编者按 我市近期感染者人数快速上升。此时此刻，我们最需要全社会增强信心、鼓起勇气，以积极的姿态坦然应对高峰期的到来。为此，本报推出“战峰抗疫，我们在一起”专题，进一步把政策讲清楚、把科普说明白、把心理疏导好，把医疗救治保障、医疗物资保供等方面的情况即时发布好，以媒体的责任助力全社会形成众志成城、共克时艰的强大力量。

发热门诊患者数量明显上升

什么样的状况才需要上发热门诊？

记者 **陈敏** 通讯员 **郑轲**

这几天，宁波各大医院发热门诊患者数量明显上升。这么多患者同时涌向发热门诊，使得交叉感染的风险大大增加。到底什么样的状况才需要上发热门诊，到了发热门诊又该如何做好自我防护？记者特别采访了宁波市第二医院急性感染科兼发热与肠道门诊主任郑南红。

郑南红介绍，按照国家和省市有关指南，无症状感染者和轻症患者均可选择居家隔离，一般情况下一周左右即可平稳度过。居家隔离期间，应尽可能在相对独立的房间居住，使用单独卫生间。尽量不与其他家庭成员接触。非必要不外出、不接受探访。每天早、晚各进行1次体温测量和自我健康监测，无症状者无需药物治疗。如出现发热、咳嗽等症状，可进行对症处置或口服药物。服药时，须按药品说明书服用，避免盲目使用抗菌药及退热药。患有基础疾病的患者在病情稳定时，无需改变正在使用的基础疾病治疗药物剂量。

如果患者出现以下五种情状，应立即到医院就诊：呼吸困难、气促或明显的胸痛；经药物治疗后，体温仍持续高于38.5℃或心率持续超过100次/分，超过3天；原有基础疾病明显加重且不能控制；持续不能饮食，或腹泻（多于3次/天）超过2天；氧饱和度小于95%。

郑南红特别提醒，出现以上五种状况的患者，应及时向村（社区）报备，通过自驾车、120救护车等方式，至相关医院发热门诊进行治疗，不建议乘坐公共交通工具。

为更好地满足发热患者的就诊需求，目前全市所有医疗机构可以接诊发热患者，其中47家二级以上医院均设置了发热门诊并提供24小时服务，医院发热门诊的地址、服务时间等信息已通过“健康宁波”官方微信向社会告示，并通过浙里办APP等平台向公众提供发热门诊（诊室）定位导航、排队候诊人数查询等服务。同时，全市151家基层医疗机构开设了发热诊室。目前，全市发热门诊（诊室）诊间数量达433间，在原有基础上增加了一倍以上。

面对急剧上升的发热门诊患者数量，各医院作出相应的举措。宁波市第一医院发热门诊同时段内开设的诊室已扩增，并已做好诊室再增加的预案，同时，大内科医护人员组成备班，可根据接诊量的动态变化随时补充到位。宁波市第二医院则在扩容场地、建立人员梯队等基础上，特别推出了6台移动查房车，医护人员可带着移动电脑走到患者中间，根据筛选流程，更早、更主动地筛选出重症患者，优先诊治。

采访中，郑南红提醒广大市民，为预防交叉感染，到发热门诊一定要全程戴好口罩，回到家里后，务必勤洗手、勤消毒，并换洗外套。她还建议，广大市民尽量不要为了配药而去急诊和发热门诊，同时建议有就诊需求的发热市民，可以充分利用社区卫生服务中心、乡镇卫生院的发热诊室及所有二级医院发热门诊，而不是一股脑儿地涌向三甲医院。

北仑各医疗机构开设中医发热门诊

本报讯（记者**陈敏** 通讯员**刘盈蓉 牟露雅**）为进一步满足防疫新需求，自昨天开始，北仑区各医疗机构在发热门诊/诊室设置中医发热门诊，充分发挥中医药在救治传染性疾病方面的优势，为患者提供高效优质的医疗服务。

“我儿子已经发热3天了，还伴有咳嗽。喝美林口服液后，烧会退，但只能维持4小时，又烧到40℃。喝了朱医生开的中药，现在终于退烧了。”市民陈女士说。接诊医生朱胡佳告诉患者及家属，中医会详细了解每个人的身体状况，从而进行辨证论治，并按照中医协定处方的形式，为患者“量身定制”诊疗处方，真正做到“一人一方”。

