

“网上江滨医院”又升级了

孙卉 古瑾

身体小毛病想线上咨询?长期吃的药想续方?不出家门想请护士上门护理?定期去医院复查想“走捷径”?这些要求“网上江滨医院”全能满足。随着医保脱卡支付开通,目前,拥有80余万注册用户的“网上江滨医院”线上服务又升级了。

升级版“网上江滨医院”新变化

1. 缴费更方便

打通了互联网诊疗的医保支付通道,线上问诊、检查检验开单、开药均可通过医保移动支付实时进行医保结算。

用手机在家完成预约挂号、缴费,到医院直接找医生看病,看完病去药房拿药的路上顺手就把费用交了,到药房直接取药,可以不用去窗口排队或自助机缴费,一部手机就能让你看病快人一步。

复诊患者不出家门,可直接线上就诊,线上开药和缴费(医保线上支付),快递送药到家。复诊还可开具检验检查单,患者手机缴费后可直接来院检查。当日线下就诊患者,如检验检查报告出来后,可不用来院,在线上复诊。

2. 药品更多样

线上续方药品的种类增多,线上线下药品品种同步,以前在网上不能开的药品,现在也能开了,覆盖所有的慢性疾病,更大范围满足患者复诊开药的需求。

3. 送药更省时

线上续方、完成缴费后,邮政快递送药到家。同城订单上午下单,当日送达,特殊情况可以加急派送。患者也可以选择药房自取的方式。

如何在线复诊和送药到家

为了方便患者使用,“网上江滨医院”APP的功能应用已同步迁移至微信小程序,直接打开手机微信,搜索“江苏大学附属医院”微信小程序,点击“线上复诊”-选择相关科室-预约号源-确认预约信息-选择支付方式-确认支付,完成支付后等待医生接诊,完成复诊点击“门诊缴费”-确认药品信息-选择“支付方式”及药品提取方式,支付药品费用。若选择送货上门需自付运费(运费到付),付款后可在处方信息查看物流状态。

温馨提示

1. 线上复诊的科室有哪些?

目前线上复诊的科室有:消化科、心血管内科、神经内科、呼吸与危重症医学科、内分泌代谢科、全科医学科、老年病专科、甲乳外科、皮肤科、方便门诊(仅限慢病患者)。

2. 可以提前多长时间预约?

每天早上08:00开始可预约14日内的号源,预约患者请于当日就诊前手机取号。

3. 线上就医适合哪些人群?

慢性病等需常规服药者;慢性病等需定期复查者;线下门诊检查检验报告出具后需医师解读、后续预约检查检验和开具处方者。

患者网上就诊有任何问题,可以点击“江苏大学附属医院”微信小程序首页“咨询客服”。

孕晚期必做功课,你会做吗?

助力顺产分娩,预防侧切撕裂



孙卉 古瑾

越来越多的孕妈妈都想要顺产,但是想到顺产要侧切,又会很恐惧。孕妈妈们想轻松顺产无侧切,临时抱佛脚可不行。那么,如何才能不侧切呢?甚至将伤害降到最低?

在这里,江大附院的医护人员给孕妈妈们介绍一种有效预防侧切、降低会阴撕裂的方法——会阴按摩。

一、什么是会阴按摩

会阴按摩是一种温和的、手动拉伸盆底的预防性操作技术,能够为胎儿经阴道顺利娩出做好准备。

通过会阴按摩,可以促进会阴部血液循环,增加会阴部肌肉的弹性和力量,从而有助于减轻分娩时的疼痛、不适、裂伤风险。此外,还可以减少严重会阴裂伤的发生,以及由此带来的产后会阴持续性疼痛、母乳喂养率降低、性交痛、大小便失禁等近远期并发症。

二、会阴按摩怎么做

准备工作——

1. 请认真咨询你的医生并查找相关的学习资料,会阴按摩如果过于用力会对会阴造成伤害。

2. 按摩前热水浴10分钟左右,有助于帮助放松身体、松弛会阴附近的肌肉。

会阴按摩方法——

1. 按摩前请务必修剪指甲。因为阴道内部和会阴周围的组织非常敏感,修剪指甲可以避免指甲过长划伤黏膜组织或产生其他不适。

2. 用洗手液充分清洗双手两遍。手上可能会有很多致病菌,仔细洗手可以避免阴道组织被感染。

3. 在家中关闭门窗,放点轻松的音乐,半躺在床上或沙发上,头部及上身垫高,在大腿中间选择合适的位置放置一面小镜子,便于帮助各位孕妈妈们能清楚看到自己的会阴,在按摩过程中请务必放松。

4. 使用润滑剂。用水溶性润滑剂润滑拇指和会阴组织,推荐使用维生素E油、杏仁油或橄榄油。

5. 将双手拇指或双食指深入阴道内约5cm处,往肛门和阴道壁两侧向下施力,保持在此处约1分钟,会有轻微的灼热感或延伸感。在此过程中请保持均匀的呼吸,并放松全身肌肉。

6. 轻轻按摩阴道下半部,

以“U”型运动来回,在按摩期间请放松肌肉,持续2-3分钟。

重复以上两个动作,保证整个按摩过程持续10分钟左右。按摩结束后,应及时淋浴清洗润滑剂。每周按摩3-4次,至少持续3周。

三、温馨提示

1. 按摩从孕34周开始(产前期前约6周)。

2. 无论使用哪只手指,只要方便。

3. 按摩不可用力过大。

4. 不要按压尿道口方向,以免损伤尿道。

5. 初产妇效果更好。

6. 妊娠合并先兆早产、阴道炎症治疗期、前置胎盘、胎儿窘迫、胎膜早破等疾病者,不建议进行会阴按摩。

7. 一般不会出现规律而强烈宫缩(除非宝宝自己想出来)、破膜(阴道有水流)、感染等不良反应。一旦出现上述情况及不适,立即停止操作,并及时来医院就诊。

也有一些孕妈妈虽然看了科普,但仍觉得会阴按摩实施起来有点难度。江大附院“互联网+护理”也开展有“孕晚期会阴按摩”项目,34周的孕妈妈们可预约起来。