

“党建红”与“医保蓝”的暖心交响

——安阳绘就医保便民惠民新图景侧记

□本报记者 许美美 通讯员 葛欣

在古都安阳，一场关乎百万人切身福祉的深刻变革正以两种鲜明的色彩悄然推进。“党建红”与“医保蓝”，前者是引领方向的旗帜，后者是服务民生的底色。安阳市社会医疗保险中心（以下简称“医保中心”）将两者深度融合，谱写了一曲从“便捷化”到“暖心化”服务升级的“交响乐章”，让千年古都在民生温度中焕发新的时代光彩。

红色引擎如何驱动服务升级？

“您好，这里是党员示范岗，请问有什么可以帮您？”11月14日，在医保中心服务大厅，这句问候已成为最温暖的开场白。胸前佩戴的党员徽章，对于这里的工作人员而言，不仅是身份的标识，更是一份沉甸甸的承诺。

“我们创建‘红色医保·暖心服务’品牌，绝不是一个空洞的口号。”医保中心党支部书记单如意在接受采访时，道出了背后的逻辑，“它的核心，是让每一位党员都成为服务的标杆，让党组织成为攻坚克难的堡垒。”

为此，医保中心设置了党员示范岗，推行首问负责、咨询解答、热情服务等“五个到位”服务。“我们的医保窗口服务，不是简单受理就完事，而是真正沉下心来工作，全程跟到底。”市民之家医保中心窗口人员向记者分享了一个故事：参保职工陈

女士委托家人到市民之家医保中心窗口为其办理医保退休手续。其家属对办理养老和医保退休手续均不了解，材料也不齐全，窗口工作人员陈音和杨小方耐心帮助其厘清思路，详细告知办理流程。在了解到群众从外地赶来，时间紧迫后，工作人员急群众所急，想群众所想，对其缺少的退休审批表，立即与社区联办窗口工作人员沟通协调，从养老系统调取资料并帮忙打印，最终在医保及社保工作人员的帮助下，顺利办理了医保退休手续。“当收到群众送来的锦旗，我们更加坚信，服务的终点，不在办事窗口，而在群众心里。”

流程革命如何跑出“安阳速度”？

效率，是衡量公共服务水平的一把硬标尺。安阳医保的“速度”，源自一场刀刃向内的“流程革命”。

医保中心通过流程再造实现了业务办理效率的显著提升。针对高频业务，工作人员全面梳理优化业务流程，删减冗余环节，大幅压缩办理时限，大部分业务实现即时办结。以住院费用手工报销为例，法定办理时限为30个工作日，经优化后压缩至7个工作日，大幅缩短了群众等待时间。

对于市民张先生而言，这种“速度”有着真切的体会。刚为人父的他，在医院“出生一件事”联办窗口，一次性为孩子办

妥了出生医学证明、户口登记、医保参保和社保卡申领。“以前听说要跑四五个部门，没有一周时间办不下来，现在一个窗口、一次就成，非常方便。”

与此同时，异地就医的“高速路”也在不断拓宽。参保群众可通过国家医保服务平台APP、国务院客户端、河南医保小程序、豫事办APP等多渠道备案，实现就医费用报销的“线上办”“掌上办”，极大方便了办事群众，2025年上半年市本级异地就医联网直接结算率超93%，真正让“异乡”变“故乡”，百姓异乡更有“医靠”。

智慧手段如何破解民生痛点？

技术赋能，是安阳医保实现跨越式发展的关键一跃。其目标，是让数据多跑路，让群众“少跑”甚至“不跑路”。

在安阳市人民医院，记者遇到了前来复诊的七旬老人李大爷。他走到结算终端前，面对屏幕，短短两秒钟就完成了身份验证和医保支付。“忘了带卡也没事，这张老脸就是‘通行证’。”李大爷幽默地说。

这背后，是安阳医保大力普及的“刷脸付”和医保电子凭证。截至目前，全市已在1324家定点医药机构部署终端2322台，累计支付超932万笔。信息部门负责人告诉记者，通过党员技术骨干的带头攻坚，全市3106家村卫生室已全部安全接入省医保信息平台，“这意味着，即使在最偏远的乡村，村民也能像城里人一样，在