截至目前，北仑区13个医疗机构已全部实现中医入驻发热门诊/诊室。

右图：中医发热门诊的医生正在为患者诊治。（**通讯员** 供图）

从“杨过”到“杨康”

您的亲眼所见、亲耳所闻、亲身感受 **欢迎来聊聊**

评论区看到坚强与自信

众筹新闻 ZHONG CHOU XIN WEN 我们一起完成的新闻

记者 **张弛**

昨日，宁波日报报网端“众筹新闻”栏目推出《从“杨过”到“杨康”》特别策划，请大家分享经历，笑对困难，抱团战疫，一起消除“新冠焦虑”。

派粉“carol”说：“当打开手机看到红色背景的‘单管阳性’字样时，确实“石化”了几秒。我感染后症状较轻，当然心态很重要，如果没有心理作用使然，目前可以说几乎没什么症状。”

派粉“无题”：“之前确实没做好应对，后来赶紧联系朋友给我支援了一点布洛芬。然后就是大量喝热水，泡脚帮助排汗，睡了一觉起来基本烧就退了。第二天开始头痛眼睛疼，味觉减弱，吃东西没胃口。为了抵抗病毒，早餐强迫自己吃了牛奶鸡蛋，午饭晚饭多多少少吃一些，同时服用布洛芬缓解头痛。目前除了一点干咳，基本没什么症状。”

派粉“懒海鱼”直言自己“幻阳”了，相信这也是最近很多人的心理状态。身边接触过的同事朋友纷纷发烧，总感觉自己哪哪都不舒服，幻想自己“阳”了。

派粉“阿琴”：总担心自己“阳”了，去做一个核酸，没事，还“阴”着，“心情重新又回‘阳’了”。

事实上，对于“阳”还是“不阳”，抑或是“早阳”“晚阳”，评论区的网友总体上心态平稳，更专注于当下的生活。

最后，记者也要说一句：新冠疫情发生近3年来，正是我们每一个人的严格自律，共筑起疫情防控屏障，让我们扛过了一次又一次的冲击，为优化调整疫情防控措施奠定了基础。如今，我们每个人都是自己健康的第一责任人，让我们保持客观理性和良好心态，继续努力，等待抗击疫情最终的胜利。

记者“思齐”：

12月14日下午，在单位做核酸前，突然感到有点发冷，心里顿时感到不妙，不会是中招了吧？

临近下班，冷得厉害，并开始变得头重脚轻。

怀疑自己被感染之后，一个很现实的问题，就是要家人照顾还是单独隔离？经过冷静的思考，我选择了后者。

当天晚上，尽管裹上了厚厚的被子，但由内而外散发的寒气，让我根本无法入睡，体温一路从37℃飙升到39.2℃。果断吃下一粒散利痛，身体开始冒汗，人也舒服了许多。

15日一早，短信提醒“检测结果出现异常（混管阳性）”，但我已经没有力气去做单管了。这一天除了上厕所，基本没有起床，饭是家人送来的。其间，体温反复在38.5℃上下徘徊。于是，又吃了一粒散利痛，在下半夜体温降下来以后，能入睡了。

16日，也就是发病的第三天，没有再发烧，我感觉到体力在一点一点恢复，还可以简单做点吃的。

在发病后的第四天，我通过自测抗原喜提“两道杠”。

现在想想，确定阳与不阳，除了能给身边的人一些提示外，确实意义不大。

这两天，体温已经正常，精神也在好转，除了轻微咳嗽，基本没有其他症状了。

医生朋友说，保持冷静乐观的心态也特别重要。这六天我虽然是单独隔离，但每天都和朋友、家人聊天，身体情况稍微好一点，就起来走走，晒太阳、看书，保持心情舒畅。

因为高烧过后身体消耗的水分比较多，我吃了不少橘子，有胃口的时候尽量多吃。现在看来，大概发病后第三天我开始进入恢复期。昨天是居家“自愈”的第六天，我已经可以正常工作了。

记者“宁波老吴”：

12月16日，在相对封闭的值班小间内，熬过了疫情以来最为难受的一个晚上。

晚上7点多，昏昏沉沉地睡下。两边的太阳穴处，如同套了紧箍一般，一阵阵收紧，随之而来的是头疼，两床被子也挡不住寒冷。醒来时，一看表才10点多，又昏昏睡去，才过了个把小时再次醒来。重又睡去，再次惊醒时，已是17日零点多了。

