

看病不再挂错号 这些就医看病的小技巧 要知道!

说到看病,大家都希望能尽快明确疾病,避免误诊,并得到好的治疗以恢复健康。而这关键就是要找到一个合适的医生,那么怎样才能找到合适的医生呢?

不同症状对应的挂号科室

1. 发热

这是门诊中最常见的症状之一,可能与感冒、上呼吸道感染、肺炎等病症有关。建议到发热门诊、肺病科、内科、儿科(根据患者的年龄)等。夜间就诊可到急诊科。

2. 咳嗽

咳嗽是呼吸系统的常见表现,可能与感冒、支气管炎、哮喘、肿瘤等病症相关。建议到肺病科、呼吸内科、儿科(根据患者的年龄)等科室就诊。

3. 腹泻、恶心呕吐

通常来说,建议挂消化内科;如果症状严重或突然发作,或者夜间发作,需要挂急诊科;如果伴有眼部不适,建议挂眼科;另外,还可能跟肛肠科、肝病科、肾病科等有关关系。

4. 头痛

偏头痛或慢性、持续性头痛,与疲劳、紧张有关,伴随着失眠、记忆减退、情绪不稳定等情况,建议挂神经内科;如果看书、写字时,出现头痛并伴有眼眶疼,视觉模糊,眼睛流泪或眼结膜充血,建议挂眼科。

5. 眩晕

如果头晕与头的位置改变有关,如躺下或翻身头晕,建议挂耳鼻喉科;站不稳,眼球乱转,甚至意识不清,建议挂神经内科;晕时脖子疼,伴有手脚麻症状,建议挂骨科;晕时心前区疼痛、心慌、心脏不适,建议挂心内科。

6. 牙痛

龋齿导致的牙痛,比如喝冷水时牙会受到刺激而疼痛,建议挂牙体牙髓科;一侧面部或是上下颌,出现剧烈的放射性疼痛,建议挂神经内科;若牙痛伴有牙齿发麻,颈部、下颌部发紧,建议挂挂心内科。

7. 胸痛

经常在劳累、紧张时出现胸痛,每次疼痛大概几分钟到十几分钟,休息后可以缓解,建议挂心内科;胸痛伴有咳嗽、深吸气或呼气时加重,建议挂呼吸科;运动后突然出现剧烈胸痛,并伴有呼吸困难的,建议挂胸外科。

8. 腹痛

一般的腹痛,痛感不剧烈,且按压时腹部疼痛减轻,建议挂消化内科;如果腹部疼痛比较剧烈,且按压时痛感明显加重,建议挂普通外科;若肚子痛的同时伴有尿频、尿痛、尿急等尿道症状,建议挂泌尿外科。

9. 腿痛

如果大腿小腿外侧疼,痛感延伸到屁股,建议挂骨科;运动后腿部关节出现疼痛,建议挂骨关节科;踝关节、足趾关节出现红肿疼痛,尤其在吃海鲜、啤酒后发作,血检发现尿酸升高,建议挂内分泌科或风湿免疫科。



看病时 这样和医生沟通病情更有效

1. 说最难受症状

有的患者同时存在很多不适症状,或有较多临床疾病,但一次就诊最好只解决1-2个问题,没法将所有问题都作为重点。一般先选最急的或最重的症状与疾病先治,较轻的、慢性的病状先放一放,选最简单的语言来叙述主诉与病史。注意,不要夸大病情程度。

2. 提前做好准备

有人一见到医生,就会不自觉地有点紧张。也因年龄的关系,记忆力出现了下降。就诊前,可以提前做好一些准备,比如先想想怎么跟医生说,还可将有关病情写成小纸条。

3. 不要自我诊断

看医生时不要说“我应该是得了什么病”“我这个病可不好治”“我湿气重”“我气血虚”等等,只说症状、发病经过、持续时间等就好,让医生来判断与分析。

4. 不要让医生猜

有人就诊时,不知是对医生诊疗过程不了解,还是要考医生的水平与能力,往往会让医生猜病。其实,主诉是看病不可缺少的环节,否则可能会遗漏诊察,贻误病情。

5. 如实讲述病史

比如之前生过什么病、吃过什么药、对什么药过敏、有无家族史、发病诱因、病情持续时间等,都需要如实跟医生讲清楚。

高效看病记住这4个小技巧

1. 可错峰看门诊

一般来说,周一到周三、每天上午11点之前是就诊高峰期。如果复诊或单纯开药,下午、周末看病更节省时间。

2. 初诊挂普通号

因为专家也需要基于正常的检查流程来判断病情,待检查结果出来,需要进一步治疗再挂专家号更有针对性。

3. 看病时别化妆

面部气色和唇色是医生判断疾病的一部分依据,看病时尽量不要化妆,以免覆盖了某些疾病征兆。

4. 按需定期复查

通过复诊,医生可以详细跟踪患者的最新病情,明确目前的药物对患者是否合适,并斟酌是否需要调整药物。

□来源:健康时报

关于过敏的 三个健康提示

人体免疫系统的免疫耐受机能发生紊乱,错误地将外界有益(例如牛奶、鸡蛋等)或无害的物质(例如花粉等)当作有害物质(例如细菌、病毒等)去攻击,对外界无害物质产生过激的排斥,在过度攻击这一过程中,身体会引发免疫性炎症,也就引起了过敏反应。秋季是儿童过敏性疾病的高发季。

