

就医看病咋选医院和医生？

这份指南供您参考

□记者 王耀

开栏语

医疗关乎民生。没有全民健康，就没有全民小康。在全力建设“健康中国”之际，晚报特开辟医疗版，旨在记录我们的医疗变化、呈现实用医疗知识，传播科学的医疗观念。敬请关注！

人食五谷杂粮，生病在所难免，这时就需要我们寻医问诊。但在就医渠道多样化的今天，我们该如何高效、科学地找到适合自己病症的医院和医生呢？今天，记者就带您看看这些市民的就医经历，从他们这里学点就医小技巧。

2 寻医问诊：根据情况做决定

2021年，63岁的张先生被确诊为肺癌，在我市一家医院进行了肺叶切除手术。随后，该院肿瘤科医生为他制订了后续的化疗方案。

手术后，张先生的身体恢复得不错，他决定到北京、上海的医院进行复查。“跑了两家大医院，专家对我的手术表示认可，说即便是在他们那做手术，最好的情况也是这样。”张先生说，上海的专家给出的后期化疗方案，和运城医生给出的基本一致。最终，张先生选择在运城进行化疗，如今他的身体状况

良好。

患病这几年，他总结了“选医生”的方法：病因不明，选择权威的综合性医院，挂主治医师的号，进行基础检查；如果病因较复杂的，选择MDT(多学科诊疗)门诊，可挂一次号，看多位专家；如患有疑难重症，或已确诊某一病症，但希望听取更多治疗意见的，可挂专家号。现在综合性医院的科室越分越细，在选择专家时，一定要先通过医院官网或微信号，了解其基本情况，如擅长领域、个人经历等。



1 走访调查：就医渠道多元化

近期，记者在走访中发现，随着我市不断加强乡镇卫生院、社区卫生服务中心的医疗设备配备和医疗人才保障，提升基层医疗机构的医疗水平，“小病先去社区看”成为越来越多的就医新习惯。

“以前有个感冒、腹泻，总想着往大医院跑。现在，我更习惯先到小区门口的社区卫生服务中心问问医生。”盐湖区南城街道居民刘琴说，在她所在的南城街道社区卫生服务中心，不仅有全科医生坐诊，还能进

行拍片、输液等。

对年轻人来说，通过医院的官方小程序或第三方平台进行在线问诊也是一大选择。“前不久，我产检时发现宝宝股骨长和肱骨长偏短。恰逢呼吸道疾病爆发期，为避免去医院交叉感染，我通过线上就诊，分别咨询了一位本地的大夫和一位北京的大夫，两位大夫的意见都是让我加强营养。我感觉线上就诊便捷、快速，特别适合孕产妇和老年人这样的特殊群体。”市民朱女士告诉记者。



▲盐湖区医疗集团的医护人员在安邑社区卫生服务中心接诊

3 就诊指南：这些技巧供您参考



▲市民在市中心医院就诊

通过近期走访调查，记者为您列出了一些就医技巧，供您参考。

选医院

对于比较明确的常见病或者慢性病，可

就近到社区卫生服务中心、乡镇卫生院或一、二级医院咨询、就医。对于病因尚不明确的患者，首次就医建议选择权威的综合性医院。

涉及如皮肤病、烧烫伤、胃肠类疾病，可选择口碑好、水平高的综合医院的专科或者某一专科医院就诊。

选医生

初次诊疗，可选择主治医师，进行检查，确定病因。多次就诊未明确病因，或者不见好转的，可考虑挂专家号。这时，不要盲目地“只看头衔、只看职位”。就诊前，请准备好所有诊疗资料(包括既往诊疗记录、化验检查报告单)。候诊时，可将上述资料按时间顺序整理好，这样可为忙碌的医生节省时间，以便将有限的时间都用在诊疗上。描述病情时，要简洁明了、突出重点，直截了当地回答医生的问题，避免绕弯子、含糊不清或滔滔不绝。此外，切忌隐瞒病史、谎报病史。

以优质医疗服务谱写新时代的“秦晋好合”

——临猗县三管镇卫生院陕北巡诊记



▲临猗县三管镇卫生院医护人员在陕西省宜川县牛家佃乡布里村巡诊

“程院长，我的身体好得很，痔疮再也没有复发过。没想到你们还惦记着我，跑这么远的路来看望我，太感谢了！”日前，在陕西省宜川县牛家佃乡布里村，曾经到山西省临猗县三管镇卫生院治疗痔疮病的村民范光兴拉着远道而来的该院院长程安平、主治医生郭培民说(如图)。

三管镇卫生院始建于1956年，占地面积2664平方米，先后荣获市级“先进集体”和国家级“群众满意的乡镇卫生院”等荣誉称号。近年来，该院从“治病为主”向“防治并重”转向，开设了中医和痔疮专科，走特色化、专业化之路，吸引了来自不少当地及周边的患者前来就诊。

2023年5月，国家卫健委下发了《改善就医感受，提升患者体验主题活动方案(2023~2025)》。程

安平就谋划着带领痔疮专科团队跨省进行一次“改善就医感受，提升患者体验”活动。

活动当天一大早，程安平就带着医护人员冒着凛冽的寒风，穿过吕梁山，来到约200公里外的宜川县，开始了一天紧张有序的巡诊。在曾经的患者强国栓家里，经过询问病情，当得知他近几天还有点大便出血时，郭培民立即决定采取中西医结合的疗法，给他实施穴位放血和中医拔罐，并叮嘱他15日内要戒烟限酒，少吃辛辣食品，多吃水果。

在宜川县城，前不久刚做了痔疮手术的陈春燕、杨玉霞两位女患者急忙把程安平和郭培民迎进家：“郭大夫，手术成功得很，我们没啥不舒服的。”“切记术后15天的饮食，辛辣油腻的食物不要吃，水果香蕉可以多吃点，谨防便秘。”“郭

大夫我俩回来后心意过不去，给你赶制了一面锦旗。”正说着，两名患者从房子里拿了一面写有“医术精湛秦晋，医德高尚暖人心”的锦旗。郭培民和同行的护士樊妮赶忙接过锦旗，合影留念。接着，他们又给几名预约的患者做了初步检查，约定了来临猗治疗的手术时间。

在返回的路上，郭培民深有感触地说：“陕北冬天天气寒冷，农民喜食牛羊肉，口味偏辛辣，这些都属于痔疮多发因素。因此，我们一定要在做好诊疗的同时，一定要多宣传引导，让患者注意合理膳食，荤素搭配，适当运动，养成良好的健康生活方式。”

“这次陕北巡诊，就是要擦亮三管镇卫生院‘痔疮专科’服务品牌，以优质医疗服务谱写新时代的‘秦晋好合’。”程安平说。

记者 王耀 通讯员 王革