而这一次确切地说是被疼醒的，头疼欲裂，浑身酸软。被一个个梦惊起，身上的被子似乎失去了温度。

网上不断有人调侃自己得了什么“株”，从我个人经历来看，更多的是“刀片株”。

17日早上6点多，再次从梦中惊醒。下意识打开健康码，核酸结果仍是“报告未出”状态，心里顿觉不好。此时，甬派的早班同事已经上班了，不敢寒暄，草草将背包拎起，落荒而逃。

一出门才知，今天降温了！骑着小电驴，一心往回赶。此时，一边阳光漏洒，一边彤云密布、寒风刺骨。正在赶路的我，四肢冰冷，只想尽早到家。回到家，喷好消毒液，我把自己锁在书房内，裹好被子，昏昏睡去。

再一次，被手机铃声催醒。好心的同事来问，你会不会也混阳了？我们几个都是。你赶紧单管单测去。

“我可能中招了！”我无力地回道，“但愿你们没事！”

北仑

药店老板拆分退烧药送病人

记 者 **孙肖**
通讯员 **陈红 游天奇**

近期，购买退烧药的人群与日俱增。宁波北仑“平安百姓”药店老板周远航将150盒退烧药剪开，拆分为小袋装，免费分发给1000名居民。

昨天下午，记者联系到了周远航。“我开药店十多年了，这几天很多老顾客问我买退烧药，从最开始的一人一盒，变成一人一板。眼下，退烧药供不应求，只能先满足真正有需要的发烧人群。”周远航告诉记者，他把送药的消息发在了微信朋友圈，请朋友转发给有需要的人，电话和微信实时在线，帮忙解答各类用药问题。

据周远航介绍，昨天到货100盒布洛芬颗粒（儿童用药）共1500小袋，拆分成3袋一份，限每人一份；前天到货的50盒布洛芬缓释胶囊共1000粒，拆分成2粒一份，限每人一份。

“布洛芬只能是真正高热的时候吃，体温降下来之后，只要吃普通的感冒药就行了。”周远航表示，为了满足居民的需要，药店也在努力联系其他常用的感冒药品供货渠道。

记者发现，周远航店内的小儿氨酚黄那敏和小儿柴桂退热颗粒等药品上直接贴着进货清单，如现在紧俏的小儿柴桂退热颗粒进价为34.8元，再加上15%的利润，就是现在“平安百姓”药店标明的售价40元。“近期一些药品进货价格比以前高，我就把进货价和利润都写得明明白白，让大家买得放心。”周远航说。

“这是疫情下的守望相助，令人感动。”市民胡志诚住在离药店不远的居民小区，家中有人发烧，正愁买不到退烧药，在小区业主群得知领药消息后，他赶到药店领到了两粒退烧药。

周远航告诉记者，他旗下的8家药店都会有适量的配额，请市民勿囤积药品，把资源留给最需要的人。截至昨天15时，已经有450名市民在8家药店领取了免费药品。

慈溪

党员群众接力编织“药品共助网”

本报讯（记者**陈章升** 通讯员**王凯悦 冯茜**）“放在家门口的药收到了，感谢大家的帮助。”昨天中午，家住慈溪市浒山街道阳明社区的邹先生收到党员志愿者送来的退烧药后，在“亲邻守护·药品共助”微信群里留言致谢。

邹先生的儿子发烧两天了，家里备用药已用完，附近药店相关药品暂时缺货，把邹先生急得团团转。“昨天早上，我看到小区业主群有‘亲邻守护·药品共助’微信群入群信息，就抱着试试看的想法，扫码加入了群聊。”邹先生回忆。

见到邹先生的求助短信，浒山街道干部柴文军立即打电话给他，了解相关情况后，联系社区开辟“绿色通道”，让志愿者及时送药上门。

“亲邻守护·药品共助”是浒山街道依托网格管理微信群、线上线下联动发起的一次先锋行动。街道以“亲邻党建”为牵引，发动辖区党员群众筑起“红色防疫网”，服务社区居民，引导他们科学防疫。同时，倡议各社区（村）建立网格“共享药房”，让多余的药品流动起来。“亲邻守护，共同抗疫暖人心。”浒山街道党工委负责人表示，保障居民用药需求，为其纾难解困，是街道当前要做好的一件民生实事。

