

# 科学就医应掌握 10 要点

国家卫生计生委 9 月 11 日在北京举行的例行新闻发布会上通报,将在全国范围内开展“健康中国行——2014 年度科学就医主题宣传教育活动”,普及科学就医知识,培养科学就医行为,引导公众合理地利用医疗卫生资源。

国家卫生计生委新闻发言人宣传司副司长姚宏文介绍,针对公众就医行为的主要误区,国家卫生计生委联合相关部门,制定了公众需要了解和掌握的科学就医基本知识和技能要点,共 10 条核心信息。

其中包括:一是科学就医是指合理利用医疗卫生资源,选择适宜、适度的医疗卫生服务,有效防治疾病、维护健康。二是遵从分级诊疗,提倡“小病在社区、大病去医院、康复回社区”,避免

盲目去大医院就诊。三是定期健康体检,做到早发现、早诊断、早治疗。四是鼓励预约挂号,分时段、按流程就诊。五是就医时需携带有效身份证件、既往病历及各项检查资料,如实陈述病情,严格遵从医嘱。六是出现发热或腹泻症状,应当首先到医疗卫生机构专门设置的发热或肠道门诊就医。七是紧急情况拨打 120 急救电话,咨询医疗卫生信息可拨打 12320 卫生热线。八是文明有序就医,严格遵守医疗机构的相关规定,共同维护良好的就医环境。九是参加适宜的医疗保险,了解保障内容,减轻疾病带来的经济负担。十是医学所能解决的健康问题是有限的,公众应当正确理解医学的局限性,理性对待诊疗结果。

姚宏文说,调查显示,我国公众对

“寻医问药”问题反映强烈,合理用药、科学就医知识和技能亟待普及和提高。同时,恶性伤医事件频发,医患关系问题引发社会各界广泛关注。在这样的形势下,国家卫生计生委决定开展“健康中国行主题宣传活动”,从 2013 年开始到 2016 年为第一周期,每年选择一个严重威胁群众健康的公共卫生问题,集中开展健康教育和科普宣传活动。2013 年的主题是“合理用药”,今年确定的主题是“科学就医”。

据介绍,“健康中国行——2014 年度科学就医主题宣传教育活动”由国家卫生计生委和国家中医药管理局、中国科协共同主办。

(据新华网)

## 一周 120 报告

数据来源:市卫生局 120 急救指挥中心  
采集时间:2014 年 9 月 5 日~11 日

出诊原因	人次
交通事故外伤	72
其他类别外伤	72
其他内科系统疾病	54
心血管系统疾病	24
酒精中毒	11
妇、产科	9
C O 中毒	7
脑血管系统疾病	6
其他	6
呼吸系统疾病	5
酒精中毒	1
儿科	1
其他外科系统疾病	1

**一周提示:** 本周 120 急救共接诊 269 人次。连日秋雨连绵,空气中湿度很大,使不少人感到关节酸痛,特别是中老年患者,多有关节活动不灵便、肿痛、腰酸背痛等症状,这些可能都是类风湿关节炎在作怪。类风湿关节炎是一种常见的关节炎疾病,很容易造成关节功能障碍。

医生提醒,阴雨天气是关节炎易发的原因,广大患者尤其要注意预防。首先要防止受寒、淋雨和受潮;关节处要注意保暖,不穿湿衣、湿鞋、湿袜等;不要贪凉,暴食冷饮;不要卧居湿地等。其次要经常参加体育锻炼,以增强机体抗风寒湿邪的能力。最后要注意劳逸结合,做到饮食有节、起居有常,保持良好的心态。

(晚报记者 张志新 信息提供 耿清华)

## 一周病情报告

样本采集地:市中医院  
采集时间:2014 年 9 月 5 日~11 日

科别	门诊接诊总量(人次)
儿科	911
肝病科	722
脑病科	604
肺病科	588
妇、产科	577
皮肤科	443

**温馨提示:** 秋季是空气中花粉浓度较高的季节,也是过敏性鼻炎高发季节。过敏性鼻炎是“小毛病,大危害”,由于初期症状轻微,与感冒相似,很容易被人们忽视。如出现频繁打喷嚏、流鼻涕、鼻塞、鼻咽部黏膜发痒等症,可能您患上了此病。

过敏性鼻炎和秋季感冒虽然症状类似,但可以从症状、既往史、症状发作时间、群发性、抗生素治疗、病程等方面来区分。

秋季感冒全身症状较重,如体温升高、头痛、咽痛、四肢无力等;症状全天持续,持续数天;有较强的传染性,可以群发;病程较短,一般持续 1~2 周,抗生素治疗效果明显,无既往史。过敏性鼻炎局部症状严重,全身症状轻微,一般无发热、四肢无力等症状;打喷嚏、流鼻涕和鼻塞等鼻部症状呈阵发性,远离过敏原后减轻,清晨发作更为明显;无传染习惯,一般不群发;病程较长,反复发作;抗生素治疗治疗效果不明显,往往有个人或家族过敏史。

