



平安守岁·欢喜过年

晚报为您服务

我市大部分医院春节不放假

各家医院门诊 7 天长假安排新鲜出炉

□记者 王元卓 通讯员 赵冠菁

每年春节,医院的就诊人数总是居高不下。连日来,记者采访了宁波市第一医院、宁波市妇儿医院等各大医院的急诊科和相关门诊科室的专家。春节如果遇到身体不适,我们该如何就诊?又该如何预防容易出现的“节日病”?宁波市医院门诊管理质控中心常务副主任谢浩芬告诉记者,春节期间市内一般三甲医院的急诊都开放,门诊时间也已经排定,市民在节日期间如有身体不适,医疗保障方面可以无忧。

我市各家医院门诊安排

宁波市第一医院
春节期间急诊、门诊均开放,部分专家门诊停诊,详见医院外网,具体以当日挂号为准。
市李惠利医院本部及东部医院
宁波市医疗中心李惠利医院本部和东部的急诊都开放。李惠利医疗中心本部大年初一专家及部分专科门诊停诊,详见医院官网公告;李惠利东部医院除夕至大年初二门诊停诊,初三至初七门诊开诊,部分专家专科门诊停诊,详见院内公告,初八起门诊正常开诊。具体以当日挂号为准。
宁波市第二医院
急诊开放。初一至初三专家门诊和专科门诊停诊,初四开始门诊正常开诊,详见医院网站,具体以当日挂号为准。
宁波大学医学院附属医院
急诊开放。春节期间门诊照常开诊,初一至初三部分专家门诊、专科门诊停诊,详见医院官网公告,具体以当日挂号为准。
宁波市妇女儿童医院南院和北院
急诊开放。春节期间门诊照常开诊,部分专家专科门诊停诊,详见医院公告,具体以当日挂号为准。
市中医院总院和江东门诊部
急诊开放。部分专家专科门诊停诊;江东门诊部除夕至初五停诊,详见医院官网,具体以当日挂号为准。
宁波市第六医院
除夕至初四专家专科门诊停诊,除个别科室门诊停诊外,普通门诊照常开诊,详见医院网站,具体以当日挂号为准。
宁波市第七医院
初一至初三专家专科门诊及部分门诊科室停诊,详见医院公告,具体以当日挂号为准。
宁波市第九医院
春节期间专科、专家门诊停诊;康复科门诊停诊;眼耳鼻喉科、口腔科、皮肤科门诊除夕至初四停诊,急诊病人由当班医生完成,其余时间正常开放;骨科门诊除夕至初三停诊,其余时间正常开放;中医科、中药房除夕至初四停诊,初五起正常开放。具体以当日挂号为准。
宁波市明州医院
初一、初二、初三专家专科门诊停诊,初四

起恢复正常,详见医院公告,具体以当日挂号为准。
宁波开发区中心医院
除夕至初二专家和专科门诊停诊,普通门诊和急诊照常,初三、初四部分专家和专科门诊停诊,初五后恢复正常,详见医院公告和医院网站。
宁波市眼科医院
初一到初三部分专家专科门诊停诊,初四开始正常开诊,具体以当日挂号为准。
宁波市康宁医院
除夕至初六庄市总部部分专家专科门诊停诊,普通门诊照常;心理咨询门诊初一至初三停诊。初七门诊正常开诊。详见医院外网公告。
宁波市精神病医院
除夕到初六专家门诊停诊,口腔科及心理门诊停诊,普通门诊正常开诊。初七起专家专科门诊正常开诊,详见医院官网公告。
鄞州人民医院
急诊开放。春节期间门诊照常开诊,部分专家专科门诊停诊,具体以当日挂号为准。
鄞州区第二医院
急诊开放。除夕、初一、初二专家专科门诊停诊,初三起恢复正常,但仍有部分专家、专科门诊停诊,详见医院官网公告。
鄞州区第三医院
初一至初六专家专科门诊停诊,初一至初三部分门诊科室停诊,详见医院内部公告及外网公告。
余姚市人民医院
大年初一门诊停诊,其余正常开诊。部分专家专科门诊停诊,详见官网停诊信息公告。
余姚市第二人民医院
除夕至初六专家门诊及部分专科门诊停诊,其余正常开诊,详见院内公告,初七开始门诊正常开诊。
慈溪市人民医院
除夕、初一、初二专家门诊及部分专科门诊停诊;初三至初六部分专家及专科门诊停诊,具体以当日挂号为准。二月六日、七日、十三日、十四日上级医院专家特需门诊停诊。
象山县第一人民医院
初一至初四停专家门诊及部分专科门诊,急诊及普通门诊照常,具体以大厅告示为准,详见

