

## 40岁王先生突发皮疹久未确诊，转诊至全科门诊后查出食管肿瘤， 舟山医院全科医学科主任朱建军—— 看病不知挂啥科，可以先来全科门诊看看

□记者 姚舜好

多数患者会根据不适发生的位置挂对应科室，也有患者摸不准该挂哪个科室，就会先挂个内科。很多人不了解的是，医院里还有一个全科医学科，能诊断的范围比内科更广。40岁的市民王先生因不明原因的皮疹在多家医院皮肤科就诊，最后在舟山医院全科门诊做了胃镜后发现，皮疹的起因竟是食管有一个小肿瘤。

舟山医院全科医学科主任朱建军介绍，“舟山医院全科门诊于去年5月起开展未分化疾病门诊，患者临床表现不典型、检查结果不明确的，都可以来全科门诊就诊。”



### 病因未明，可挂全科门诊

朱建军说，接诊过程中，很多患者都是在别的科室就诊未果，查不出症状起因的，被建议来全科门诊检查。

很多人认为，全科医生啥都懂点，但啥都不精，那么实际情况如何？

“全科医生的具体能力可能比不上专科医生，但知识广度要比一般专科医生广得多，且可能在某个领域有专长。”朱建军说，比如全科医生懂外科知识，但受限于实操经验和设备，做不了大的外科手术，只能做基本的清创缝合。遇上小问题，全科医生能帮着解决，但遇到解决不了的问题，就会将患者转诊至具体的专科学室，“也就是说，全科具备精确分诊的功能。”

目前，舟山医院的全科门诊已经开展了未分化疾病诊治，去年全年收治患者中三分之一以上是以未分化疾病形式住院。所谓未分化疾病，是指处于疾病的任一阶段，基于临床表现和检查结果尚不能做出明确诊断的一类疾病或病症。如患者出现不明病因的乏力、消瘦、水肿、头昏等症状，医院就诊后检查结果不明确的，可以到全科门诊就诊。

“患者拿到体检报告，发现某个指标异常，又查不出什么具体毛病的，也可以试着到全科门诊看看。”朱建军说，自己曾接诊过一位八旬男性患者，患者体检后发现一项癌症指标很高，做了胸部CT、B超都没找到病灶。“他也没有严重的症状，就是人没力气，胃口不好。”曾在消化科工作多年的，朱建军怀疑老人的病灶可能位于消化器官，“后来我给他做了胃肠镜检查，在肠内很深处发现了几个不典型的盘状隆起。”经过病理会诊后，老人最终被确诊患了较为罕见的神经内分泌癌，后续治疗得以“对症下药”。

“因为食管瘤的副癌综合征引发

皮疹的王先生，术后皮疹痊愈，但开始腹痛。”朱建军反复判断后怀疑是手术导致的肠道粘连，与外科会诊后确定了手术方向，最后发现患者肠内确实存在严重的粘连，“后来通过切除和松解，患者的腹痛问题得到了解决。”

### 提供饮食、心理等方面健康指导

除了能为患者解决就诊时容易“盲人摸象”的问题，全科医学科也是全科医学人才的规范化培训基地。如社区医生多为全科医生，他们需要从规培基地获取证书后才能上岗。

全科医生的培养是一个漫长的过程。“我们需要终身学习，为了保持知识的广度，全科医生经常需要在各科室轮转学习。”朱建军表示，“皮肤科、五官科、外科、内科等都要轮转，还要去社区的儿童保健科、妇女保健科等科室。短则几周，长则数月，就是靠不断的学习保证知识结构的广度。”

因为学得多而广，全科医生也能为患者提供各种指导，进社区做宣教的很多都是全科医生。“再比如国内哪家医院治皮肤病最厉害，哪家医院的心外科最好，这些内容全科医生都比较了解，专科医生一般只了解自己专业相关的信息。”朱建军说。

