

织密医疗保障网

——我国基本医保制度不断完善

□ 新华社记者 彭韵佳 徐鹏航

医保,关系着每个人的切身利益,是民生保障中的重要一环。以解除全体人民的疾病医疗后顾之忧为根本目的,“十四五”以来,我国医保提质扩面广覆盖,进一步减轻人民群众疾病医疗负担,守好“看病钱”“救命钱”。

全民参保进入新阶段

国家医保局局长章轲介绍,“十四五”期间,全国基本医保参保率稳定在95%左右。2021年至2024年,累计近200亿人次享受医保报销。

“居民医保是我送给孩子的第一份礼物!”山东济南刘女士产后住院时,便线上为孩子办好了医保。

新生儿凭出生证明就可以参保,参保后即可享受待遇;进一步放开放宽参保户籍限制;创新建立参保缴费激励约束机制……我国全民参保进入新阶段。

——扩大生育保险覆盖面。截至2025年6月,有2.53亿人参加生育保险,基金累计支出4383亿元,享受待遇9614.32万人次。

“目前,全国有近六成统筹地区将生育津贴直接发放给参保女职工。”章轲说,我们将加快新生儿护理、分娩镇痛等价格项目立

项,促进儿科、产科优化服务,积极推动目录内生育医疗费用全报销。

——完善大病保险、医疗救助制度。“十四五”时期各项医保帮扶政策累计惠及农村低收入人口就医达到6.73亿人次,减轻费用负担超过6500亿元。

全额资助特困人员和孤儿参保,定额资助最低生活保障对象参保……确保困难群众应参尽参、应保尽保的医疗保障网正不断织密织牢。

国家医保局副局长黄华波介绍,将继续落实基本医保参保长效机制,并推进职工医保个人账户共济,进一步巩固和扩大参保覆盖面。

待遇保障拓展新内涵

为了破解职工个人账户“资金沉睡”困局,国家医保局推出了“医保钱包”功能:打破地域限制,参保人可以将医保个人账户资金划转给配偶、父母、子女等近亲属,为其支付医药费用。

跨省共济,只是医保待遇保障“扩容”的一个缩影。全面建立职工医保门诊共济保障机制、开通并优化居民普通门诊报销待遇、全国31个省份和新疆生产建设兵团均已将辅助生殖纳入医保报销……更多医保政策正为老百姓带来实惠。

今年6月,一堂关于生活护理细节的培训课在杭州职业技术学院护理专业实训教室内开展。这是浙江省长期照护师的首期培训。

“长期护理保险试点范围已扩大至49个城市,目前正在持续扩大范围,参保群众近1.9亿人。”国家医保局副局长李滔介绍,将继续会同有关部门加快建立适应我国基本国情、制度逐步覆盖全民、政策规范统一的长期护理保险制度,妥善解决失能人员长期照护问题。

待遇保障的拓展,不仅要为老百姓提供托底保障,也要让老百姓获得高性价比的医疗服务。

全国医保定点医药机构达到110万家、10批药品集采覆盖435种药品、连续多年开展医保药品目录调整,目录内药品总数达3159种……多项举措进一步减轻了人民群众疾病医疗负担,提供更加便利的医疗服务。

医保服务不断升级

“以前看病得带卡、排队、复印材料,现在刷个脸就行!”在宁夏银川市兴庆区通贵乡卫生院,刚报销完的李大爷对“刷脸就医”连连点赞。

全国统一的医保信息平台系统响应时间实现毫秒级,全国跨省联网定点医药机构

达64.4万家,基本医保关系转移接续、生育保险待遇核定与支付等8项高频事项实现“跨省通办”……聚焦群众医保领域急难愁盼,大数据、人工智能等技术正让医保便民服务更加可触可及。

在赋能医保服务的同时,数据化、智能化也让欺诈骗保等违法违规行为更加无处遁形。

据介绍,我国医保基金监管体系已全面建立,已累计追回医保基金超1000亿元。

“今年以来,飞行检查实现了所有统筹地区、各类医保基金使用主体全覆盖。”黄华波说,同时,我们深入治理医保“回流药”历史顽疾,开展应用追溯码打击欺诈骗保和违法违规行为专项行动。