院内公告及网站。
北仑区人民医院
除夕至初六专家门诊及部分专科门诊停诊,其余正常开诊,初七开始门诊正常开诊,详见院内公告。
北仑中医院
初一至初五专家专科门诊及部分门诊科室停诊,详见医院外网公告。
奉化市人民医院
春节期间初一、初二停诊科室:各专家门诊、中医科、精神科、简易门诊、内镜中心、门诊小手术室、换药室、中药房、门诊一楼、二楼导医台,门诊三、四、五楼挂号收费,尿动力测试室,门诊预检(儿科门诊预检除外)、心理咨询门诊、静配中心、护理专科门诊(PICC、造口),详情可见医院公告,具体以当日挂号为准。
奉化市中医院
除夕至初三专家专科门诊全部停诊,普通门诊正常开诊,具体以当日挂号为准,详见医院内部公告。
奉化市妇保医院
春节门诊、急诊照常开诊,初一至初五部分专家门诊停诊,详见医院外网,具体以当日挂号为准。
宁海县第一医院
除夕至初六门诊照常开诊,部分专家门诊停诊,具体见院内公告。
宁海县妇幼保健院
初一至初三专科门诊停诊,初四起恢复正常;初一至初六部分专家门诊停诊。具体以当日挂号为准,详见院内公告和医院网站。
宁海县中医院
除夕至初三部分专科门诊停诊,初一至初六部分专家门诊停诊,具体以当日挂号为准,详见院内公告和医院网站。
镇海龙赛医院
初一至初五专家专科门诊及部分门诊科室停诊,详见医院外网公告。
镇海中医院
除夕至初六专家专科门诊及部分门诊科室停诊,初七门诊正常开诊,详见医院内部公告。
宁波市急救中心正常开放。
宁波市中心血站正常开放。

忌暴饮暴食生活不规律 这些“节日病”需防范

春节期间,常有因饮食质量下降、人体生物钟紊乱、各内脏器官正常生理功能受到影响引发的节日病。

如何预防这些节日病?宁波市第一医院门诊部主任谢浩芬建议,市民在欢度春节、走亲访友的同时,切忌暴饮暴食、大喜大悲或者熬夜玩乐;有胆囊炎胆结石或肝炎、肝硬化病史的患者要忌酒,低脂饮食,注意劳逸结合。春节期间,有

相当一部分人上网、看电视或打麻将,长时间保持一种体位容易导致颈椎和腰椎“罢工”,最好每隔两小时起身活动一下。一旦发现颈部和腰部疼痛难忍,要及早就医,不要自己乱揉、乱贴。

另外,有基础疾病者一定要有针对性地避开禁忌,如胰腺患者忌“饱”;高血压患者忌“闹”;冠心病患者忌“累”;糖尿病患者忌“甜”;关节疾病患者忌“凉”;感冒患者忌“聚”;消化性

溃疡患者忌“熬”。过年期间,心脑血管疾病患者要注意防寒保暖,饮食有度作息有规律,保证充足的睡眠,坚持适当的户外锻炼并避免大的情绪波动。

春节期间总的饮食原则应遵循以下几点:主食要定量,保证优质蛋白质的摄入,要少吃含脂肪、胆固醇高的食物,保证蔬菜充足新鲜,水果要适量,严格限制酒水饮料的摄入,少吃零食。

节日里宝宝们易患的疾病 家长们要注意预防

喧嚣、热闹、忙碌的春节中,大孩子们会收获节日的喜悦,但对于小宝宝们来说,如果养育不当,也容易让他们的健康受损。

1、睡眠紊乱、情绪异常:每到春节,亲朋好友频频登门、烟花爆竹热闹非凡。过强的光线、过大的噪音、异常的气味等,都可能影响到孩子的睡眠。所以家长在这方面要引起注意,对宝宝的作息时间一定要把握好,防止宝宝睡眠不好导致其免疫力下降。

2、消化功能紊乱:在春节期间发生频率最高的“春节病”就是消化道疾病。节日期间,很多人忽略了对宝宝的照应,吃饭也变得没有规律,甚至会出现饥一顿、饱一顿的现象,胃肠功能被严重削弱。家长在这方面也要注意。

3、流感易发:从以往门诊的情况来看,一般春节期间的流感就诊率明显提升。倘若天气再异常变化,流感疫情很可能会加重。每年春节期间,到儿科门诊就诊的呼吸道感染患儿也呈明

显增多的迹象。家长也要引起重视。

4、意外伤害:春节假期,家家备有坚果类的零食,孩子气管异物的发生率明显上升,异物以开心果、核桃、花生、瓜子等干果居多。支气管异物一般是家长给孩子喂食花生、瓜子时,孩子哭闹、打玩时或孩子跑跳中吃坚果时发生,气管异物是非常紧急的情况,必须立即送医院就诊或及时手术处理。此外,春节期间常出现的危险就是儿童燃放鞭炮时,很容易崩伤双手和眼睛,家长们须注意。