

我们去医院看病,首先要做的事情就是挂号,但看着医院门诊电子屏幕上那么多科室,精神科VS神经科、心外科VS心内科……这些科室太相似了,该挂哪一个?

看病挂什么科,你都知道吗?

这些科室太相似,该挂哪个?

现在医院的科室越分越细,让不少患者搞不清自己到底该挂哪个科。跑错科室、挂错号的情况不少。下面科室看起来相似,实际上治疗的疾病有些不同。

精神科VS神经科

这些情况挂神经内科:头痛、头晕、肢体麻木、肢体无力、肢体抖动、抽搐、癫痫、肌肉萎缩等初次就诊患者;如果神经内科医生建议转诊到神经外科手术治疗,再挂神经外科的号。

这些情况挂神经外科:明确诊断脑瘤、脊髓瘤、脑脊髓外伤等需要手术治疗的疾病。

这些情况挂心理科(精神科):心情不好、情绪低落、食欲减退、想不开、工作能力下降、记忆力减退、疲惫、心烦、心慌手抖、脾气急、更年期、产后抑郁等症状;暴躁易怒、冲动行为、人际关系处理不好、人格改变;暴饮暴食、食欲减退、厌食等进食障碍等。

心外科VS心内科

这些情况挂心内科:自觉胸痛、胸闷、心悸、气短等症状时,建议心内科就诊,进行心脏相关检查,如心电图、心脏彩超、胸片等。根据不同情况,可能还需要24小时动态心电图,或平板运动试验。

这些情况挂心外科:一般来说,应先就诊心内科,如需手术,再到心外科就诊。

肾内科VS泌尿外科

这些情况挂肾内科:尿泡沫增多,需要除外蛋白尿;已有尿常规结果,如发现蛋白尿、血尿;有水肿,双侧颜面、眼睑、下肢水肿,特别是水肿合并蛋白尿、高血压等;女性患者出现尿急、尿频、尿痛;血液生化检查发现血肌酐升高、肾小球滤

过率降低;有糖尿病、高血压病史的患者出现血尿、蛋白尿、水肿、血肌酐升高;超声提示有双肾多囊肾等,应到肾内科就诊。

这些情况挂泌尿外科:老年男性出现尿频、排尿困难、排尿等待等情况;无任何不适症状,但出现鲜红尿液,特别是出现血凝块时;有尿意,但排尿困难;男性尿急、尿频、尿痛、排尿困难;超声、CT等提示有肾占位疾病、肾积水、肾脏或输尿管结石等。

胸外科VS乳腺外科

这些情况挂胸外科:胸腔内器官疾病。

这些情况挂乳腺科:乳腺肿瘤、急慢性乳腺炎、乳腺增生、副乳、乳头畸形、男性乳腺发育、前胸壁及腋

窝的某些疾病应到乳腺科就诊。

感染科VS传染科

这些情况挂感染科:呼吸系统感染患者,如上呼吸道感染、各类肺炎等;消化系统感染,如感染性腹泻、胆道感染、肝脓肿等;泌尿生殖系统、盆腔组织器官感染,如感染性尿道炎、膀胱炎、肾盂肾炎等;皮肤软组织感染及骨髓、骨关节感染等。

这些情况挂传染科:传染科属于感染科的一个小分支。例如:肺结核、病毒性肝炎、麻疹、水痘、流行性腮腺炎、猩红热、流脑、乙脑、流行性出血热、伤寒、痢疾、疟疾、流感、禽流感、登革热、梅毒、淋病、艾滋病等传染病。

看病时如何准确告诉医生病情?

见到医生后该怎么说?该说些什么?该怎么诉说病情呢?以下几点可供参考:

1. 在进诊室之前先想一想怎么说

有人一见到医生,就会不自觉地紧张起来。也因年龄的关系,记忆力下降。就诊前,可以提前做一些准备,比如先自己想好一会儿要说什么,还可将有关病情写成小纸条,供医生参考。

2. 先说自己最难受的症状或部位

一般来说,患者大多有这样或那样的症状,或有较多临床疾病,甚至有10多种疾病,但一次就诊最好只解决1~2个问题,不要企图将有问题都作为重点。一般先选最急的或最重的症状与疾病先治,较轻的、慢性的病状先放一放。

3. 不要自我诊断和过于夸大病情

最好不要跟医生说一些自我诊断的话语,比如“我应该是得了冠心病”“我得了肺炎”“我得了不治之症”等,说出症状、发病经过、持续时间等,让医生来判断与分析。

据健康时报



冬天,不是穿得越多越暖和

冬天你还在里三层外三层把自己裹成球?快快脱掉,这篇文章告诉你羽绒服的保暖原理和冬日最佳保暖穿搭。

羽绒服里穿薄一点才暖和

在日常生活中,我们能感受到穿在身上的羽绒服虽然很厚,但却很轻,这正是其中蓬松的羽绒层的功劳。

羽绒服的保暖性能主要来自其填充物——羽绒。它们能够捕捉空气,形成一道静止的“空气墙”,减缓体热散失。可以说,羽绒服的保暖效果很大程度上取决于其内部空气层的厚度。

由于羽绒独特的球状结构及每朵羽绒上成千上万根绒小枝,这些小枝跟空气结合在一起形成结合体,提高了导热系数,能有效阻止热量传导,保暖效果较好。

但是大家普遍存在一个误区:衣服穿得越多越厚,就越暖和。

其实不然,尤其是羽绒服里穿薄一点才会更暖和。这是因为羽绒服内穿得太

厚,会压缩羽绒层,减少内部空气量。当衣服层数超过某个值后,层与层之间的空气存量反而会随着衣服层数的增加而减少,降低隔热效果。

因此,冬天我们可以穿得稍微宽松一些,在内层制造额外的空气层,就可以获得更好的保暖效果!

“三明治”穿衣法学起来

冬天,只穿三件,也能达到保暖效果。哪怕是零下十几二十度,这么穿也不会冷,这就是“三明治”穿衣法的神奇之处。

1. 内层(贴身层)

功能:吸湿排汗,保持身体干爽。

建议:选择纯棉或吸湿排汗的运动面料,避免人体新陈代谢产生的湿气在衣物内积攒,影响外层的蓬松度,降低保温性

能。

2. 中层(保暖层)

功能:提供保暖,同时保持透气。

建议:羊毛、羽绒或抓绒材质再制造空气层,选择稍微宽松一些的款式,方便活动。

3. 外层(防护层)

功能:防风防水,保护内层不受外界影响。

建议:选择防风防水的外套,如羽绒服、棉服、羊绒大衣、环保皮革、冲锋衣等,同时也要考虑透气性。

但是,在湿冷地区,如长江中下游地带,由于湿度较高,寒冷的感觉会更加明显,应根据实际体感情况判断穿衣厚度、种类和件数。

文章来源微信公众号数字北京科学中心