医保,一头连着社会民生,一头连着医药产业。

“‘十四五’以来,医保基金累计支出12.13万亿元。”章轲说,12.13万亿元既为人民群众看病就医报销提供资金保障,也为医药行业发展、医药技术进步、产业转型升级提供支持。

章轲表示,国家医保局将持续管好、用好医保基金,在守护全体人民生命健康的同时,也为包括医药产业在内的各相关产业发展持续注入强劲动力,在更高水平上助力健康中国建设。

新华社北京8月24日电

“一次挂号管三天” 雁江便民政策获好评

本报讯(叶紫林)“前几天我就挂了号,今天是过来复诊,也不用重复挂号了,很方便也节约了挂号费。”近日,在雁江区人民医院呼吸与危重症医学科内,患者崔秀清复诊完准备输液时说。

过去,复诊患者常面临重复挂号、重复缴费等困扰。如今,随着“一次挂号管三天”就医政策的实施,这一困扰得到了有效解决。

“一次挂号管三天”就医政策,是指患者因同一疾病就诊,若当日因检验、检查无法完成或获取报告,可在三日内(含就诊当日)携带结果到同一院区、同一科室复诊,无须再次挂号缴费。该项便民医疗服务政策自2024年2月开始在雁江区实施。

在雁江区人民医院和雁江区妇幼保健院,复诊患者首诊后三日内返回,不仅无需再次支付诊查费,更可享受“复诊便捷通道”的优先服务。医院通过分时段精准预约与专属通道,将复诊患者平均候诊时间压缩至15分钟以内。

便捷的背后,是智慧医疗系统的强力支撑。当首诊医师在诊间轻点鼠标,勾选患者复诊需求,“诊间快捷通道”随即开启——系统自动锁定未来两日对应号源,为患者铺就复诊之路。医生工作站的屏幕也悄然升级,HIS系统弹出“复诊患者提醒窗口”,首诊记录与电子预约单即刻呈现眼前。

“政策实施后,复诊患者有专门的优先号段,叫号更有序,避免了插队纠纷,医患沟通也更顺畅了。”雁江区人民医院医疗美容科医师唐春莉深有感触。

据统计,该惠民政策在雁江实施以来,已累计惠及群众11726人次,减免诊查费55390元,有效提高了医疗资源的利用效率,减轻了患者的就医负担。

第九个残疾预防日 宣传聚焦预防伤害致残

新华社北京8月24日电(记者 魏冠宇)8月25日是全国第九个残疾预防日。今年残疾预防日宣传教育活动主题为“预防伤害致残,共创健康生活”。

中国疾病预防控制中心慢病中心伤害防控室主任段蕾蕾介绍,包括跌倒、溺水、烧烫伤、中毒等伤害,是威胁公众健康的重要公共卫生问题。

为做好宣传教育活动,中国残联、中央网信办等11部门日前联合印发通知,要求各地各部门广泛宣传伤害致残防控法律法规政策,交通事故、工伤、噪声、儿童伤害、老年跌倒等致残的危害性,安全防护、避险、逃生、急救等专业知识,教育引导公众增强安全意识。

以工伤和职业病为例,工作场所常见的致残风险有物理性、化学性、生物性、不良工效学、社会心理学等5类。

“这些致残风险,有的具有突发性,有的具有长期潜伏性,一旦造成器官损伤、功能障碍以及对医疗与日常生活护理的依赖,就会发生发展成为残疾。”国家卫生健康委职业安全卫生研究中心主任樊晶光说,通过根本上消除或控制、早期发现并采取干预措施、采取积极治疗和康复措施,可有效防控相关风险。

此外,各地将以宣传教育活动为契机,进一步加快《国家残疾预防行动计划(2021—2025年)》中提出的残疾预防知识普及、出生缺陷和发育障碍致残防控、疾病致残防控、伤害致残防控、康复服务促进等五大行动实施,确保各项任务目标如期实现。

