

另一位在英国留学的学生告诉记者，他因为肚子痛，担心阑尾炎，去公立医院就诊。检查后被诊断为肾结石，但手术要等2个月以后。这位留学生后来回国手术，从回国到康复后返校，一共花了2个月。

多数欧美发达国家会为留学生和持工作签证的外国人提供基本医疗保险，有了基本医疗保险到公立医院就医是全免费的。这些国家的公立医院为居民提供托底的医疗服务，对于不是很急的病症，一般都会存在检查、手术排队时间长的问题，手术等几个月是常见的现象。如果想要享受快速、优质的医疗服务，需要患者购买商业保险，有了商业保险就可以到对应的私立医院就医。

石岩介绍，在美国，常见的商业保险有两种：HMO（Health Maintenance Organization）和PPO（Preferred Provider Organization），它们在医生选择、看病流程、费用和灵活性等方面有明显的区别。如果选择HMO，那么将有一名初级保健医生为你服务，你只能在指定的HMO网络内的医院就诊；如果需要转诊，必须得到初级保健医生的转诊证明。HMO的保费比PPO低，病人自付费比例也较低。

如果选择PPO，投保人可以选择医生和医院，无需事先选定初级保健医生，也不需要转

诊才能看专科医生。如果到PPO网络以外的机构就诊，费用会更高，但保险计划仍然会部分覆盖这些费用。PPO的保费、自付费用和共付额通常比HMO要高。

欧美国家公立医院看病排队难以避免，但一位生活在英国、持工作签证的中国人介绍，儿童

到当地公立医院看病接诊很快，检查、开药等流程都不需要等待很长时间，而且医护人员服务态度都非常好，堪称“儿童友好”。

从上面这些信息可见，中国人到海外就医，的确存在一定的“门槛”，提前了解相关信息、做好准备，尤为必要。✎

家庭出游，一人生病是否需要改变行程？

当家庭旅行中有人生病时，是否需要调整行程，取决于疾病的严重程度、患者的恢复情况以及当地医疗资源。以下是几个关键考虑因素：

① 轻症（如轻微感冒、轻度腹泻）

- 若患者症状较轻，可在酒店休息1-2天，减少户外活动，同时保证充足水分和营养。
- 其他家庭成员可选择调整行程，安排低强度活动，如室内景点、附近公园，避免过度劳累。
- 确保患者随时能联系到家人，并携带必要的药品或医疗设备。

② 中等症状（如高烧、严重腹泻、明显呼吸不适）

- 适当调整行程，减少长途移动，优先让患者在酒店或医疗机构接受治疗。
- 考虑缩短行程，或安排其他家庭成员继续旅行，而陪护人员留在当地照顾患者。
- 如果病情有恶化趋势，尽早就医，避免拖延加重病情。

③ 重症（如持续高烧、呼吸困难、严重脱水或意识模糊）

- 立即就医，并根据医生建议决定是否需要取消或提前结束行程。
- 若患者需住院治疗，应联系旅行保险公司，确认是否可安排紧急回国或更高级别的医疗转运。
- 家庭成员应全力配合医疗安排，并考虑分工：一人照顾患者，其他人照看儿童或处理行程变更事宜。

决定调整行程的原则

- 患者是否能安全旅行：如果高烧未退、腹泻严重或需医疗观察，最好暂缓行程，避免病情加重。
- 旅行条件是否适合：如行程涉及高强度活动、长时间交通（如长途飞行、高海拔地区），建议推迟或取消。
- 家庭整体感受：若家人对旅途失去兴趣、情绪受影响，强行继续可能带来更多不适，适当调整或回国可能是更好的选择。

来源：微信公众号“华山感染”王新宇 制图：刘绮黎