家门口直接刷卡结算。”

多元共治如何织密基金“安全网”？

医保基金是群众的“救命钱”，其安全至关重要。守护这份安全，需要智慧，更需要担当。

安阳全力推进的“三结算”改革，从机制上优化了基金流转：对医疗机构建立即时结算绩效考核机制，将医保结算清单质控率、医保码结算率等核心指标纳入考核内容，考核结果直接挂钩结算模式，倒逼医疗机构规范诊疗行为、优化服务质量；制定医保、医疗、医药三方对账及结算业务流程，进一步规范结算拨付工作时限，优化药品采购结算环节，实行直接结算，提升结算服务效能，缩短药品配送企业回款周期；设立“一站式”服务窗口，实现“安惠保”同基本医保、大病保险的联网同步结算，让群众“零跑腿、零等待、零垫资”。这套组合拳，不仅提升了效率，更从源头上压缩了违规操作的空间，为医保基金织密了“安全网”。

从烦琐到简约，从被动到主动，从“卡时代”到“脸时代”……安阳医保的嬗变，其内核正是“党建红”与“医保蓝”的深度融合。在这里，党建不是悬浮的口号，而是化为党员示范岗上的一抹微笑，是流程再造中的一次次攻坚，是技术赋能里的一行行代码，汇聚成一座城市最动人的民生底色。

搭建学习交流平台 丰富老年体育生活

我市老年人匹克球教练员、裁判员培训班开班



培训现场(郑婕妤 摄)

本报讯（记者 张武杰 通讯员 郑婕妤）为加强安阳市匹克球项目教练员、裁判员队伍建设，推动匹克球运动的普及、提高、发展，带动更多老年人加入健身活动中，11月19日，2025年安阳市老年人匹克球教练员、裁判员培训班在市民健身馆开班。

此次培训班由安阳市文化广电体育旅游局、安阳市老年人体育协会主办，安阳市体育发展服务中心承办，特邀匹克球国家级教练员石东炬授课。来自全市各县(市、区)的20余名学员将通过理论与实践相结合的学习方式接受培训。

匹克球集羽毛球之灵动、乒乓球的精巧、网球的稳健于一体，规则简单、门槛不高、强度适中，既锻炼手眼协调，又能增进选手情谊，堪称老年人强身健体、丰富生活的“黄金运动”。

此次培训为全市老年人匹克球爱好者搭建了交流学习平台，是安阳市老年人体育协会落实“健康老龄化”理念、回应老年朋友多元化健身需求的具体行动，也是推广普及匹克球运动、丰富老年体育生活的重要举措，为安阳老年体育事业持续发展注入新活力。

推广科学健身理念 展现积极向上风貌

汤阴县持杖健走队开展纳新活动

本报讯（记者 张武杰 通讯员 朱利萌）11月16日，汤阴县持杖健走队在汤河国家湿地公园开展纳新活动，11名新队员加入健走队。

汤阴县持杖健走队作为该县全民健身活动中一支充满活力的骨干队伍，近年来，积极开展全民健身志愿服务“六进”活动，成效显著。其科学、健康的运动特性吸引了众多市民关注并主动参与。

纳新现场，经验丰富的老队员对新队员进行了系统指导。基础动作示范环节，老队员细致讲解了步伐节奏、手杖支撑技巧及运动防护要点；核心规范教学环节，分解传授了手杖操“支撑、扛杆、联动、手杖花”四大技术要领；特色套路实训环节则通过自创动作组合强化了技能掌握。这套“基础+专项+创新”三阶段教学体系，有效提升了新队员的技术水平。

汤河国家湿地公园环境优美，为健步活动提供了良好条件。此次纳新活动在此举行，队员们得以在自然环境中享受运动的乐趣。汤阴县持杖健走队的蓬勃发展，从一个侧面展现了该县老年群体积极向上的精神风貌。

