

冬季气温低、天气干燥，儿童由于免疫系统发育不够成熟，容易受到病毒和细菌的侵袭。面对生病的孩子，家长容易慌乱，在就医时不能准确描述患儿的症状等有效信息。为了确保儿童安全高效就医，潍坊市人民医院的专家提供了一份儿童就医攻略，供家长们参考。



□潍坊日报社全媒体记者 王路欣 通讯员 王永萍 武翠萍

提前预约,避开就诊高峰

提前预约 提前了解医院布局、就医流程等。为避免长时间等待，建议提前了解所要就诊医院的预约方式，如微信小程序预约、公众号预约等。以潍坊市人民医院为例，市民可通过潍坊市人民医院官网、潍坊市人民医院微信公众号或拨打预约咨询电话963360提前预约。预约成功后，务必确认挂号信息，包括就诊时间、科室、医生姓名等，避免因信息错误而导致无法顺利就诊。

错峰就诊 不同科室、不同医生的门诊时间可能有所不同，而且有些时间段就诊人数较多，等待时间较长。因此，在预约时，尽量避开高峰期，选择相对空闲的时间段就诊，以减少等待时间，降低交叉感染的风险。

携带必要资料,就诊时准确描述病情

携带必要证件和病历资料 就诊时，请务必携带身份证等必要证件。将孩子过往的病历资料、检查报告等整理好，一并带到医院。这些资料有助于医生快速了解孩子的病情，作出更准确的诊断。

理清思路，准确叙述孩子病情 家长要保持良好的心态，就诊前理清思路，回答医生询问时尽量简练、准确、不夸张、不隐瞒。告诉医生带孩子看病的主要原因和病程等，如孩子的发病时间、体温变化、饮食情况、大小便情况等。家长要有记录的意识，这些内容可以用本子记录下来，防止遗忘。再就是向医生介绍孩子此次生病去过的医院和用药情况，提供孩子的疾病史和家族史、传染病接触史以及过敏情况。

穿着适宜 就诊时应着宽松易于穿脱的衣物，方便医生检查。有些检查需要空腹进行，如抽血、B超等，因此在就诊前，请仔细阅读检查单上的注意事项，并按要求做好准备。

安抚患儿情绪,做好个人防护

孩子一般都怕去医院看病，不配合父母和医生，导致很多检查无法顺利进行。首先，家长要保持冷静和镇定，让孩子感受到支持的力量。其次，家长带孩子去医院之前，可以告诉孩子去医院的目的地以及就诊流程，演示医生会如何检查身体等。再次，用温柔的语言和态度安抚孩子，可以带孩子平时喜欢的玩具或准备一些小礼物，减轻其恐惧心理，鼓励孩子配合检查和治疗。

需要提醒的是，家长平时不能拿去医院打针来吓唬孩子，将医院形容成恐怖的地方，孩子会加大对医院的恐惧。另外，要对孩子实话实说，告诉孩子打针时会出现疼痛，这是正常现象，忍一下就过去了，让孩子相信自己，勇敢面对。

就诊期间，家长和孩子做好防护措施，避免交叉感染。家长和孩子都应正确佩戴医用口罩，家长可以随身携带免洗手消毒液或酒精湿巾，就诊前后及触摸公共物品后请及时消毒双手。候诊时尽量与他人保持至少1米的距离，避免交叉感染。

注意后续护理与观察

家长要严格按照医嘱用药，不随意增减剂量或更换药物；回家后密切观察孩子的病情变化，如有进展趋势，应及时复诊或寻求紧急医疗帮助；保证孩子得到充足的休息，给予清淡易消化、富含营养的食物，促进孩子身体恢复。

孕期感染流感 这样治疗更有效

□潍坊日报社全媒体记者 王路欣

现在是流感高发季节，孕妇感染流感怎么办？能吃药吗？带着一系列问题，记者联系到了潍坊市妇幼保健院潍城院区产科主任医师吴宏。

如何判断是否患流感？

孕妇患流感的症状通常与一般人群相似，但可能更为严重。以下是一些常见的孕妇患流感的症状：

发热 孕妇患流感时常出现发热症状，体温可达到38℃以上，甚至更高，患者有乏力、头痛等症状。发热可能影响胎儿的健康，需要采取措施降温并及时就医。

咳嗽 流感病毒感染呼吸道后，有些孕妇会出现咳嗽症状，有时持续数天至数周。

肌肉、关节疼痛 流感病毒会引起全身肌肉和关节的酸痛感。疼痛或呈弥漫性分布，或局限于某些部位，如肩背、大腿等。肌肉、关节疼痛严重时会影响孕妇的活动能力。

呼吸困难 在极少数情况下，孕妇患流感会导致呼吸困难等状况，这通常是由于病毒感染引起的肺炎所致，需要立即就医。

其他非特异性症状 孕妇患流感时，有些出现咽痛、恶心、鼻充血等症状。这些症状与其他病毒性呼吸道疾病的表现相似，需要进行诊断性检测以准确区分。

流感病毒会不会影响胎儿？

虽然流感病毒经过胎盘传播的情况罕见，但孕妇感染流感病毒仍可能对胎儿产生不良影响。孕早期感染流感会增加先天性异常的发生风险，妊娠期流感还可能增加自然流产、早产、死胎、小于胎龄儿和低出生体重的发生风险。但孕妈妈们无需过度紧张，早期治疗是有益的，可以降低一定的风险。

孕期患流感应该怎么治疗？

与疑似或确诊甲型流感感染者（症状发作前1天至发热症状消退后24小时）密切接触后，建议预防性应用抗病毒药物。

在流感流行季节，孕产妇出现流感样症状，在排除其他病因后，应尽早开始抗流感病毒治疗，不必等待病毒检测结果。

在发病48小时内开始进行抗病毒治疗，可减少流感并发症、降低病死率、缩短住院时间。

发病时间超过48小时的重症患者依然可从抗病毒治疗中获益。

用药及方案（以下药物应在专业医师指导下使用）：奥司他韦：首选药物，75毫克，每日2次，口服，疗程为5天。重症病例剂量可加倍，疗程可延长。肾功能不全者需要根据肾功能调整剂量；对乙酰氨基酚：在高热的情况下，可以选用对乙酰氨基酚进行对症治疗，一次0.5克，可间隔4小时~6小时用药一次，但24小时内不得超过4次。

孕期如何有效预防流感？

孕妇应保持良好的卫生习惯，勤洗手，保持环境清洁和通风；均衡营养、多饮水、充足睡眠，适当保暖、避免着凉，增强体质和免疫力；尽量减少到人群密集场所活动，避免接触呼吸道感染患者。

吴宏建议，在流感季节，处于妊娠期或计划怀孕的女性，无禁忌者均可接种流感灭活疫苗；妊娠终止后可接种流感减毒活疫苗；对于密切接触疑似或确诊流感患者的孕产妇，推荐预防性应用抗病毒药物；在流感季节时可以使用奥司他韦预防流感，推荐口服剂量75毫克，每日1次，有数据显示连用6周安全有效，服药期间一直有预防作用。

吴宏提醒，孕妇是高危人群之一，预防流感非常重要，但无论采取何种预防措施，都需在医生指导下治疗，切不可自行购买药物口服，以免对胎儿造成不良影响。

带娃高效就医
收好这份攻略