

# 钱江晚报联合浙江省基层卫生协会发布防疫倡议 “阳了”不可怕,记住这八条

本报记者 何丽娜 吴朝香 曹露婷  
通讯员 蒋升 李颖

“大伯,我是九堡社区医院的徐医生,你今天退烧了吗?身上还有没有别的不舒服?”

“许奶奶,我是社区医院的小徐,我知道你的降压药快吃完了,你不要来医院,这两天我会抽空给你送去。”

……

徐小燕是钱报小时健康小站、杭州市上城区九堡街道社区卫生服务中心的全科医生。近日,她在忙碌的工作之余还得见缝插针化身“话务员”,新冠疫情期间,保障65岁以上老年人的就医需求与健康,是家庭医生们的重要工作之一。

随着疫情政策的调整,作为“健康守门人”,全省10万家庭医生再次肩挑重任:保持超长待机、线上线下为居民提供健康监测、用药和抗原检测指导等。

这段时间,全省不少居民都收到了一份《家庭医生告社区居民书》:“我是您的家庭医生,随时接受您的电话咨询。”

在守护好居民健康的同时,他们也想结合自己的防疫经验,告诉大家,一旦阳了,要怎么办?

钱江晚报联合浙江省基层卫生协会发布防疫倡议:“阳了”不可怕,稳住才能赢。



## ○ 守卫居民健康,他们全天在线

这份《家庭医生告社区居民书》由各地的基层卫生服务中心发出,其中提及:在此期间出现干咳、乏力、鼻塞、流涕、咽痛、嗅觉味觉减退或丧失、结膜炎、肌痛和腹泻等症状时,可联系您的家庭医生进行健康咨询。

告知书后面还附有家庭医生的联系方式,便于居民在第一时间联系上医生。

今年第12个“世界家庭医生日”,在浙江省基层卫生协会支持下,钱江晚报·小时新闻在全省基层会员单位开展百姓信赖的优秀基层医生及团队推选活动,评选出30位“优秀家庭医生”和30个“家庭医生先锋团队”。

钱报记者联系了一些家庭医生,很多人最近都是忙到连轴转,在电话中,声音嘶哑。

这段时间,钱江晚报小时健康小站、湖州市南浔区南浔镇中心卫生院的医生每天接受线上线下咨询大约400多人次,并坚持24小时在线指导。

为让居民减少交叉感染,温州市龙湾区蒲州街道社区卫生服务中心的家庭医生每天送医送药上门。

特殊时期,家庭医生们既是医师、又是心理咨询师、健康营养师。

守护居民健康,家庭医生和他们所在的基层卫生服务中心竭尽所能。

## ○ 多种诊疗服务,让居民安心

发热是新冠患者最集中的症状之一,为了应对发热患者暴增,基层社区医院也陆续开出发热门诊,可工作量很快就处于饱和状态。

怎样在医疗资源有限的情况下为发热居民提供便捷的诊疗服务?全省多家小时健康小站推出了一系列的创新服务。

2022年12月19日,杭州市西湖区留下社区卫生服务中心紧急特抽调出业务精干的全科医生和护士组队,利用救护车等可移动交通工具。在没有站点医疗覆盖的和家园社区、溪流社区试点发热门诊上门服务,“发热门诊”移动诊疗车现场进行疾病诊疗、开具处方、完成配药,成为疫情特殊时期守护居民健康的有益探索。

而杭州市上城区望江街道社区卫生服务中心,巧妙运用核酸中转站,解决中心房屋结构不宜设置发热门诊的场地困难,42小时内完成信息化安装,核酸标本棚“秒变”发热门诊室。

诸暨市璜山镇中心卫生院则通过分析疫情态势,迅速行动,将溪北和齐村两个卫生室升级为“中医发热门诊”,调配具备资质中医师、基础药品等基础上,对发热患者进行接诊、开方、中医药服务及相应诊疗服务。

“我已发烧一天了,家里没有备药,现在总算是在家门口配到了,卫生院能在这个关键时刻为我们解决实质困难,让我们很安心。”因此获益的居民们纷纷竖起大拇指点赞。

## ○ 家庭医生的这份倡议,请你收好

家庭医生是居民健康的守护人,但每位居民也要做自身健康的第一责任人,应对疫情,全省多位家庭医生给出以下倡议:

- 1、家有阳性患者,要戴好口罩,尽量不面对长时间对话、咳嗽。
- 2、药物不要混吃,无症状不用药。
- 3、房间保持通风,妥善处理垃圾。阳性人员使用洗手间后,应擦拭消毒。阳性人员要使用耐刺破、防渗透的垃圾袋,采用“鹤颈式”缠绕扎紧袋口,并喷洒家用消毒酒精消毒。

- 4、不要幻阳恐阳,放松心情方能安然度过。
- 5、非必要不前往医疗机构,非必要不拨打120。
- 6、不是所有的新冠病人,都适宜直接居家观察。有基础疾病的患者要密切关注基础疾病是否有加重或变化。
- 7、“阳了”千万不要恐慌性喝水,避免引发水中毒。在喝水的同时,还要注意补充足够的电解质。
- 8、退烧后的一周要注意防风保暖,回马枪很致命。

