

## 全市发热诊间已增加3倍多

# 倡导“非必要不前往医疗机构”

12月23日,宁波市人民政府新闻办公室举行新闻发布会,通报疫情防控最新情况。新闻发布会上,宁波市卫生健康委副主任史国建通报了近期我市疫情防控医疗救治工作总体情况。

据介绍,按照“保健康、防重症”的要求,近期我市积极开展了医疗救治能力准备。第一步就是扩容了发热门诊救治资源。目前,全市54家医疗机构开设发热门诊,142家基层医疗机构开设发热诊室,发热诊间从原来的275间增加到953间,增加了3倍多。各发热门诊(诊室)严格执行首诊负责制,对可疑患者第一时间进行甄别,做到“早发现、早诊断、早治疗”。

为了更好地救治患者,我市完善了分级分类诊疗体系,根据分级分类收治原则,轻型和无症状感染者一般居家治疗;普通型、重症和危重症以及有重症风险因素的患者根据病情收治

到定点医院或亚定点医院。目前全市依托当地第一人民医院或中医院设置定点医院10家,同时根据国家、省关于方舱医院提标改造为亚定点医院的要求,全市设置亚定点医院16家,目前各定点医院床位数、亚定点床位数能满足患者的收治需求。

据了解,我市还依托医联体开展医疗救治工作,依托我市现有的市级医院同县级医院间托管结对关系和各县域医共体,建立分级诊疗服务机制,将分级诊疗服务对象扩展至新冠肺炎患者。发挥医联体内二级以上医院的支撑作用,为医联体内的成员单位医务人员开展培训,派出呼吸、感染、中

医等相关专业医师和院感管理人员,驻点出诊、指导。

此外,加快推进互联网医疗服务。全市各级各类医疗机构通过互联网医院向群众提供互联网医疗服务。基层医疗机构医生通过以多点执业方式注册到宁波云医院平台的方式,并通过云医院互联网医院向群众提供互联网诊疗服务。目前全市注册在宁波云医院平台上的互联网医院近一周共服务44200人次,环比增加3倍。

为提升新冠救治能力,我市对全市医务人员开展了分层分类培训。一是派出市级定点医院6名医护骨干组成团队,完成省级新冠肺炎重型危重

型患者救治培训;二是全市举办新冠肺炎防控全员专项线上培训,实现公立医疗机构培训全覆盖,一线医务人员培训率100%;三是对县级定点医院医护骨干采用“理论+实操”的方式,提高定点医院医疗救治能力;四是根据省卫健委统一安排,采取“线上理论培训+现场实践轮训”的方式,完成全市重症救治医务人员培训。

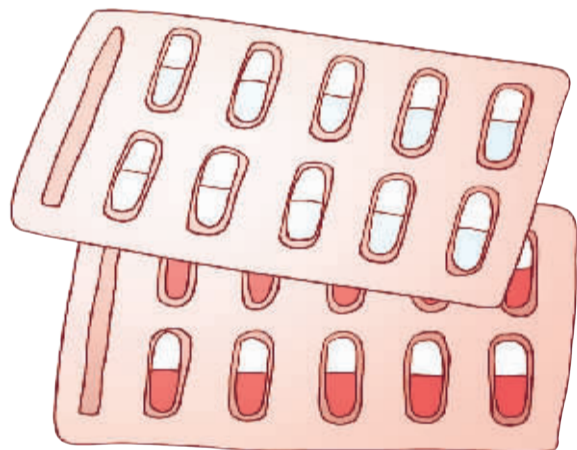
史国建提醒,近期我市各医院病患集中,交叉感染风险较高,倡导广大市民“非必要不前往医疗机构”,坚持健康文明生活方式,保持乐观平和积极心态。

记者 孙美星

### 【热点问题解答】

## 家里没有布洛芬用什么药来替代?产生“幻阳症”怎么办?

家里买不到退烧药该用什么药物来替代?市民该如何正确使用抗原?患上“幻阳症”又该怎么办?新闻发布会上,针对一些市民关心的问题,专家进行了集中解答。



### 1 买不到热门退烧药该怎么办?

现在不少市民遭遇购药难,特别是布洛芬、对乙酰氨基酚等退烧药一盒难求,新闻发布会上,有记者问,有哪些药品可替代紧缺药?在服用退烧药时,有哪些注意事项?

