無錫日報

2025年7月2日　星期三

主编 史春阳　编辑 杨洁丹
视觉 李湛盼　组版 吴　婷

健康 周刊

第310期

报业集团融媒体运营中心出品

“无锡名医团”微信公众号

健康头条

从“排长队”到“指尖办”

智慧提效+暖心服务 破解儿童看病挤难题

挂号排队久、等候时间长曾是儿童看病的普遍难题。聚焦患儿及家长的“急难愁盼”，近年来无锡市坚持以人民健康为中心，通过优化布局流程、注入数字动能、畅通住院渠道、提升人文关怀、打通支付堵点等系列“组合拳”，着力化解儿童就医的“堵点”“难点”，让便捷、舒适、智慧的医疗服务惠及更多家庭，跑出了儿童就医服务的“加速度”。

指尖预约破“长龙” 分时诊疗提质效

应用信息化手段优化就诊分流，我市在改善儿童就诊等候时间长问题上取得了不少进展。

无锡市儿童医院门诊大厅的变化最具说服力。以往寒暑假、周末期间人流较为密集的区域，如今已能实现更加高效地分流和运转。这得益于医院信息化建设的深度赋能。

“手机预约了今天上午10点到10点半的号，等了不到半小时就看上了，省心。”6月22日，带娃复诊的邹女士在市儿童医院体验顺畅。她通过“无锡市儿童医院”微信小程序签到后，候诊查询实时显示前方人数，焦虑感大大降低。市儿童医院门诊部主任徐锡凤介绍，医院早在2020年就开始推行分时段预约诊疗，号源分段时长精准至30分钟，将患儿有序分流至不同时段，有效稀释了就诊高峰压力。

同样感到便利的还有陈先生。他女儿发烧就诊时，通过“无锡市儿童医院”微信小程序提前自助开单“发热套餐”（血细胞分析+CRP+降钙素原），省去了挂号后排队开检查单、再排队检查的周折。此外，互联网医院的线上问诊、复诊续方等智慧服务，也缓解了患者排队奔波之苦。

为进一步提升儿童就医效率和体验，继市儿童医院2023年创新推出“AI预问诊”之后，惠山区人民医院也接续推进，在儿童诊疗中扩大应用该项服务。家属可在诊前为患儿输入基本诊疗信息与既往史，接诊医师可直接导入电子病历，缩短整体就诊流程。

医保线上“一键付” 移动互联通堵点

打通线上医保报销支付“最后一公里”，我市儿童就医缴费更便捷。

困扰患儿家长的医保缴费报销“最后一关”，今年在无锡市第八人民医院迎来革新。该院成功全线打通线上医保支付功能，家长动动手指即可便捷完成医保报销后的自付结算。

近日，陈女士带8岁女儿小美来市八院就诊时惊喜发现，通过医院微信小程序挂号，线上可直接医保统筹支付。挂号费医保统筹支付7元后，她利用“医保移动支付—亲情付”功能，为女儿直接支付统筹后的3元挂号费；家长开通医保家庭共济功能的，还可以直接从自己的医保卡个人账户中为孩子支付剩余费用。“没想到线上支付跟线下刷卡一样能报销。”陈女士赞叹。后续医生为小美检查开药，医保统筹支付后，个人账户再支付剩余部分，全程线上完成，便捷高效。

“这一变革显著提升了就医流畅度与满意度，让支付环节不再是离院前的‘堵点’。”市八院门诊部主任程运涛表示，2025年初医院全面实施线上移动支付，并率先对医保患儿实现在线医保亲情付。家长只需手机操作，即可轻松完成挂号、缴费。

信息化赋能，儿童就医服务流程“搬进手机”。据悉，市儿童医院微信小程序集成挂号、智能导诊、候诊查询、报告查询等全流程服务，通过模拟3D及透视技术进行智能化导航，直观、便捷地提供最优化的导航路线。

东亭人民医院组建微信“线上答疑小组”，骨干医生对检验报告即时解读答疑，家长只需扫描检验单专属二维码入群，即可实现“指尖一点，少跑一趟”。

机制创新保畅通 动态排班应需求

对于需要住院的危重患儿，及时获得床位至关重要。在江南大学附属医院儿科，一套高效的沟通与信息共享机制正在发挥作用。

“肺炎门诊输液无好转，需尽早住院。”“高烧40℃，粒细胞缺乏，CRP高，有床位速通知！”……近日，该院儿科门诊医生通过信息共享，实现患儿病情评估与床位资源即时互通。住院预约本上，密密麻麻记录着患儿住院预约信息。

