

关注健康热点，传递养生观念，聚焦疾病防治

热线 86901890



@各位参保人，快来领取医保电子凭证啦 一码在手，医保无忧

首批启动的10家医药机构已可以使用，以后将全面覆盖

本报讯（记者朱丹君 通讯员颜雪）不知道你有没有过这样的经历：去药店买药时，发现医保卡没带；一大早去医院挂号，眼看轮到自己时，却发现医保卡忘了。以后，这种糟心的事情不会再有了。

近日，记者从市医保局了解到，我市正在全面推广医保电子凭证，首批启动的10家医药机构已可以使用，后续将全面覆盖我市联网结算定点医药机构。这标志着参保人将拥有一人一码的电子医保。以后看病、买药无需再带卡，一部手机就可以操作了，可以说一码在手，医保无忧。

医保电子凭证是医疗保障业务线上应用的唯一身份凭证，具有全国通用、方便快捷、应用丰富、安全可靠的特点，各级医保部门、定点医药机构将全面依托医保电子凭证开展身份认证、业务办理、就医登记、线上支付等各项医保业务。

如何申领？在温岭市参保的参保人可通过支付宝、金融机构APP（中国工商银行、中国农业银行、中国银行、中国建设银行、中国邮政储蓄银行），搜索“医保电子凭证”，根据指引完成身份验证后，申领并激活医保电子凭证。

记者了解到，目前支付宝上不支持家属代领，家属需要下载国家医疗服务平台APP绑定后并代领。另外，需要提醒的是，为了保障电子医保的安全，请先设置电子凭证使用密码，以及密码之后，点击确认即可。

医保电子凭证如何使用？在支持医保电子凭证应用的医疗机构挂号缴费、自助机处或者药店，参保人员通过展示医保电子凭证二维码，可替代实体卡读卡，实现挂号、就诊、购药等操作，全国都是通用的，十分便捷、安全。

市医保局工作人员提醒，有些市民在使用医保电子凭证后发现，医药费没有通过医保报销，而是自费，这可能是这家医疗机构或药店未被纳入医保结算，或结算的药品、服务或耗材不在医保目录范围内，或者虽在医保目录范围内但相关适应症不符、相关费用在医保起付线范围内等原因所导致。

