

# 别生扛

“新冠”病毒出没，留在家中不出门成了大家的共识。一些人更是把此时的医院视为龙潭虎穴而不敢去看病。但新的问题出现了，当我们觉得不舒服的时候还能不能去医院的急诊室看病呢？什么样的情况该去，什么样的情况又最好不要去呢？针对常见的情况，今天就来给大家挨个儿说说吧。

## 这些情况该去医院还得去

### 发烧需就诊 流感、新冠都得治

对，你没听错。当你出现发烧的时候，我的建议是尽快去医院发热门诊就诊。很多人可能立刻会想到去发热门诊是不是会被新型冠状病毒传染上啊，这样的想法是能够理解的。

但关键问题是，此次新型冠状病毒发作的时间和常见的流感流行时间重叠，这增加了疾病的诊断难度。当你出现发烧症状时，你可能面对的是两种情况：一种是你只是得了普通的流感，要是这样，尽早看病是一件有益的事。如果你只是得了甲型流感，那么口服奥司他韦对于发病的前48小时就变得比较重要了，而错过这个时间窗治疗会变得复杂得多；当然你也有可能感染了新型冠状病毒，那么早诊断、早治疗、早隔离是对你及身边人最大的负责任。治疗及时有效的情况下，最新的统计是新型冠状病毒的患者死亡率仅比常见的流感高一点有限。有媒体报道，个别人明知自己有被感染风险依然不去医院，躲在家中，这样一方面会延误诊

断的最好时机，另一方面也会给家人带来感染的风险。所以当你出现发热时早去医院看病毫无疑问是最明智的选择。

### 活动受限、语言不清 抓紧就医

不管是出现何种脑卒中症状，例如突发的头晕头痛，肢体活动障碍，言语不清等等神经系统症状时应尽快到医院急诊就诊。急性脑缺血的静脉溶栓时间窗为3小时，错过时间窗将错过最好的治疗时机，所以一旦出现急性脑血管病症状时尽快去医院是唯一正确的选择。

### 心脏不好吃药未缓解 快治

在特殊时期，有心脏病史的患者如果出现心脏症状时，应该先行含服硝酸甘油。五分钟后未能缓解应再次含服，一共含服三次，如果症状仍不能缓解，应该尽快前往医院就诊。急性心肌梗死溶栓和支架的时间窗是6小时，错过时间窗将错过挽救心肌的最佳时机。

### 严重外伤 需去医院处理

大出血或出现伤处畸形及严重肿胀的病患，包括出现功能障碍的病患，都要及时到医院急诊就诊，进行相应的处理。而比较轻的外伤，伤口可以自行止血的，伤处无畸形，无严重的功能障碍的都可以自行在家先观察处理，如果情况好转可以不必急于去医院处置。

### 腹痛厉害 也得看医生

因为导致腹痛的原因多种多样，所以腹痛的诊断往往复杂。严重的腹部疾病往往腹痛会是持续性的，或者疼痛发作严重时，需要身体维持在一个特殊的位置才能好转，这些都是腹部问题比较严重的标志，需要立刻去急诊就诊。而一般炎症性疾病引起腹痛的标志，往往腹痛会是一阵好一阵坏，疼一阵后可以自己缓解下来，同时会伴有呕吐、腹泻的

症状。这种时候倒是不用紧张，如果能够大体正常的喝水、喝粥，就不用急于去急诊看病。

当然还有很多其他的急性病症像消化道出血、像严重的过敏反应等情况，数不胜数，不能一一分析。我想对大家说的是，作为医务人员，我们更不希望有更多的人交叉感染，所以每一家医院都会尽可能地保证来医院看病的每一个人的安全。如果你出现了必须要来急诊解决的情况时，请在充分自我防护的情况下放心地来医院就诊吧。

文/刘昶(北京友谊医院)



## 娃病了 送你“宅”家护理手册

宝宝抵抗力弱，流感高发季本来就容易出现头疼脑热，再加上“新冠”病毒横行，这到底要不要去医院成了不少家长要面对的“灵魂拷问”。儿科门诊大量的患儿，可以说每天90%的患儿无非都是因为发热、咳嗽、呕吐、拉肚子、肚子痛等常见病来就诊。然而究竟有多少需要刻不容缓地来急诊？有多少可以在家中自行护理治疗？针对娃儿的不同症状，我们来简单梳理一下，让您的心中自有个定夺。