加强健康知识宣传 提高人民健康水平

守护呼吸 远离慢阻肺

慢阻肺，全称慢性阻塞性肺疾病，是一种以持续气流受限为特征的常见疾病，冬季对患者而言尤为艰难。患者常因气道分泌增加出现咳嗽咳痰、气道痉挛导致气喘加重，更易并发肺部感染引发急性加重，甚至危及生命。因此，冬季预防和减少肺部感染，是维持肺功能与生活质量的关键。

一、远离烟草是首要

吸烟是导致慢阻肺最主要的危险因素。烟草中的有害物质会持续损伤气道和肺泡，引发不可逆的损害。无论是主动吸烟还是被动吸“二手烟”，都应坚决避免。同时，还要做好室内外空气污染防护以及职业防护，减少有害气体和有害颗粒的吸入，避免厨房油烟。

二、预防感染是关键

反复的呼吸道感染会加速肺功能下降，诱发慢阻肺急性加重。因此，积极预防感染至关重要。建议每年流感高发季前1个月接种流感疫苗，并根据医生建议接种肺炎链球菌疫苗。同时，在流感季节注意个人防护，勤洗手、戴口罩，少去人群聚集处。

三、重视肺功能检查

肺功能检查是诊断慢阻肺的“金标准”。对于长期吸烟、有职业粉尘暴露史或长期有咳嗽、咳痰、气短症状的高危人群，应尽早到医院进行肺功能检查。早发现、早诊断、早干预，是延缓疾病进展的关键。

守护我们的肺部健康，需要从改变生活习惯和增强预防意识开始，让每一次呼吸都更轻松、更自由。

（本报记者 郭凡 整理）

传播健康知识 搭建医患平台

本版由安阳市卫生健康委员会协办

胆囊结石：藏在胆里的“石头”，到底有多危险？

□陈艳艳

提到胆囊结石，很多人可能觉得“只是个小结石，不痛就没事”。但这个潜伏在胆囊里的“小石头”，一旦“闹事”可能引发剧烈疼痛、胆囊炎，甚至诱发更严重的并发症。数据显示，我国胆囊结石发病率约为10%~15%，胆囊结石作为一种常见的消化系统疾病，不仅威胁着患者身体健康，还对日常生活造成诸多困扰，了解它的来龙去脉，才能做好预防与应对。

一、胆囊结石：到底是怎么长出来的？

胆囊就像一个“胆汁仓库”，肝脏分泌的胆汁在这里储存、浓缩，帮我们消化脂肪。当胆汁成分失衡（比如胆固醇过多、胆汁酸不足），或胆囊收缩功能变差，胆汁就会析出结晶，慢慢聚集形成结石。

常见诱因：

1. 饮食不当：长期高脂肪、高胆固醇、高糖饮食，或不吃早餐（空腹状态下胆汁浓缩，易形成结晶）。
2. 生活不规律：肥胖（体内脂肪胆胆固醇含量较高，胆汁中胆固醇的成分也会增

加）、缺乏运动（运动量不足会导致胆囊收缩功能减弱，胆汁排出减慢，胆汁沉积）、长期熬夜（影响胆汁正常分泌后排出），会影响胆汁代谢。

3. 遗传因素：家族中有胆囊结石病史的人，患病风险更高。

4. 其他：女性激素变化（如孕期、服用避孕药）会影响胆囊收缩，增加结石风险。

二、胆囊结石：无症状也需警惕吗？

1. 无症状结石：沉默的“定时炸弹”
约50%~70%的患者终身无明显症状，多在体检时发现。但这并不代表结石“无害”：长期刺激胆囊黏膜可能引发慢性胆囊炎，甚至增加患胆囊癌的风险；结石若脱落至胆总管，还可能导致胆管结石、胆管炎、胰腺炎等严重并发症。

2. 有症状结石：典型表现要牢记

胆绞痛：进食油腻食物后，结石堵塞胆囊管，引发右上腹剧烈疼痛，可放射至右肩、后背，伴随恶心、呕吐。
急性胆囊炎：胆绞痛持续不缓解，伴随发热、寒战，胆囊肿大，按压右上腹有明显压痛。