第六届“药博会” 聚焦传承创新和开放共享

新华社兰州8月24日电(记者 王朋 刘克英)第六届中国(甘肃)中医药产业博览会24日在甘肃省定西市陇西县开幕。本届“药博会”聚焦中医药传承创新和开放共享,来自国内中医药领域专家、企业代表以及韩国、泰国等国家外宾共计1000余人参加。

甘肃是全国中药材主产区,也是全国中医药资源大省。2025年甘肃全省中药材种植面积550万亩;全省中药材资源3626种,全国363个重点品种中甘肃有276种。

记者在“药博会”开幕式上获悉,甘肃中医药国际合作持续深化,企业海外注册的中药产品超过1500个,中药材远销15个国家和地区,甘肃还在12个国家建立16个岐黄中医中心或岐黄中医学院,“敦煌医学科”还于去年在泰国揭牌。

泰国公共卫生部传统与替代医学司副司长德宛·塔尼拉说,泰国重视中医药发展,采取了制定相关安全法规与医疗标准、开设中医课程、在公立和私立医院设立中医诊室等一系列举措,泰中两国传统医学领域的系统互学、紧密交流与知识共享,必将助力传统医学的创新,更好地服务两国人民。

据悉,本届“药博会”由中国中药协会、国家中药材标准化与质量评估创新联盟等组织和企业联合主办,还将举办专题论坛、展览展示、投资考察、大健康体验等一系列活动。

新研究提示孕期慎用 止痛退烧药对乙酰氨基酚

新华社洛杉矶8月23日电 对乙酰氨基酚是一种常用的止痛退烧药,且通常被认为在孕期使用相对安全。然而美国一项新研究显示,孕妇使用对乙酰氨基酚可能增加其子女患孤独症和多动症的风险。专家建议准妈妈们在遵医嘱谨慎使用该药。

美国芒特西奈伊坎医学院等机构的研究人员近日在英国《生物医学中心·环境卫生》杂志上发表论文说,他们分析了46项研究,涉及多个国家超过10万名孕妇的数据,结果发现,妊娠期使用对乙酰氨基酚与儿童出现孤独症谱系障碍、注意缺陷多动障碍等神经发育障碍的风险增加存在关联。

论文说,对乙酰氨基酚可穿越胎盘屏障,可能引发氧化应激,干扰激素平衡并引起干扰胎儿大脑发育的表现遗传变化,这可能是该药物与神经发育障碍关联的生物学机制。

研究人员指出,尽管尚未证实对乙酰氨基酚会直接导致神经发育障碍,但新发现强化了二者存在关联的证据,并引发了对当前临床实践的担忧。建议孕妇在医疗监督下谨慎使用对乙酰氨基酚并限制用药时长。医学界也需加强研究,为孕妇探寻更安全的治疗方案。

研究人员同时警告,正在服用对乙酰氨基酚的孕妇也不应在未咨询医师的情况下擅自停药,因为未经治疗的疼痛或发热同样可能危害胎儿健康。

处暑时节如何应对“秋老虎”?

——国家卫生健康委回应热点问题

□ 新华社记者 彭韵佳

离离暑云散,袅袅凉风起。

8月23日迎来二十四节气中的处暑。这个时节,如何应对“秋老虎”?如何科学开展户外活动?国家卫生健康委以“时令节气与健康”为主题举行新闻发布会,邀请多位权威专家解答热点问题。

从容应对“秋老虎”