江大附院儿科主任童晓表示，为落实“儿童就医更通畅”惠民实事，医院建立了门诊医生、护士、住院协调员紧密联动机制。依托这一机制，病区护理团队能迅速响应，精准评估病情紧急程度，动态调整床位分配优先级，并持续与家属沟通进展，实现门诊与病区无缝衔接，显著缩短危重患儿入院等待时间。一位重症肺炎患儿的母亲说：“医生很快告知有床位，并详细说明安排，悬着的心立刻放下了。”

为缓解就诊高峰时段的积压现象，最大限度减少患儿及家长的等候时间，江大附院儿科创新推行了精细化动态排班机制，灵活响应实时需求。据悉，在午间患儿集中时段，儿科安排部分医生弹性延长日班或增设连班；对于夜班安排，科室则依据当日实际就诊压力进行动态调整与适度延后启动，有效覆盖夜间就医需求。

为提升患儿就医体验，减少奔波之苦，锡山区中医医院对儿科诊疗区域布局进行再优化。通过集中整合儿科门诊、儿童中医特色治疗室、儿童雾化中心等资源，患儿在同一区域内即可完成全流程医疗服务，并提供咨询引导、流程讲解、情绪安抚等服务。

温情营造“暖心空间” 志愿服务润童心

引入志愿服务与细节优化，我市为儿童打造温暖就医环境。

在无锡市第二人民医院熙攘的门诊区，跃动的“志愿红”成为抚慰患儿及家长焦虑的温暖亮色。“仁心”志愿服务队的成员们耐心指引、协助操作、安抚哭闹、推送轮椅，用细致入微的行动填补了患者就诊流程中的“手足无措”。

美籍华裔“准医生”小钱就是其中一员。暑假回锡探亲时，她主动报名加入了市二院服务队。看到怀抱患儿急匆匆赶来的家长，她立刻上前：“阿姨别急，您抱孩子，我来带路。”谈及感受，小钱笑着说：“虽然辛苦，但看到家长眉头舒展，很值得。”

据市二院门诊部主任冯军介绍，该服务队于去年4月通过专业平台公开招募成立，凝聚了大量富有爱心的社会人士。他们活跃在预约、缴费、打印、引导等各环节，将社会温情注入医疗空间，让儿童就医之路多一份从容。

小事见真情，细节暖人心。江大附院面向住院肺炎患儿开展雾化吸入小课堂，编唱《雾化歌》缓解紧张情绪，引导患儿配合治疗。该院还联合江南大学设计学院围绕儿童健康原创设计《儿童成长健康手账》，以现代儿童喜闻乐见的插画形式，普及儿童健康知识，指导建立健康生活习惯。

在无锡市第九人民医院儿童输液区，传统输液椅凳统一更换为“床椅一体输液椅”，兼顾休息与治疗，并为患儿及家属提供盒饭服务，解决就医过程中的“用餐难”问题。

从市儿童医院的分时诊疗精准预约，到江大附院的危重患儿住院通道畅通；从市八院线上医保支付的便捷高效，到市二院“仁心志愿者”传递的融融暖意……无锡正以智慧医疗重塑儿童就医生态，让每个孩子看病更便捷、更温暖，进一步筑牢锡城儿童健康防线。　（葛惠）

■医 界

江南大学附属锡山医院（筹）签约揭牌

6月28日上午，江南大学、锡山区人民政府、锡山人民医院合作共建的江南大学附属锡山医院（筹）签约揭牌仪式在锡山人民医院举行。此次合作是校府院三方立足“健康中国”战略的重要实践，标志着无锡东部地区医疗教育协同发展迈出关键一步，将为区域医疗卫生事业注入强劲动能。

签约仪式上，“江南大学附属锡山医院（筹）”正式揭牌，江南大学、锡山区人民政府、锡山人民医院共同签署《临床教学基地筹建协议书》。作为锡山区医共体龙头医院，锡山人民医院历史悠久。医院始建于1950年，2024年成功晋升为三级乙等综合医院，目前拥有江苏省临床重点专科1个（骨科）、无锡市临床重点专科7个，已发展成为无锡东部地区重要的区域性医疗中心。

