

专家挂号费只要1块钱,一张处方大多只需几十块钱

81岁“赵奶奶”的社区门诊排长队

81岁的赵翠英,是江苏省名中医,每周一早晨8点,在石门坎社区卫生服务中心专家门诊坐诊,风雨无阻。年龄这么大,怎么还要上班?她笑着告诉现代快报记者,年龄大了,早就退休了,但是找她的人还很多,这样可以把中医文化传递开来,惠及更多的人。

现代快报/ZAKER南京记者 刘峻

每张处方只需几十块钱

上周一,49岁的王女士来到赵翠英的门诊,常年患有子宫肌瘤的她,正在犹豫不决。“有的医生说,应该做手术,有的说再看看,我也糊涂了。”王女士这一次来,就想找赵翠英拿个主意。

赵翠英说,从检查来看,子宫肌瘤确实比较大了,但是各项癌症指标物是正常的,患者年龄也接近绝经期了,从她来看,目前控制瘤子,不要继续长大就可以了。

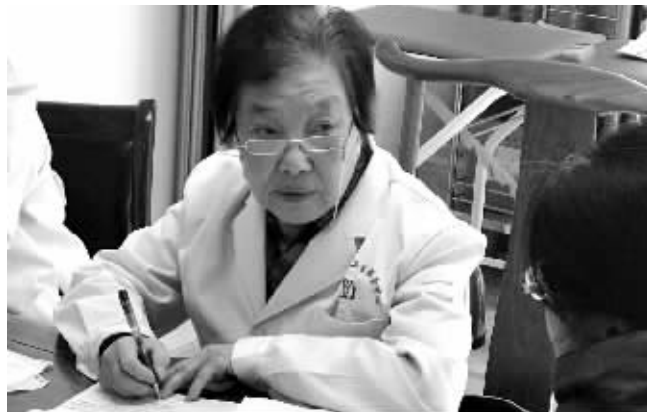
夏枯草、昆布等等,赵翠英一共给王女士开了12味药,总价只有一百多块,能吃一个星期。现代快报记者上午看了一下赵翠英的处方,每张大约只有几十块,一百块以上的处方只有一两张。

挂号费只要1块钱

赵翠英78岁才从南京市妇幼保健院彻底退休。退休后,依然忙忙碌碌,在社区医院等地上门诊。她的挂号费最高有50元,但是到石门坎卫生服务中心坐诊,挂号费只有1元。石门坎社区卫生服务中心负责人告诉记者,为了鼓励基层首诊,医保在挂号费上也相当优惠。本来专家号是10元,医保付9元,自付只需要1元。

赵翠英说:“相比大医院来说,我更愿意来社区,大医院的人还是太多了,最多一上午要看30多个人,话都说不了几句。现在社区医院,半天看十几个人,可以好好说说病情。”

现代快报记者看到,一上午十几个病人,每个病人都能交谈至少一刻钟,赵翠英一直忙到12



81岁的赵翠英在社区医院坐诊 医院供图

点多才吃上中饭。

不要乱吃减肥药

赵翠英从医40年,对各种妇产科疑难杂症都有极为丰富的临床经验,尤其擅长治疗不孕症、月经病、盆腔炎、外阴瘙痒、白塞氏综合征等。对于妇女保健、青春期保健、更年期保健等也有多年心得。

从医这么多年,让赵翠英对很多年轻人的生活习惯,有点“看不惯”。“年轻人现在生活不

规律,等到结婚生孩子就后悔了。”赵翠英说,有的患者才20多岁,乱吃减肥药,最后例假都停了。还有很多女性患者盆腔炎不重视,结果导致不孕症。初次盆腔炎患者,如果不治疗,可能会降低50%的受孕机会。

赵翠英说,年轻人一定不要熬夜。现在是二胎时代,很多妈妈认为二胎很容易,实际上并不是这样。一定要做孕期筛查,遇见异常情况需要保胎,要尽早。

医线快报

孩子呕吐腹泻
原是诺如病毒惹的祸

快报讯(通讯员 朱晓琳 记者 任红娟)2月10日,记者从江苏省第二中医院了解到,入冬后接诊了不少患有急性胃肠炎的儿童。检查结果绝大多数是诺如病毒引起的急性胃肠炎聚集性疫情,而且大多发生在幼儿园和小学。江苏省第二中医院儿科主任中医师施益农介绍,这也表明诺如病毒感染已进入季节性流行期。诺如病毒为何在今年如此“嚣张”?专家表示,这和今冬气温偏高,湿度适中,有利于病毒生存有一定关系。在这里提醒家长,必须小心诺如病毒在暖冬中再次引爆幼儿吐泻。

诺如病毒曾称为诺瓦克样病毒,基因组由单股正链RNA组成,主要导致成人和儿童的急性腹泻,目前已被证实是除轮状病毒外造成腹泻最重要的病毒病原,它与食物、水源等的污染造成的急性胃肠炎暴发密切相关。据国外报道,在食物造成的病毒性胃肠炎流行中,90%是由该病毒引起。诺如病毒感染性胃肠炎是粪-口途径传播的疾病,媒介为污染的水、食物、手等;人与人之间的直接传播也要重点关注,主要由呕吐物等传播。

诺如病毒主要导致成人和学龄儿童的非细菌性腹泻的散发或暴发流行。该病毒感染的急性胃肠炎临床症状主要包括:恶心、呕吐、腹泻、腹痛、发热、厌食等,未见关于血便的报道。儿童发病时呕吐多于腹泻,而成人则腹泻较为多见。潜伏期一般为24-48小时,病程2小时到几天,平均12-60小时。感染率没有年龄和性别差异。活检发现患者空肠组织有病理损伤。感染诺如病毒后产生血清型特异性免疫,感染后的6-14周内,对同一型别病毒的感染有抵抗力;而不同型别的病毒感染仍可致病。