下列症状要警惕

第一,出现腹痛、腹泻,排除感染后,要检查是否患有过敏性胃肠炎。

第二,有皮疹伴瘙痒,食用某些东西后会加重,要检查是否患有过敏性皮炎。

第三,出现鼻痒、鼻塞、流鼻涕、打喷嚏等症状,排除感染后,要检查是否患有过敏性鼻炎。

第四,眼痒,同时伴有鼻痒、打喷嚏等,要检查是否患有过敏性结膜炎。

第五,咳嗽、喘息,排除感冒后,要检查是否患有变异性咳嗽和过敏性哮喘。

第六,出现食物依赖性运动诱发性过敏反应。这是一种食物过敏,最常见的食物是小麦。这种食物过敏,如果你食用后不运动,它没有任何表现。但是剧烈运动会诱发过敏,常会导致过敏性休克。如果你是小麦过敏,吃面包后一定不能剧烈运动。或者需要运动之前,一定不能吃面包等小麦制品。

第七,偏头痛。偏头痛性食物过敏是由于食物过敏而引起的头痛。这种头痛是由于食物过敏引起头部血管扩张引起。偏头痛患者排除了神经系统疾病以后,要检查是否患有食物过敏。特别是那些长期不明原因的偏头痛,一定要到专业机构就诊。

过敏以后这样做

一旦出现过敏症状,需要及时到医院就诊,在医生指导下进行治疗,对引发过敏的原因进行控制与干预。

控制与处理环境过敏原:过敏原暴露是过敏性疾病发生的始动因素。世界过敏组织数据显示,环境中每克灰尘中尘螨数量超过50只,可诱发过敏和哮喘,环境中每克灰尘中尘螨数量超过100只,有极高的导致哮喘急性发作的危险。因此,降低家中尘螨浓度是过敏性疾病防治的重要环节。

脱敏治疗:脱敏治疗是将外界无害物质从小剂量逐渐增加,让机体产生免疫耐受的治疗,在医学上称为特异性免疫治疗,是目前世界卫生组织推荐的唯一针对过敏病因进行治疗的方法。

药物对症治疗:最常用的是口服抗组胺药,就是大家常说的抗过敏药物,如西替利嗪、氯雷他定、咪唑斯汀、依巴斯汀等,以及一些外用药物和局部性药物的治疗,可以有效缓解不适症状。用药需要在医生的指导下进行。

□来源:学习强国



●台州海坚鞋业有限公司遗失由温岭市市场监督管理局于2024年09月05日核发的营业执照正本,统一社会信用代码91331081MA2AN98A2D,声明作废。
●台州亚历山大软装设计有限公司遗失公章一枚,编号33100210029628,声明作废。
●台州市椒江志伟机电维修服务部遗失公章一枚,编号3310020191325,声明作废。
●杭州京古教育科技有限公司遗失公章、财务章、法人章(梅汉华印)各一枚,声明作废。
●杭州临安添恬食品经营部遗失法定名称章,声明作废。
●杭州汉茂生物科技有限公司遗失公章一枚,声明作废。

●杭州枫联装饰材料有限公司遗失公章一枚,声明作废。
●杭州檬恩食品有限公司遗失公章一枚,声明作废。
●杭州苕臻实业有限公司遗失公章、财务章各一枚,声明作废。
●杭州领翔汽车服务有限公司遗失公章一枚,声明作废。
●杭州唯汇尚文化创意有限公司遗失公章(编号33010510073503)、财务章、法人章(金雯印)各一枚,声明作废。
●浙江西慕科技有限公司遗失由杭州市萧山区市场监督管理局于2023年10月08日核发的营业执照正本,统一社会信用代码91330109MA2B1LR3XA;公章、财务章、发票章、合同章、法人章(高岫印)各一枚,声明作废。
●杭州市滨江区植芝花店遗失公章一枚,声明作废。

●义乌市新驰缝制机商行遗失公章一枚,声明作废。
●杭州松军机电工程有限公司遗失财务章一枚,声明作废。
●台州方锐建设工程有限公司遗失公章(编号33102110053509)合同章(编号33102110053512)声明作废。
●义乌市国仁贸易有限公司遗失公章一枚,编号33078210035478,声明作废。
●天光飞鸟(东阳)影视有限公司遗失公章(编号33078310187321)、发票章(编号33078310187323)、财务章(编号33078310187324)、合同章(编号33078310187322)各一枚,声明作废。

●公告:江西誉天建筑工程有限公司在浙江省义乌市2021年义乌市稠江街道高标准农田建设项目(杨梅院村)、苏溪镇上姜溪河道改造工程、大陈镇八里桥头村健身房改造工程、大陈镇区零星路面工程(大陈三村区块)、大陈镇稠大线高新建科前零星绿化工程、红旗村产业用房周边道路市政工程、大陈镇马畈村景观围墙工程、义乌市大陈镇社会治理大综合执法中心提升改造工程、大陈镇八里桥头居家养老照料中心周边区块硬化工程已竣工验收。各单位或个人的债权债务民工工资在一个月内在本公司项目部负责人联系,逾期未申报者视为自动放弃向我公司主张,特此申明。联系人:刘先生 电话:15307919057 公司电话:0791-88160859 特此公告 江西誉天建筑工程有限公司 2024年9月25日