处暑,代表暑气由此而去。整体来看,天气逐渐转凉,但不少地方仍存在短期高温回热现象,这就是俗称的“秋老虎”。

中国中医科学院西苑医院主任医师许云说,此时“秋冻”有助于提高自身免疫力,增加耐寒能力,可以遵循“该捂捂、该冻冻”的原则,保护好肩部、腹部、腰部等关键部位。

许云介绍,肩部是肺经循行的重要部

位,尽量穿一些能够遮住肩部的衣物;腰腹是阳气之根所在,随着外寒逐渐加重,体内阳气逐渐衰减,要注意腰腹部保暖。

对于抵抗力较弱的老人、儿童、孕产妇及慢性病患者,不能简单追求“秋冻”,要注意早晚适当加衣。

进入处暑后,秋乏更加常见。许云提示既要科学进补,也可以用穴位按摩提神醒脑。

“在11点至13点的时段,睡个约20分钟的子午觉,可以缓解大脑疲劳,改善困乏。”许云说,成年人可以揉一揉手腕的大渊、神门两个穴位;孩子们可以揉搓耳根、按揉三角窝与提拉耳朵尖、按揉耳垂。

提前适应开学季

处暑时节,开学季即将到来。很多家长关心要注意哪些传染病、如何做好个人防护。

“托幼机构和学校是儿童青少年聚集的场所,容易出现传染病流行。”山东

省疾控中心主任医师张丽说,开学后学生要重点提防三类传染病:呼吸道疾病,如流感、麻疹、风疹、水痘、百日咳、肺结核等;肠道传染病,如手足口病、诺如病毒和轮状病毒引起的病毒性腹泻等;虫媒传染病,如登革热、基孔肯雅热等。

对此,家长要更加关注孩子健康状况,如出现发热、咳嗽、乏力、腹泻等症状时,应居家观察休息,必要时及时就医,同时教育孩子勤洗手、注意居家卫生,及时全程接种相关疫苗。

首都医科大学附属北京儿童医院主任医师崔永华提示,临近开学,一些孩子容易出现心理不适应的表现,家长可以帮助孩子调节抑郁情绪。

“我们可以通过情绪卡片、绘画、角色扮演或写心情日记等方式,教孩子识别和接纳自己的情绪,并学会表达情绪。”崔永华说,开学前,家长应该至少提前一周帮助孩子按照学校作息规律调整生物钟,每天保证40分钟左右的户外活动时间,提前找回学习状态。

户外活动“正当时”

四时俱可喜,最好新秋时。随着天气逐渐变得凉爽,丰富多样的户外活动成为不少人的休闲选择。专家提示,户外运动要注意防范运动损伤的发生,尤其是骑自行车、跑马拉松等项目。

“骑行之前,大家可以做身体平衡拉伸,骑行之后做腰背、下肢拉伸,保护身体,避免产生疲劳。”国家体育总局运动医学研究所主任医师厉彦虎说。

近年来,越来越多的人开始跑马拉松。厉彦虎说,马拉松是一项极限运动,只适合少数训练有素的人参与,建议热爱马拉松的公众循序渐进开展训练,逐渐提升身体肌肉功能、神经协调能力、极限耐受能力等。

专家建议,青少年应长期有规律地参加体育锻炼,每天进行不少于2小时的户外运动,提高身体素质。

据新华社

安度“夏秋之交” 处暑养生重在清热润燥

新华社北京8月23日电(记者 田晓航 唐紫宸)23日迎来秋季的第二个节气处暑。中医专家介绍,这一时期“余热未清”“燥气初生”,养生防病重在平衡“清热”与“润燥”,固护肺脾,为秋冬健康打下基础。

中国中医科学院西苑医院风湿病科副主任医师董菲介绍,处暑处于夏秋之交,通常随着几场秋雨的到来,气温会逐渐降低,昼夜温差加大,气候由暑湿转为凉燥;若暑湿余邪未尽,天气闷热易导致人体出汗过多、津液受损,消耗心肺之气,随着秋燥到来,人体进一步出现

口干或皮肤干燥、乏力、气短等症状;燥邪还会暗耗肺阴,表现为干咳少痰、咽喉干痒、皮肤粗糙等症状。

“处暑是养生的‘关键窗口’。”董菲说,这一时期饮食应注意少辛增酸、润燥健脾,可选择银耳、百合、梨、莲藕、荸荠、甘蔗等食物,缓解干咳、皮肤干燥;