其他：结石压迫胆总管时，可能出现黄疸（皮肤、眼白发黄）、皮肤瘙痒等症状。

三、查出胆囊结石，该怎么办？

1. 无症状结石：“定期监测+生活调理”

- （1）每6个月~12个月复查腹部超声，观察结石大小、胆囊形态。

- （2）调整饮食，减少肥肉、油炸食品、动物内脏等高胆固醇食物，规律吃早餐，多吃蔬菜、水果和粗粮。

- （3）控制体重，避免久坐，适当运动（如快走、慢跑），促进胆汁流通。

2. 有症状或高危结石：及时治疗

药物治疗：在医生指导下服用溶石药物（如熊去氧胆酸），仅适用于少数直径较小的胆固醇结石，且需定期复查。

手术治疗：胆囊切除术是首选方案，适用于胆绞痛反复发作、急性胆囊炎、结石直径≥3cm、胆囊壁增厚等情况；目前腹腔镜胆囊切除术创伤小、恢复快，已成为主流手术方式。

四、这些误区，一定要避开。

误区1：“结石不痛就不用管”。无症

状结石可能暗藏风险，需定期监测。

误区2：“吃药能根治所有结石”。溶石药物仅对特定结石有效，多数结石需手术干预。

误区3：“切除胆囊会影响消化”。胆囊切除后，肝脏分泌的胆汁直接进入肠道，初期可能对油腻食物不耐受，但身体会逐渐适应，对整体消化功能影响不大。

胆囊结石的形成与生活习惯密切相关，预防的关键在于“管住嘴、迈开腿、勤体检”。若查出结石，不必过度恐慌，但也不能掉以轻心，及时咨询医生，根据自身情况选择监测或治疗，才能避免“小结石”引发“大麻烦”。

（作者系内黄县人民医院超声科副主任医师）

本栏目由安阳市疾病预防控制中心、安阳市健康教育所主办

安阳市中医院锦旗背后的故事

一封迟到的感谢信 一份浓浓的医患情

——记安阳市中医院儿科一则温情医患故事

□本报记者 郭凡 文/图

“孩子病了找王大夫，开药精准还管用，几年来俩娃生了病都由他诊治，这么多年，感谢和钦佩一直萦绕在我的心头。这封感谢信虽迟，感恩的心却始终不变。”11月14日，患儿家长陈女士将一封感谢信送到了安阳市中医院儿科副主任医师王建川手中，字里行间尽显感激之情。在我市，像陈女士这样认可王建川的家长不在少数，他的诊室外每天清晨就排起长队，而这份信赖，都源于一个个“中药治急症、妙手解难题”的真实故事。

“七年前我们家孩子那场病，现在想起来还后怕，要是没遇见王大夫，真不知道该怎么办。”陈女士回忆说，当时8岁的小儿子突然持续高烧不退，辗转多家医院，连续输液七天，病情却毫无起色，全家人心急如焚，束手无策。在他们最无助的时候，经邻居推荐，陈女士慕名找到市中医院儿科的王建川医生。

“初见王医生，他没急着开检查单，先摸了摸孩子的额头，轻声细语哄着怕生的娃，那股耐心劲儿，一下子让我心里踏实了许多。”陈女士说，王大夫仔细把脉、看舌苔，连孩子哪天开始不爱吃饭、晚上有没有盗汗都问得清清楚楚，她按嘱咐给孩子喂药，没想到孩子服用了两天后，病情



王建川为患儿听诊

内热、调脾胃就行。

让陈女士意外的是，王建川仅开了三天的中药散剂，还特意交代：“这药是按孩子体质配的，剂量精准，熬的时候水不要太多。”抱着试试看的心态，她按嘱咐给孩子喂药，没想到孩子服用了两天后，病情

便出现了显著好转。如此神奇的疗效，让陈女士全家在惊喜之余，更对市中院的职业精神和王大夫精妙的医术深感信服。

“王大夫的药不仅效果好，还便宜。有一次我家大儿子上吐下泻，发烧、咳嗽两个星期，他开了五服中药，才花了二三