

亚运期间就医,怎么出行

上潮新闻健康频道,扫码尽知各大医院近期交通全攻略



本报记者 孙燕 梁婧娴 吴朝香 隋雪 刘干
通讯员 王蕊 方序 李文芳 孙美燕 杨陶玉 陈瀛

亚运期间,去医院就诊可以选择哪些交通工具?有什么特殊注意事项?受限小客车因就医确需在市区限行区域内通行怎么办?医院中秋国庆假期门诊工作如何安排?

亚运期间因就医等特殊情况确需在市区限行区域内通行的受限小客车(含浙A、非浙A),可直接在“浙里办”“警察叔叔”等app申领“急事通”出行(不超过2次)。双休日、中秋国庆假日期间申领“急事通”车辆不允许在亚运核心圈内通行。请提前规划路线,合理选择出行方式前往各大医院相应院区就诊、治疗。紧急情况可拨打120。

一般情况下提倡绿色出行,建议乘坐地铁、公交等公共交通工具。偏远地区可以乘坐高铁来杭,杭州站、杭州东站、杭州南站、杭州西站均设置站内地铁站点。

浙大一院

亚运期间,浙大一院总部一期不在限行范围内,外地车辆不限行即可便捷就医。为保障患者及时就医、治疗,浙大一院已开通院区间班车供患者免费乘坐,来院就诊的患者凭借挂号单、住院单等相关证明即可免费乘坐。

浙大二院

亚运期间,浙二互联网医院上线亚运护航专区,特设十大专窗。包括运动医学、骨科、康复、心血管内科、神经内科、全科、呼吸感染、消化营养八个临床专窗,以及运动康复护理、急救护理两个护理专窗,470多名医护人员为志愿者、运动员、工作人员、观众、爱运动人士等全方位提供在线医疗咨询服务,为大赛保驾护航。

浙大邵逸夫医院

庆春院区、双菱院区位于亚运核心圈内,请妥

善安排您的出行方式,以免耽误您的时间。

浙大妇院

湖滨院区、钱江院区位于亚运核心圈,请提前规划路线,合理选择出行方式前往相应院区就诊。

浙大儿院

湖滨院区、滨江院区均位于亚运核心圈区域。

浙江省人民医院

望江山院区(杭州市西湖区转塘镇望江山路1号)未在限行区域内。

浙江省中山医院

莫干山路院区、庆春路院区、滨江康复院区,均位于亚运核心圈区域。

更多详细就诊攻略指南,请扫上方二维码前往潮新闻客户端健康频道仔细查看。



退休阿姨跳舞跳出膝关节炎 保守疗法两月后重返排舞赛场

中医药内外调治,在骨伤病诊治上优势明显

本报讯 亚运赛事如火如荼,杭城掀起了一股全民运动热潮。在孙泰和国医馆中医骨伤科专家朱春青的门诊中,时常有因运动不当而导致不适的患者。

“有不少患者是爬山、跑步、打球、跳舞等运动过度,膝关节劳损,还有些是腰突术后、半月板术后功能没有恢复的,都想要保守治疗。”朱医师表示,中医保守治疗在骨伤病诊治上优势明显,孙泰和国医馆独创的“古方黑膏药敷贴”结合中药内外调治的治疗方案,受到许多患者的青睐。

退休教师每天跳舞 关节炎痛到无法走路

家住拱墅区的张阿姨(化名)退休后爱上拉丁舞和排舞,一年前她报了班,每天苦练1-2个小时,舞姿进步飞快,加上身材气质出众,朋友们都夸她状态好,越跳越年轻。

一个月前,张阿姨的膝盖开始疼痛,最近更是痛到走路都受影响。“难道是跳舞把膝盖弄坏了?”张阿姨害怕去了大医院要手术,打听到孙泰和国医馆骨伤科团队的朱春青医师对治疗各类骨伤病经验丰富,月初,她被家人搀扶着走进朱医师的诊室。