**精神状态好未必去医院** 我们反复提到了患儿的精神状态，俗话说孩子生病没装假，这些常见病中，如果孩子精神活跃、食欲旺盛、小婴儿哭闹不厉害，您不必来急诊。即使大孩子伪装肚子痛逃避上学，您也可以察言观色地注意一下他的精神状态怎么样。

**退烧有过程** 任何疾病的恢复都要有个过程，发热的高低并不代表疾病的轻重。掌握了临时退热处理，您不必因为烧不退短时间内跑医院几次。

疫苗接种后、长牙期间，都会有低热，如果孩子精神好，无其它不舒服表现，不需要特殊处理；活动后、情绪激动、穿得太多都会引起体温增高，诱因去除，体温自然降至正常；如果只是偶尔一次性低热1次，38℃以下，孩子精神头好，正常吃喝，可以不认为是生病。

“小”感冒无需特殊处理 普通的

病毒性感冒是自限性疾病，应用抗生素无效，如果孩子只是流涕、打喷嚏，不影响睡眠、吃喝，不需要特殊处理，小婴儿慎用复方感冒药，注意护理，症状可消失。偶有几声咳嗽，根据年龄可以适当止该药口服。

**腹泻可由家长带大便样本检测** 呕吐常常伴发腹痛、腹泻，家长可以带患儿大便标本到医院进行检测。病毒性腹泻一般是水样便，伴有呕吐，注意补水，谨防脱水；细菌性腹泻大便常常有黏液，甚至脓液、血丝等，要及时应用抗生素治疗；腹泻初期，可给予家中自备的益生菌、蒙脱石口服，酌情口服补液盐，根据便常规结果决定是否应用抗生素。

患儿因为饮食不当，无感染因素所造成的胃肠炎，只需控制饮食，可予调理肠道微生态或者健脾胃药物口服。

流感流行季，发热、呕吐、腹痛，要注意流行性感冒，但一般伴有全身症状，流涕、头痛，全身痛，即使咽拭子流感检测是阴性，也要经验性予抗流感治疗。初期反复高热家长不必过度恐慌。

注意：便常规可见少量红细胞，不排除腹泻导致肛门周围黏膜破损所致；但便血明显，伴有呕吐、腹痛（小婴儿精神差时腹痛查体不典型），要紧急影像学检查，除外肠套叠，属于外科急症。

腹痛无缓解，脐周、上腹逐渐转移

到右下腹疼痛，要注意阑尾炎，需要查血常规、腹部超声确诊。

**咳嗽可视情况服用糖浆** 感冒后的每日几声咳嗽，根据严重程度可以自行口服止咳糖浆。被医生确诊后的支气管炎或者肺炎的患儿，给予相应治疗后，1-2天内突然咳嗽频繁，这很可能是疾病恢复的一个过程。这时已经不是刺激性干咳，或者阵发性地有痰咳不出，而是可以感觉到喉咙湿润、痰液增多，其实是经治疗后痰液稀释容易咳出（小婴儿咽下自消化道排出），没那么痛苦了。

不需要输液治疗的咳嗽，家长还可以自备雾化机，根据医生指导，家中自行雾化治疗。冬季要保持房间湿度、清洁度，减少灰尘、尘螨等。

以上是最近一些常见病涉及的问题，您会发现，萌娃的一些风吹草动，您在家中就可以护理了。您要记住：输液不是万能的，消炎药也不是随便用的，任何疾病的恢复都需要时间的。过多的焦虑会传递给孩子，也会加剧孩子对疾病的恐惧心理。当然，如果您实在拿不准需不需要立刻到医院，或者直觉告诉您，孩子病得很重！那么，别犹豫，为了安全起见，戴上口罩，做好防护，立刻来医院。

文/韩宪喻  
(北京儿童医院顺义妇儿医院)  
本版原文刊载于《北京青年报》