适当多吃山药、小米、南瓜、芡实、薏苡仁等健脾益胃食物;减少辛辣烧烤、油腻厚味及生冷寒凉食物摄入,以防助热伤津或损伤脾胃阳气;不宜过早“贴秋膘”,需待气候完全转凉后再逐步增加温补食物。

专家建议,处暑后顺应“阳气渐收”

的自然规律调整作息,晚上10点前入睡,早晨6至7点起床;注意防寒保暖,特别是护住头、腹、足等关键部位;运动遵循“动静结合,不过度耗阳”的原则,可选择太极拳、八段锦、散步等低强度、有氧运动;主动调节情志,保持心态平和。

处暑时节,人们还可利用中医外治方法应对常见健康问题。宁夏医科大学中医学教授郭斌说,每日按揉足三里穴3至5分钟,可帮助健脾胃、化湿浊、强体质;睡前按揉涌泉穴一百次,可缓解秋燥引起的口干咽燥、心烦失眠;用艾叶、藿香、佩兰、苍术等药材泡澡或泡脚,有助于发散余邪,祛湿解乏。

年龄相关性听力损失早干预 或有助预防痴呆症

新华社北京8月24日电(记者 李雯)年龄相关性听力损失是痴呆症的一个已知风险因素,《美国医学会杂志·神经病学卷》近日刊载的一项研究显示,对其进行早期干预可能会降低因此患痴呆症的风险。

听力损失会额外增加脑力劳动,长期努力地倾听可能会消耗大脑的思考能力。听力损失会导致人们在面对社交时有退缩情绪,感觉孤独和抑郁,而孤独和抑郁都与痴呆症风险增加有关。

美国得克萨斯大学卫生科学中心、哈佛大学医学院等机构的研究人员分析了一项研究的数据,近3000名60岁以上没有痴呆症的志愿者于20世纪70年代末和

90年代中期接受了听力测试,其中听力损失者为1128人。在接下来的20年间,这些志愿者继续接受追踪调查。

研究人员发现,在听力测试时年龄小于70岁且存在听力损失的志愿者中,佩戴助听器的人比没有佩戴助听器的人日后患痴呆症的风险低61%。与70岁以下存在听力损失但未经治疗的人相比,同年龄段没有听力损失的人患痴呆症的风险要低29%。此外,对于70岁以后再使用助听器的听力损失者来说,痴呆症的预防效果似乎不大。

研究人员表示,这项研究强调了对听力损失状况进行早期干预的重要性,这可能有助预防痴呆症。

新华社北京8月25日电 美国俄勒冈卫生科学大学的研究人员发现,养成规律的睡眠习惯有助于心力衰竭患者的康复。

该校研究人员近日在《美国心脏病学会杂志:进展》杂志上发表论文说,对于从心力衰竭症状中恢复的患者来说,保持规律的睡眠时间尤为重要,因为中度不规律睡眠会使患者在六个月内发生再次急诊就医、住院甚至死亡等临床事件的风险增加一倍。

研究人员招募了32名在2022年9月至2023年10月间曾因急性失代偿性心力衰竭在俄勒冈卫生科学大学医院等医疗中心住院的患者。出院后根据他们的睡眠模式,被分为规律睡眠者或中度不规律睡眠者。

研究发现,出院后有21名参与者在六

研究: 睡眠规律有助于心力衰竭患者康复

个月内发生了一次临床事件,其中13人被归类为中度不规律睡眠者,8人被归类为规律睡眠者。从统计学上看,中度不规律睡眠者发生临床事件的风险是规律睡眠者的两倍多,即使考虑到睡眠障碍和其他潜在疾病等可能的干扰因素,中度不规律睡眠者发生临床事件的风险仍然更高。

研究人员表示,当人们入睡并处于休息状态时,血压和心率会较白天水平降低,但睡眠时间的变化可能会扰乱参与心血管系统调节的机制,不规律的睡眠可能会导致不良后果。因此,对于心力衰竭的患者来说,改善睡眠规律性可能是一种低成本的治疗方法,可以降低临床事件发生的风险。