“朱医师,我这膝盖疼有段时间了,刚开始只要不跳舞就还好,现在是走路也疼,两只脚感觉没有力气,不能长时间站着,人像废了一样……”张阿姨垂头丧气的,无法跳舞的日子里她觉得生活都黯淡了,只想快点好起来。

朱春青医师让她把双腿抬起来,放平,仔细检查后发现,张阿姨髌骨下方有明显的两块凸起的厚肉

垫,这叫做“髌下脂肪垫”,是膝关节过度劳损后导致脂肪垫发炎肿胀,这也被认为与膝关节退化的疼痛有关。

她告诉张阿姨,目前膝关节存在积液、肿胀,先通过“古方黑膏药敷贴”消肿。

“阿姨,您喜欢跳舞是好的,但是上了年纪,膝关节功能本来就在衰退,我们更要注重保护,运动不能过度,跳舞时要注意姿势和力度。”朱医师一边叮嘱,一边为她敷上“古方黑膏药”。

据悉,孙泰和国医馆的“古方黑膏药敷贴”,是由近百味中草药材制作而成,有温经通络、活血化瘀的作用,能促进局部血液循环,减轻关节疼痛和肿胀,消除炎症。

敷贴三次后,张阿姨的膝关节水肿明显消除,脂肪垫也缩小了,她吃惊地对朱春青说:“走路已完全不痛了,站得久一点也可以了。”

再往后的每次敷贴治疗,张阿姨感到走路越来越轻松,两个月一疗程结束后,她就开心地去参加排舞比赛了。

女白领术后腰痛躺床上一个月 险些丢了工作

去年年底,在上海工作的赵女士(化名)在腰椎间盘突出术后,出现了腰背部肿胀疼痛,卧床休息了一个月也不见好,经人介绍找到了朱春青医师。

“手术前,医生说这是个微创手术,今天做完,明天就可以出院,可术后都一个月了,我啥事情都干不了,弯腰也不行,比术前还要糟糕。”赵女士急着返沪,再跟公司请假怕是职位要保不住。

朱医师检查后发现,赵女士的腰椎周围有局部黏连水肿,根据病情为她制订了内外同治的治疗方案:“古方黑膏药”在腰部进行贴敷,起到温经通脉、散寒除痹的作用,再配以口服中药汤剂,活血舒筋,扶正祛湿。

治疗两周后,赵女士肿胀的腰部,慢慢平下去了,六周后腰痛缓解明显,赵女士回到上海立即投入了工作。

得知赵女士卧床太久,身体虚弱,工作又要每天久坐,朱春青又为她开了一个月的中药,巩固疗效,还建议她日常做臀桥锻炼,增强背部肌肉力量,更快地康复。最近,赵女士回杭复查,进诊室第一句话就是:“朱医生,我的腰是完全好了!”

40岁的郭先生(化名)是长途货运司机,腰椎间盘突出术后半年,依然下肢酸胀,每次开车都有说不出的难受。在敷贴黑膏药治疗一个疗程8次后,郭先生就可以适应长时间开车了,朱医师让他不用再来了,郭先生却强烈要求再上第二个疗程,原因是开车时贴在腰部很舒服,能够缓解久坐腰酸。

朱医师笑着表示,古方黑膏药中有舒经活络、活血化瘀的药材,渗透性强,消炎、消肿的效果好。

她建议,如果在运动中,出现急性肌肉扭伤、急性韧带拉伤,淤血不散,不妨来试试黑膏药敷贴治疗,许多患者反映,贴个1~2次就不红肿不痛了,能帮助快速恢复正常功能。

如果您也有颈肩腰腿疼、骨关节疾病困扰,孙泰和国医馆骨伤科团队送出20个义诊号,有需要的读者可以扫一扫报纸上的二维码即可报名。

本报记者 刘干 通讯员 金薇薇