(晚报记者 张志新 信息提供 姚娟)

## 缓解颈椎病有窍门

颈椎疼痛、僵硬、活动受限等颈椎疾病让越来越多的上班族痛苦不堪,而且有不断年轻化趋势,如何预防颈椎病的发生和缓解颈椎病症状?周口市疾病预防控制中心专科病医院疼痛科主任蒋卫东告诉大家一个小窍门:把双臂从两侧高举过头,上仰角度与水平线保持 30 度(即钟表 2 时与 10 时位置),每天伴步行 300 步,可以有效缓解颈椎病症状。图为蒋卫东在为颈椎病患者讲解自身锻炼的要点。

记者 刘艳霞 摄



## 无偿献血 缘何用血要收费

### 一、血液费用从何而来

对于这个问题,一位血液专家给出一个形象比喻,我们每户人家里的自来水从江河湖泊到达居民用水点,要经过过滤、输送、存储等过程,而从这中间产生的费用是由使用者承担的。同理,血液也是公共资源,血液本身的价值是无法用金钱来衡量的,而血液费用是血液从采集、分离、检测、存储到运输整个过程中产生的成本。

以一袋血液为例,采血时,为了保证献血安全,采血点全部是“一人、一针、一袋”。为保证细胞的活性,保存血液所用的血袋是一种特制的“会喘气的袋子”,一个血袋的成本大概几十元。血液采集回来后,要做血型、乙肝、梅毒等 7 个项目的筛查。为了保证用血安全,每袋血要用国产试剂和进口试剂筛查两遍,平均试剂成本费也要近百元。除此以外,还有血液的分离、冷链、存

储等费用。

### 二、血液费用都包含哪些

根据《献血法》的规定,临床用血的具体收费标准由国务院卫生行政部门会同国务院价格主管部门制定。2005 年,卫生部和国家发改委下发的《关于调整公民临床用血收费标准的通知》规定,血站制备血液的费用标准实行全国统一,如 200 毫升全血全国统一收费标准 220 元。配血费和储血费由各地根据实际情况设立,具体标准由各省、自治区、直辖市价格主管部门会同同级卫生行政部门核定。简单地说,患者用血费用包括两部分,一部分是产生于血站的血液采集的成本费;另一部分是产生与医院的“配血费”、“储血费”。

### 三、制备费用标准如何测算

每 200 毫升全血全国统一收费标准 220 元的费用是如何测算出来的呢?

血站制备血液的费用包括采集、分离、检测、存储等费用。其中,采集费用包括购买针具、专用采血袋以及购置和维护采血车、采血设备、化验设备、信息传输设备、献血宣传招募设备、献血者食品饮料、储存设备等产生的费用成本;存储费用包括储存冰箱、冷库、冷链监控设备等的购置和运转费用成本;分离费用包括大型离心机分浆设备、血液深低温冷冻以及解冻设备等的购置和使用成本;检验费用包括 ABO 血型、RHD 血型、血红蛋白、转氨酶、乙型肝炎病毒、丙型肝炎病毒、人类免疫缺陷病毒(艾滋病)、梅毒螺旋体等项目检测的试剂及设备购置和维护。现在部分血站还有乙型肝炎病毒、丙型肝炎病毒、人类免疫缺陷病毒(艾滋病) 3 种病毒的核酸检测项目产生的费用。

(周口中心血站 龙浩)

## 种植牙

周口市德正口腔门诊部  
刘杰彪,原市中心医院口腔科主任医师,现任周口市妇幼保健院业务院长。



**专业特长:**  
1. 种植牙  
2. 三叉神经痛  
3. 颌面外科手术  
4. 牙齿美容  
5. 难治性牙病

地址:周口市交通大道与文明路交叉口向北 200 米路西  
预约咨询电话:0394-8281120