗资源和一大批特色优势学科,不但可以胜任慢性病和一般性疾病的日常诊疗,而且面对急症、危重病人,也建立起比较成熟的治疗方案和转诊制度,可以符合老百姓的日常就医需求。

本报记者 马亚宁 施捷



■ 谭军教授



■ 陈华医生



■ 瑞金医院职工健身操队表演

本报记者 陈梦泽 摄

新民健康大讲堂

验血为何要空腹? (一)

做体检的人,需要早晨空腹抽血化验。需要抽血化验的化验,大多是作生化检查的项目,特别是肝功能、肾功能、血脂、血糖、无机元素(钾、钠、钙、磷等)等项目的测定。有人迷惑不解,往往会问:抽血要空腹吗?还有个人会说:我以前在某医院检查,医生说进餐后2小时就可以抽血的,其空腹抽血是有科学依据的。

饮食对血液生化检查结果的影响主要取决于饮食的成分和时间。胃肠的消化、吸收活动,基本在进食后10—12小时后完成,血液中各种化学成分趋于稳定。而进食后采血,对血糖、血脂、转氨酶、总蛋白、胆红素、无机磷、尿酸、尿素、钾、等都有较大影响。饮食会使血液中许多化学成分发生变化。如葡萄糖、钾、小肠碱性磷酸酶及甘油三酯通常升高,血液变得浑浊,会影响到检验的准确性。

严伟教授,主任医师,国家二级心理咨询师
曾任上海交通大学附属第一人民医院副院长,兼任上海市第四人民医院院长,复旦大学市一临床医学院副院长,复旦医学院研究生学位评定委员会分会委员,复旦医学院教材委员会委员,上海市第一人民医院护理学院院长,曾任上海市劳动教养院、上海市优秀共产党员,上海市“三八”红旗手,上海市员工信赖的好院长,上海市虹口区第十三、十四届人大代表,上海市康复工程研究会和女病康复专委会学术委员,曾二次获得“上海市卫生事业管理成果奖”及上海科技成果转化证书,现任美年大健康高级医疗总监。

美年大健康体检投资管理有限公司 (更多精彩内容敬请关注微博)

主办单位 市卫生和计划生育委员会、市体育局、新民晚报社
承办单位 上海交通大学医学院附属瑞金医院、市健康教育所、上海东方宣教中心
支持单位 瑞金二路街道