“亲邻守护·药品共助”先锋行动得到了浒山街道党员和热心群众的积极响应。其间，党员群众与社区网格员结对，线上线下开展送药“接力”，将相关药品送到居民家门口。陆盈颖是剑山社区党员志愿者，也是驻群联络员，她说，这两天许多居民加入了先锋行动，在网上开展药品“接龙”，“有的还拿来退烧药，委托我们送给有需要的人。”

据了解，目前浒山街道已开展20多次药品“接力”，累计服务居民30余人次。该街道正进一步完善“亲邻守护·药品共助”网格管理微信群，邀请辖区医生驻群，提供线上用药指导和健康服务；分享最新疫情防控政策、用药注意事项等信息。

镇海

升级健康小程序破解痛点

本报讯（记者**陈敏** 通讯员**马迎**）疫情防控政策优化调整以来，“排队长”“囤药忙”“居家慌”成为普遍现象。为破解这三大痛点，镇海区在前期开发的“镇健康”小程序基础上，通过设置药品查询、发热门诊排队查询、发热居家管理等模块，切实提升发热门诊接诊有序性、药品投放精准性和居家管理安全性。

为避免“排队长”，镇海区通过实时显示排队指数，将全区所有医疗机构发热门诊（诊室）纳入监测体系，实时显示当前待诊人数、平均排队时长及诊室具体位置，科学引导群众合理选择发热门诊和诊疗时段。在近一周发热门诊总就诊人次同比明显增长的情况下，未出现待诊区以外排长队的情况。

为破解“囤药忙”，镇海区动态公开药品库存，通过“镇健康”药品搜索模块，实时公开各医疗机构药房药品储备情况。在加大药品储备力度的同时，严格把关药品投放，一方面增加常用药品配置，让群众就近方便购买；另一方面严控紧缺药品发放，确保发热门诊就医足量供应。通过“镇健康”实时显示的各医疗机构发热门诊药房退烧药物库存充足数据，打消居民盲目囤药的焦虑情绪。

为打消“居家慌”，镇海区创新居家管理新模式，及时向高危居家医学观察人员发放“居家监测工具包”（内含温度计、指夹血氧仪、量杯等监测器具）。居家人员只需每日在“镇健康”小程序端上传本人体温、指夹氧饱和度、常见症状评分、当天进食情况等数据，管理端即可将居民信息进行汇总，并对危急数据进行预警，通过信息化随访，保障患者居家观察的安全性。

“一盒难求”的抗原网上有售？

近期这样的骗局不少

记 者 **王晓峰**
通讯员 **郑蒙永 黄祎祎**

在病毒抗原检测试剂“一盒难求”的当下，突然发现网上有人在销售，你心不心动？这两天，我市就有多位市民碰到了这样的“好事”，随后就发生了交易纠纷或者诈骗案件。

12月17日，家住鄞州钟公庙的陈女士报警称自己被人骗了。原来，陈女士经朋友介绍得知，可以在某网站上购买抗原试剂，于是通过微信扫描二维码进入该网站购买。根据网站提示，她下了单。但几天过去了，她发现物流迟迟不发货，联系客服也无回应。

“这起警情目前无法判定是诈骗案件还是单纯因沟通不畅产生的交易纠纷，需要深入调查后才能下结论。”民警说。

慈溪龙山的王女士就没这么好运了，她被骗2万余元。

12月17日，王女士在微信朋友圈看到有人发布出售抗原试剂的信息，于是联系对方表示要大量购买。对方告诉她，他们有“内部渠道”，货源充足，可以放心购买，当然价格肯定会比外面高一点。

王女士信以为真，立刻下单，并将钱转账至对方指定账户。对方承诺当天晚上便会发货，但等到次日，王女士发现自己已被拉黑了。

家住鄞州福明街道的陈先生在朋友圈看到有抗原试剂出售，经过一番交流，他通过银行转账11840元，之后，对方就无回应了。12月16日，陈先生报了警。

“最近网络上这样的骗局不少，手法如出一辙。大家只要提高警惕，就不难识破。还有一点，无资质的个人私自贩卖抗原试剂也属违法。”民警说，当前抗原等物资较为紧缺，大家一定要通过正规渠道选购，涉及汇款、转账的千万要当心。