施益农说,目前切断传播途径为主要的预防方法。在家庭中,有效洗手,不接触污染的水和食物,可减少疾病的传播。在幼儿园等聚集场所,更要注意个人卫生,避免病从口入。为减少食物引起的诺如病毒感染性疾病暴发频率,一定要注意食品卫生,尤其是避免生食海鲜。加强饮用水和游泳池水的有效监测,也可减少诺如病毒感染性疾病的暴发。目前尚无针对该病毒的特异治疗方法,但大多为自限性疾病,无需过于紧张。基本治疗措施包括中药内服外用治疗,口服或静脉补液,纠正水电解质紊乱,止泻等对症治疗。对于严重呕吐、腹泻,脱水明显的患儿,一定要及时到医院就诊,进一步强化诊治。

心如“剖”了,Baby“顺”了
剖宫产or自然分娩,该如何选择?

近日娱乐圈里喜事连连,不少明星准妈妈升格成为人母。继林心如剖腹生下女儿后,Angelababy也顺产一个健康的男婴。现代快报记者采访了南京鼓楼医院产科主任戴毅敏和医生刘琦,就生产的那些事儿为大家说一说,给准妈妈们一些指导。

现代快报/ZAKER南京记者 夏露

专家认为自然分娩好处更多

对宝宝来说,自然分娩无疑是比较好的选择。因为在自然分娩的过程中,妈妈的子宫规律地收缩可以将宝宝呼吸道内的羊水、黏液挤压出来,还可以使宝宝的肺得到锻炼,肺泡的表面活性增加,使肺泡更容易扩张,出生后发生呼吸窘迫、新生儿湿肺、吸入性肺炎等呼吸系统并发症的风险降低;另外,对宝宝头部的挤压作用可以提高呼吸中枢的兴奋性,利于宝宝出生后迅速建立自主正常呼吸。已经有研究证实,未经产道挤压的宝宝,神经系统缺乏必要的刺激,日后发生“感

知统合失调症”的风险增加。

对妈妈来说,自然分娩后很快可以恢复活动,饮食不受特殊限制,没有特殊情况下不需要留置尿管;住院时间短,花费少,更加容易恢复身材。剖宫产属于经腹手术,虽然目前技术已经非常成熟,但其存在的近期、远期并发症依然不能回避。首先,手术的麻醉需要面临着麻醉意外等相关风险;其次,手术过程中存在周围器官脏器误损伤等风险,且腹部及子宫留有切口,就存在腹部切口感染、脂肪液化、日后瘢痕形成等可能性;因为切口可能会

损伤腹壁神经,有些妈妈在手术后会有切口周围皮肤麻木感;而留有疤痕的子宫在再次妊娠时要面临疤痕妊娠(妊娠囊生长在子宫疤痕上,属于异位妊娠的一种)、前置胎盘、胎盘植入甚至产前产时子宫破裂等风险。另外,剖宫产术后远期存在着发生盆腔粘连、肠粘连等风险,还有一种比较罕见的疾病叫做“腹壁切口子宫内异位症”,是进行剖宫产手术时子宫内碎片遗留种植在腹部切口上,这种内膜仍具有分泌能力,以后会随着月经周期也发生周期性的出血,形成包块。

“管住嘴,迈开腿”做好分娩准备

准妈妈们应该在孕期为自然分娩做好什么样的准备呢?专家介绍,首先,要规范、定期进行产前检查。产前检查是医生用于动态观察宝宝的生长发育、妈妈的孕期状态的重要手段,也是及早发现妈妈妊娠期并发症、合并症及宝宝异常情况的方法。作为江苏省产科的危重症转诊中心,鼓楼医院产科一直紧跟国内外相关指南不

断更新我们的产检项目及流程,给每一位准妈妈和宝宝的孕育和分娩保驾护航。

其次,“管住嘴,迈开腿”。每一位准妈妈都是全家的“宝贝”,吃得太好,动得太少,动辄“大补特补”,体重超标就在所难免了,缺乏运动也会让自然分娩过程变得吃力。其实,理想的孕期体重增长应该是早孕期(12周前)增长不超过2千克,中

孕期(13-28周)及晚孕期(28周后)各不超过5千克,也就是总体重增长不超过12千克为宜。但同时,对于孕前体重过低和过高的妈妈,控制目标也有所不同。产科医生和营养科医生根据准妈妈的个体情况及孕期产检的体重变化提出合理化的建议,而准妈妈除了合理增长体重以外,也适当进行散步、孕妇产有气体操、游泳等运动。

医生有话

1.自然分娩固然好处多但有些准妈妈存在某些疾病,或宝宝存在特殊因素的情况下,医生经过慎重考虑后会建议进行剖宫产终止妊娠,如果遇到这样的情况,希望准妈妈可以理解。

2.对于有分娩疼痛担忧的妈妈,可以在临产后提出进行分娩镇痛的要求,排除禁忌症后,麻醉医生根据情况选择麻醉方式。

3.其实对于医生而言,剖宫产比自然分娩“省力”得多;自然分娩的整个产程从几小时到几十小时不等,期间还存在着许多不确定因素,整个过程都需要医生和助产士一班又一班地陪伴和不断地观察处理,而普通的剖宫产只需要两位医生、一位护士,不到一个小时就搞定了。那么我们为什么还“苦口婆心”地劝大家选择自然分娩?当然都是为了妈妈和宝宝着想!

4.另外,对于既往有过一次剖宫产经历的准妈妈,如果这一次想尝试进行自然分娩,可以到到医院产科特设的“疤痕门诊”(VBAC)就诊。