其他科室进行病例讨论时，全科医生也经常参与会诊中，有时能考虑到专科医生考虑不到的可能性。

全科医学科还能对个人和家庭提供持续和全面的保健服务，诊疗对象不分男女老少，不分器官和系统，不分健康与否。诊疗过程中除了疾病诊治，还能提供预防、康复、保健、心理疏导等服务。

基于科室特性，舟山医院全科医学科联合临床营养科开展了体重管理门诊，为有体重管理需求的患者提供健康指导或医疗支持。“治未病也是全科门诊的一个重要职能。比起治病，我们更推崇让人少生病。”朱建军说。

### “站着说话不腰疼”是真的

市中医院脊柱病科主任周成洪：伏案久坐，要预防职业健康风险

□记者 高阳 通讯员 石冰沁

近日，岛城一名24岁女子腰疼到坐也不行、站也不行，行走也受限，到市中医院一查，被确诊为腰椎间盘突出症，且严重到需要动手术。

“现在这些‘老年病’患者越来越年轻化了。”

市中医院脊柱病科主任周成洪无奈道，现在年轻人，特别是“白领”因久坐、伏案工作，颈椎病、肩周炎和腰背痛等问题越来越常见。“这部分职业人群日常应加强健康保护，预防相关疾病。”



### 年仅24岁腰椎动手术 医生：久坐需伸展缓解

近期，周成洪做了一台特别的腰椎间盘突出症手术，患者年仅24岁。据悉，近几年，患者柯某饱受腰痛的煎熬，一开始以为休息一下就好了，一直未予重视，也未到医院进行检查。2年前，她的腰腿痛加重，到医院检查后发现腰4/5椎间盘突出较为严重。尽管医生叮嘱她要端正坐姿，不能久坐，但由于工作强度高，她上班时至少有5个小时坐着办公，腰腿疼痛越来越严重。前阵子，腰椎间盘突出问题已经严重影响她的日常生活和工作，疼到无法行走。柯某这才意识到问题的严重性，无奈之下选择了手术。

周成洪告诉记者，一般来说，针对年轻人，医生不建议过

早接受腰椎等脊柱相关的置换或介入手术，“毕竟做完手术也有使用期限，时间一久，再次产生磨损或变形，再次接受手术的话，不仅要吃苦头，手术风险也大。”但近几年，腰椎间盘突出问题越来越多的出现在年轻人身上，且症状越来越严重。

“老话说‘站着说话不腰疼’是很有道理的。人体在坐着时，身体的重心压在腰部，时间一久，腰部受力过度，就容易疼痛，而站着时，人体的重心分散在双腿，腰部受力较少，因而能缓解疼痛。”周成洪建议，伏案久坐的需要注意保持正确坐姿，工作1小时可以休息5~10分钟，站起来活动活动腰部，缓解一下肌肉紧张。

### 头痛两月是因为颈椎出问题 医生：“低头族”需抬头望望天

除了腰椎间盘突出问题，在年轻人中颈椎问题也日益突出。周成洪表示，上月，他接诊了一名20多岁的女患者，症状是头痛厉害，已痛了两个多月。其间，她先后到精神科、耳鼻喉科、内科、外科等进行检查，验血、CT检查等做了一堆，都没查出问题，她一度怀疑自己得了罕见绝症，整天提心吊胆。最后，她在朋友建议下到脊柱病科就诊，才检查出来是颈椎反曲引发头痛。

“颈椎本身是有曲度的，从侧面看是一个浅浅的小C。”周成洪告诉记者，由于年轻人长时间

低头玩手机、伏案用电脑，颈椎长期处于反向弯曲的状态，久而久之，颈椎曲度变直甚至反曲。

“颈椎反曲要根治比较困难，只能通过针灸、推拿等中医手段并辅以日常保养慢慢进行改善。”周成洪介绍，“低头族”可时不时抬头望望天；玩手机时，可以把手机举高，与眼睛齐平；对着电脑工作时，可以将电脑垫高，也保持眼睛平视电脑。“这些姿势可以预防颈椎曲度变化。”

周成洪还建议，年轻人可以通过羽毛球、篮球、游泳等运动，改善颈椎曲度过直和颈椎反曲症状。