预防慢阻肺，从扔掉烟头做起

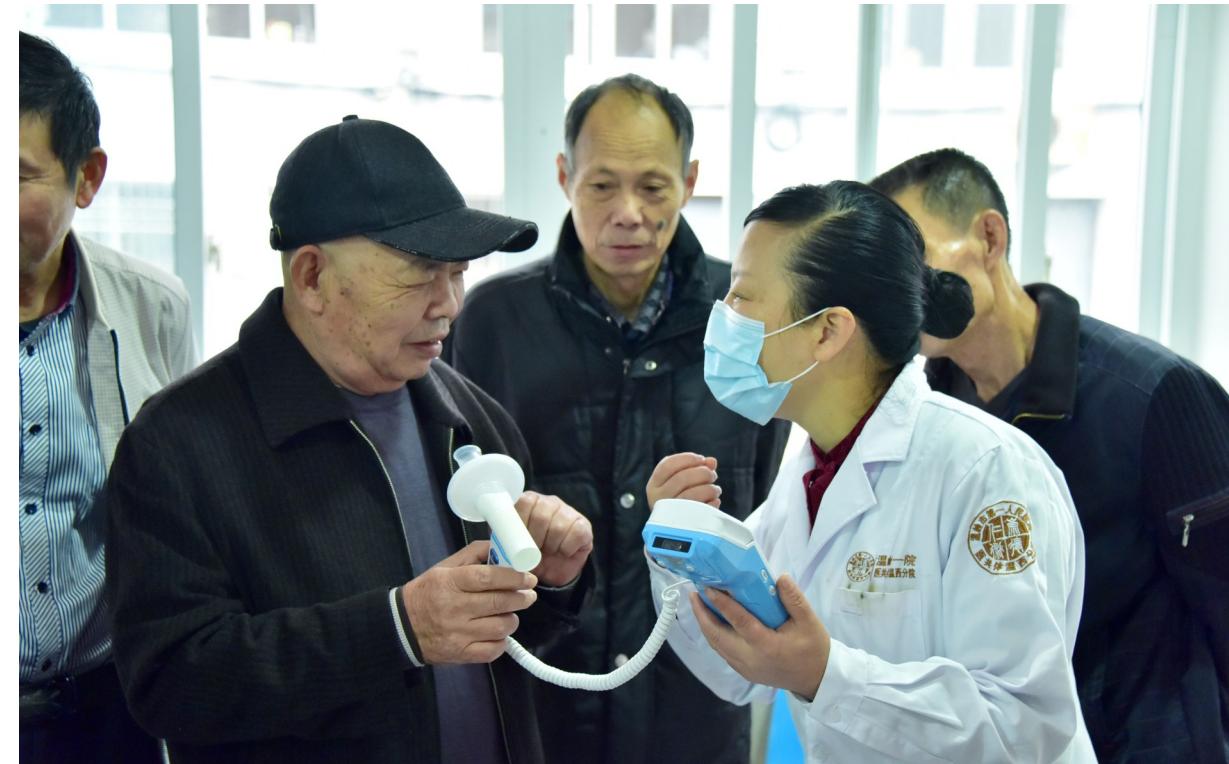
本报讯（记者朱丹君 通讯员林桉然文/图）11月18日是第19个世界慢阻肺日，主题为“改善慢阻肺生活，无论何人与何地”。为深入宣传普及慢阻肺相关疾病知识，提高市民自我保健能力和意识，市医学会呼吸病学组联合温岭市呼吸系统慢性病医防中心，于11月24日在太平街道北山村老人协会开展义诊暨健康宣传活动。

当天上午9时，参加义诊的群众早已自觉地排好队，接受量血压、测血糖、肺功能测试等服务。来自市一院、市中医院、台州市肿瘤医院、台州市中西医结合医院、温西中心卫生院等十余位呼吸内科专家组成的义诊服务队，为群众进行了体检，并为患者提供了合理的诊疗建议，指导患者定期检测肺功能。

另外，医务人员还为群众开展拔罐等体验。针对35岁及以上人群，医务人员还开展慢阻肺筛查问卷，并发放《慢阻肺疾病管理手册》等宣传资料，进一步加强对慢阻肺这种疾病的认。

活动中，市一院呼吸内科林伟医师及市中医院专科护士开展健康教育，向大家介绍慢阻肺的发生发展、治疗与防护知识，针对慢阻肺诊治及预防所关心的问题进行了耐心解答。现场还设有吸入治疗展示台，为气雾剂吸入的患者进行现场操作演示与指导。

秋冬季节，正是慢阻肺、哮喘等呼吸疾病的高发季。市医学会呼吸



病学组组长、市一院呼吸内科主任医师邵海燕介绍，慢阻肺是一种持续气流受限特征的疾病。其主要症状为慢性咳嗽、咳痰、气短或呼吸困难、喘息和胸闷，还会有体重下降、食欲减退等全身症状。

慢阻肺的高危人群，包括40岁以上长期吸烟者、长期接触（或暴露）职业粉尘者等。其中40岁以上人群，慢阻肺的发病率为13.7%。更可怕的是，很多慢阻肺患者患病而不自知。邵海燕表示，有些老人肺功能很差，有明显气短、胸闷等症状，但是老人不重视，如果长期不干涉、不治疗，会导致呼吸越来越困难。

邵海燕强调，患者要戒烟，平时预防感冒，可通过运动来提高患者全身耐力，改善心脏功能。目前，慢阻肺已经纳入我市特殊病种的范畴，患者可以凭医生开的诊断报告，到医院一站式服务中心办理特殊病种业务。

慢阻肺病因主要是吸烟，邵海燕强调，患者要戒烟，平时预防感冒，可通过运动来提高患者全身耐力，改善心脏功能。目前，慢阻肺已经纳入我市特殊病种的范畴，患者可以凭医生开的诊断报告，到医院一站式服务中心办理特殊病种业务。