江南大学作为教育部直属、国家“211工程”重点建设高校和“双一流”建设高校，在大健康领域实力雄厚。在2024年中国医学院校科技量值（STEM）百强榜单中，江南大学医学学科位列全国第43名，五年总排名第40名，6家附属医院14个学科进入全国前100名。

此次合作，三方将整合高校科研资源、政府政策支持与医院临床优势，构建“医教研”一体化发展新模式，在学术研究、科研合作、医疗技术提升、人才培养和科研成果转化等方面展开深度合作。具体而言，将锚定一流标准夯实发展根基，依托江南大学学科优势与专家团队，在重点专科建设等方面实现突破，加速三级甲等综合医院创建，打造无锡东部医教研一体化区域医疗中心；聚焦惠民实效彰显责任担当，建立联合培养机制，为医院及全区医疗体系培养输送人才，形成人才培育良性循环；深化校地协同打造示范标杆，以临床需求为导向推动产学研医融合，促进实验室成果向临床转化，提升诊疗效率，打造医教研一体化发展典范。　（杨洁丹）

■医 技

每天跳绳几千下，几个月后不得不拄拐行走

减肥需警惕运动损伤

随着气温攀升，夏季减肥热潮来临，但盲目运动可能带来健康隐患。近日，无锡市中心康复医院康复治疗门诊接诊了一位特殊患者——体重基数较大的吴先生。他在短短几个月内通过高强度跳绳减重30多斤，如今却因双膝关节剧烈疼痛，不得不依靠拐杖行走。经核磁共振检查显示，他的双膝关节出现髌韧带止点处胫骨结节撕脱性骨折，还伴随胫骨结节炎及膝关节积液等多重损伤。

“一开始只是酸胀，后来疼得连路都走不了。”吴先生回忆道，为了快速减肥，他每天坚持跳绳数千个，没想到在体重下降的同时，膝关节已不堪重负。康复治疗科主管治疗师郑泽指出，跳绳虽是高效的燃脂运动，但持续跳跃会对膝关节产生较大压力，同时反复拉扯髌韧带，很容易让运动基础薄弱、体重较大的人群出现关节劳损，吴先生的遭遇便是盲目追求运动强度的典型教训。

针对吴先生的复杂伤情，康复治疗团队迅速制定了个性化康复方案：通过超短波、超声波及低频脉冲电疗改善局部症状、减轻疼痛；利用贴扎技术稳定游离的小骨片，分担疼痛处的拉力，促进恢复；指导吴先生使用双拐，以最大程度恢复移动能力；同时开展下肢肌力训练，减轻因下肢功能受限导致的肌肉萎缩，促进功能恢复。经过6周系统的门诊康复治疗，吴先生双膝疼痛完全消失，现已能正常步行。

郑泽特别提醒，无论是减肥还是健身，都需注意运动方式和强度。并非所有运动都适合所有人，运动强度也需因人而异。运动前一定要充分了解自身身体状况，包括力量、柔韧性、协调性、心肺耐力等，综合评估后再选择合适的运动项目，且运动强度的增加务必循序渐进，切不可因自我感觉良好就盲目加大强度。

“没有最好的运动，只有最适合的运动。”郑泽呼吁公众树立科学健身理念，避免陷入“求快心切”的运动误区。随着夏季减肥旺季到来，无锡市中心康复医院也将持续为市民提供从预防咨询到康复治疗的全周期健康保障。　（杨洁丹）

大别山老王 孢子油.粉

孢子油主要吃油。配料表是产品内容“身份证”。货比三家不吃亏！

配料表明确 含20%孢子油 三萜21.6克：6瓶600粒2500元，15瓶6000元。

配料表明确 含35%孢子油 三萜22克：7瓶700粒4500元，14瓶8500元。

配料表明确 含100%孢子油 三萜25克：6瓶600粒15000元，13瓶30000元。

椴木孢子粉：1000元/斤，买3送1。

买正宗大别山灵芝 找大别山老王

自产自销老牌老店：崇宁路17号4楼 广告

电话：82700029（大别山老王）