宁波市医疗中心李惠利医院药学部副主任王瑛介绍,目前临床推荐的退热药物主要有对乙酰氨基酚及布洛芬,除了这两种药外,我们还可以选择阿司匹林片、洛索洛芬钠片、双氯芬酸片等非甾体类抗炎药物,及包括含上述药品的复方制剂,在医生指导下正确使用。常见的复方制剂例如:泰诺(酚麻美敏片)、感康、新康泰克(红色装)、快克、感冒灵等也含有退热药成分,可用于退热。

中成药品种如:

1. 高热:羚羊角口服液、紫雪胶囊。

2. 发热,咽痛,全身痛,舌苔黄为主:可选择连花清瘟、清开灵、金花清感颗粒、双黄连口服液、小柴胡颗粒、桑菊感冒片、板蓝根颗粒、化湿败毒颗粒、宣肺败毒颗粒等中成药。

3. 怕冷,发热,全身痛,流清涕为主:可选择感冒清热口服液、正柴胡饮颗粒、感冒疏风颗粒、四季感冒片、感冒软胶囊、儿感清口服液、小儿柴桂退热口服液等。

王瑛介绍,市民朋友可以根据宁波市卫生健康委整理的《宁波市新冠病毒感染者用药目录(第一版)》中56个中成药目录,其中的非处方药可以根据自身症状需求,从零售药店、电商平台等多种渠道购买。

### 2 市民该如何正确使用抗原?

新闻发布会上,有记者问,当前疫情形势下,市民如何正确使用抗原?

陈奕介绍,抗原检测试剂具有经济、方便、快速出结果等优点,一部分市民朋友已经有使用经历,要根据说明书规范进行抗原检测,必

要时可请基层医疗卫生机构给予指导。由于潜伏期和发病早期的感染者排毒量较低,这时进行抗原检测出现假阴性的概率比较大,所以建议感染者出现发热等明显症状后再进行抗原检测。另外,确认阳性后,在患病期间不建议再多次进

行抗原检测。新冠病毒感染一般病程在1周左右,在病程第6天至第7天、如症状明显好转或无明显症状,自测抗原阴性后,可联系社区做核酸检测,连续两次Ct值大于等于35,可解除居家治疗,恢复正常生活和外出。

### 3 产生“幻阳症”了该怎么办?

疫情防控政策调整以来,大家周围阳了的人明显增多,这给市民心理带来一定冲击,有的市民还产生了“幻阳症”等心理问题。新闻发布会上,有记者问,对做好自我心理疏导方面,有什么建议?

市康宁医院心身医学科主任张媛媛介绍,有些人看到亲友同事“阳性”后,开始幻想自己也已经感染“变阳”,即所谓的“幻阳症”。“幻阳症”是在一个人过于担心、害怕、恐惧自己感染了新冠病毒的情况下出现的,即使没有感染,但是身上的症状就像被感染了一样,出现比如嗓子不舒服、头疼、头晕、身体疼甚至发烧的情况。这种情况下做

抗原或者核酸,结果往往是阴性的。

张媛媛介绍,“幻阳症”并不是心理疾病,是一个特定心理现象,发生在人们面对强大心理压力和未知的情况时,根据自身感受自然而然产生的焦虑猜疑情绪。即使最后确定没有感染,也知道这可能是心理作用,但是很难控制自己的怀疑和焦虑,陷入纠结、矛盾的心理当中。越关注,身体越敏感,症状越明显,越引发焦虑。焦虑又加重身体敏感,循环递进,导致人越来越坚信自己得了新冠。即使检查后是阴性,医生的解释也无法打消这些人的疑虑,甚至反复检查。

幻阳症可以理解成一种心理应激反应。为了减轻这些焦虑恐惧情绪,她建议:

一、接纳自己当下所有真实的感受。

二、尝试找到适合自己的有效情绪调节方法。

三、坚持保持与家人、朋友的联络与交流,倾诉自己内心的感受,互送祝福等。

四、由于每个人的情绪敏感性存在着巨大的差异,如果发现自己持续沉浸在焦虑不安、恐惧、忧郁情绪中,难以忍受甚至痛苦不堪,可以向心理热线及专业心理医生寻求帮助。

记者 孙美星