病毒来袭，全国多地幼儿园学校已中招 打败小怪兽，这些防治知识学起来

本报记者 朱丹君

如果你家孩子吃啥吐啥，还拉个没完，那你就小心了，可能是招惹了诺如病毒。近期，广西、辽宁、福建多地幼儿园、学校出现学生腹泻停课的现象，罪魁祸首便是诺如病毒。

温岭的情况如何？记者从市疾控中心了解到，冬季是诺如病毒的高发季节。每年我市都有一些学校或幼儿园的学生感染诺如病毒，导致部分班级被迫停课。

市疾控中心提醒，诺如病毒可防可控，市民无需恐慌。

冬季呕吐病，传染性极强

我家孩子无缘无故突然出现呕吐，吐了十几次，吃什么吐什么，连胆汁都吐出来了。这是诺如病毒感染最常见的主诉。诺如病毒是一种能引起急性胃肠炎的病毒。该病起病突然，全年均可发生，秋冬季较多，所以又被称为“冬季呕吐病”。

一般成人感染诺如病毒，腹泻症状突出，儿童感染诺如病毒，呕吐症状更为突出。除了恶心呕吐，还伴有腹泻、低热、头痛、肚子痛、肌肉酸痛等症状。

据市疾控中心专家介绍，诺如病毒体外环境可存活一周，且只需吞咽极少量（十来个病毒）就可能感染，所以该病毒传染性极强。诺如病毒的主要传播途径为粪口传播。所谓粪口传

播，是指由于患者消化道存在可致病病原体，带有病原体的粪便或呕吐物排出体外时产生的气溶胶，被周围的人摄入；或者患者粪便、呕吐物污染了食物和水源；或者接触了被污染的环境而间接污染了食物，或者通过被污染的手或其他媒介（如水源、蔬菜等）通过易感者消化道进入体内，造成感染的过程。

无特效药、无疫苗，属于自限性疾病

诺如病毒属于自限性疾病，虽然起病急，但多数2~3天症状即可缓解。诺如病毒无特效药，也没有疫苗。抗生素也没用，因为抗生素是抗细菌的，对病毒无用。

治疗上对症治疗，也就是说，出现什么症状，治疗什么症状。呕吐要预防脱水、发烧可以吃退烧药、腹泻可在医生指导下

服用止泻药（比如蒙脱石散）。如果孩子出现尿液减少、口干舌燥、精神状态差等症状，或者病情超过3天，应及时就医处理。

如果不严重，家长可以在家护理，注意给孩子补充大量液体，防止孩子脱水和电解质失衡。可以直接购买补液盐，为孩子口服补液盐。另外，如果孩子呕吐严重，可以暂时不吃固体食物，但一定要补充液体。另外，需要注意的是，患儿未痊愈前不要再去校园，并告知老师，提醒老师进行校园消毒，以免病毒传播开来。

近期，市疾控中心将持续强化疾病监测，督促学校、养老院等单位落实诺如病毒防控措施，保持环境卫生、饮食卫生，对缺勤缺课学生登记报告，一旦发现同一个班级有多名学生发生腹泻、呕吐等症状，应立即向教育主管部门、卫生部门报告，防止感染扩散。

勤洗手、多通风、做好隔离是预防的关键

如何预防诺如病毒？市疾控中心工作人员表示，规范的洗手是预防诺如病毒和其他传染病的有效预防措施，所以饭前、便后、玩耍后一定要用肥皂或洗手液和流动的水给孩子洗手，并且保证洗手全过程不少于40秒。

第二，要加强孩子的餐具、生活用具的清洁与消毒。在饮食上，除了不要给孩子吃生冷食物，更不要喝生水。尤其是海产品，一定要做熟后再给孩子吃，毕竟烧熟煮透才是预防食源性疾病的关键。

第三，假如孩子患上了诺如病毒，要立即隔离休息，而且需要避免与其他人共同进食、共用餐具以及洗漱用品。患儿的呕吐物和排泄物、污染的用具也要及时进行消毒处理。等到孩子症状完全消失后，最好再隔离3天后再去上学。

大咖来会诊

12月，又有一大拨大咖来了

本报讯（记者朱丹君）想获得省城医生的治疗意见甚至亲自操刀手术，无奈挂不上号，怎么办？别急，每月都会有一大拨医学大咖来温岭。有需要的市民，可提前一个星期预约。

市一院

12月6日，邵逸夫医院泌尿外科副主任、丁国庆主任医师，将到特需门诊坐诊、查房、手术。

12月6日，浙一医院泌尿外科俞建军主任医师，将到特需门诊坐诊、查房、手术。

12月6日，浙一医院内分泌科张哲主任医师，将到特需门诊坐诊、查房、讲课。

12月9日下午，邵逸夫医院肾内科主任、血管通路中心主任，李华主任医师，将到特需门诊坐诊。

12月10日，邵逸夫医院心血管内科朱军慧主任医师，将到特需门诊坐诊、手术。

12月18日，邵逸夫医院普外科副主任、胃癌中心副主任，朱玲华主任医师，将到特需门诊坐诊、查房、手术。

12月20日，上海交通大学医学院附属第九人民医院眼科林明主任医师，将到特需门诊坐诊、查房、手术。

市中医院

上工治未病，膏方护健康。市中医院第十七届膏方节11月5日启幕！膏方节期间，邀请上海中医药大学附属龙华医院、曙光医院方泓、徐莲薇、姜之炎、周时高、王中奇、杨金祖、张晓天、李孝刚、曲丽芳、朱戎、阮广欣、沈莲莉等膏方专家和本院省地市名中医，为市民量身定制膏方。

上海中医药大学附属龙华医院肾病科沈莲莉副主任医师长期在院坐诊，专家门诊时间：每周二全天（市中医院门诊五楼名医馆）、每周三全天（市中医院南屏院区二楼）。

上海中医药大学附属龙华医院肿瘤科阮广欣副主任医师长期在院坐诊，专家门诊时间：每周一、周三全天（市中医院五楼名医馆）。

12月5日至6日上午，浙江省人民医院耳鼻咽喉科苏立众主任医师，将来院开展门诊及手术。

12月12日，浙江大学医学院附属妇产科医院妇科胡东晓主任医师，将来院开展门诊及手术。

台州市中西医结合医院

寒风未起，膏方先热。10月29日，台州市中西医结合医院举办2020年膏方节开幕式。膏方节将从10月29日一直持续到2021年1月20日。

12月12日，浙江省中医院康复科毛雅君副主任医师、康复治疗师宋彩平、肠胃科陈贵平主任医师、呼吸内科江立斌副主任医师、妇产科张丽副主任中医师、消化内科徐毅副主任医师、神经内科建峰副主任医师，将来院坐诊。

浙江省肿瘤医院台州院区（台州市肿瘤医院）

作为浙江省肿瘤医院台州院区，浙江省肿瘤医院医疗团队将长期在该院开展查房、手术。每月两次还会下派科级别主任来该院开设门诊与手术。

周三上午，妇瘤科朱滔主任医师在门诊坐诊。

周二全天，胸部肿瘤外科赵强主任医师在门诊坐诊。

周四全天，结直肠肿瘤外科付志璇副主任医师在门诊坐诊。

周二上午、周三全天，头颈肿瘤外科赵明副主任医师在门诊坐诊。

周二上午、周三上午，乳腺肿瘤外科俞星飞副主任医师在门诊坐诊。

周二全天，肿瘤内科黄平副主任医师在门诊坐诊。

周一上午、周三全天，肿瘤介入科郭立文副主任医师在门诊坐诊。

12月2日，浙江省肿瘤医院介入科陈玉堂主任医师来院开展会诊、手术。

同时，医院神经外科与北京天坛医院、上海华山医院、浙二医院、邵逸夫医院、台州医院建立良好合作，将不定期来院开展会诊、手术。恩泽医疗集团骨科洪正华名医工作室团队每周六上午来院坐诊、手术。