

让群众更有“医”靠

——汤阴县医保局巩固脱贫攻坚成果综述

□本报记者 许美美 文/图

“多亏了政府的帮扶,让我们这个家有了希望!”1月29日,汤阴县城关镇南元村的脱贫户李志勋激动地对记者说。几年前,女儿突然患上重病,花费了30余万元,正是医保帮扶的“三重报销”医疗政策让李志勋激动的家庭重燃希望,从困难中一步步走了出来,开始了新生活。

近年来,汤阴县医疗保障局持续巩固拓展脱贫攻坚成果,通过完善政策体系、健全工作机制,强化人才队伍建设,推进医疗资源下沉,解决群众看病难、看病贵等问题,努力提升群众的获得感、幸福感和安全感。

提站位 顾大局

脱贫摘帽不是终点,而是新生活、新奋斗的起点。

汤阴县医保局始终扛牢政治责任,围绕解决县域居民最关心、最直接、最现实的医疗保障问题,加快补齐民生短板,在坚持医保制度普惠性保障功能的同时,增强对困难群众基础性、兜底性保障。

在健全完善、防范化解因病返贫致贫风险监测预警机制的过程中,汤阴县医保局一方面依托医保信息系统,每月月底根据重点监测对象新增人员比对参保情况,建立重点监测对象参保台账,及时掌握其参加职工或城乡居民基本医疗保险情况;另一方面,对重点监测对象和一般监测对象个人负担的医疗费用支出情况进行监测,对重点监测对象和一般监测对象医疗费用个人负担1万元以上的人员名单,于每月月底反馈至县民政和乡村振兴部门,做好高额医疗费用负担患者的监测预警工作,有效防范化解因病返贫致贫风险。2023年,该县共推送个人负担1万元以上的医疗费用数据26030人次。



汤阴县医保局组织专家为困难群众进行慢性病认定

“胜非其难也,持之者其难也”。汤阴县医保局统筹发挥基本医保、大病保险、医疗救助三重保障制度综合梯次减负功能,确保应参尽参、应保尽保,把做好农村低收入人口和脱贫人口参保工作摆在突出位置,实现动态参保全覆盖,认真贯彻落实重点监测对象和脱贫人口参保、资助月调度工作机制,持续提升医疗保障公共管理服务水平,助力乡村振兴战略全面推进。

截至目前,汤阴县困难群众就诊2.7万人次,“三重保障”报销医疗费3677万元,实现在巩固脱贫攻坚成果上持续发力,在防止因病返贫致贫上精准发力。

固成果 促衔接

一大早,汤阴县任固镇白龙三村卫生室坐满了前来看病就诊的群众。村民李秀成因身体不适到卫生室就诊,不仅看病方便快捷,也实实在在享受到了医保惠民政策。

“我们年纪大了,毛病多,容易生

病,来村里面看病是有报销的,还是交医保好。”李秀成说。

“来看病的人比较多,都是周边村里的群众。他们来看病,我们都会讲解报销政策,同时,动员老百姓积极主动缴纳医保。”村医李海顺说。

村民王爱花给记者算了一笔账:“以前,我每个月都要跑乡镇卫生院,一年下来,药品费用要1000多元;现在,到村卫生室就可以了,而且一年才花144元,还节约了车费和时间。再也不怕看不起病、吃不起药了!”村医还上门提供健康咨询等日常医疗服务,让患者享受到医保政策带来的福利。

汤阴县按照县、乡、村三级医疗机构协调联动门诊慢性病认定工作机制,村医对脱贫户和监测户等困难群众慢性病鉴定情况,每季度进行一次逐户摸排核查,帮助符合慢性病条件的重点人群办理申报手续,及时将他们纳入慢性病管理范围,确保符合条件的困难群众全部持有慢病卡。

通过夯实医保帮扶基础,提升医保帮扶质量,汤阴县医保局聚焦推进

健康乡村建设,着力解决群众看病远、看病难的问题,结合基层卫生服务新需求,补齐短板,提高基层防病治病和健康管理能力,织牢基层医保帮扶服务“网底”。

善作为 强担当

2023年7月,古贤镇北周流村老王一家被识别为防止返贫监测帮扶对象,不仅医药费报销比例提高了,还通过大病救助、防返贫保险、社会捐赠等方式,报销了3万余元医药费。虽然目前老王还在治疗阶段,但他心里有了底。

如今,每一户监测对象都有一套针对性的帮扶措施,多维度、全方位增强困难群众抵御因病、因灾、因意外等返贫致贫风险的信心和勇气。防止返贫监测帮扶如一面铜墙铁壁,抵御了疾病导致群众返贫致贫的风险。

汤阴县医保局专门制作了《汤阴县重点人群医保帮扶管理记录簿》,对乡镇医保办、医保经办服务所、乡、村医进行了专题培训,规范提升了医保帮扶工作水平,切实保障维护广大参保群众的医疗待遇,提升村医医保服务管理能力,切实打通医保服务“最后一公里”。

目前,汤阴县长期困扰困难群众的看病难、看病贵问题得到普遍缓解,医疗保障脱贫攻坚取得决定性成就,为接续推动乡村振兴奠定了坚实基础。

“汤阴县医保局聚焦‘守底线、抓衔接、促振兴’,稳妥做好过渡期政策衔接,加快补齐短板弱项,举一反三做好问题整改,持续巩固提升‘基本医疗有保障’成果。要把助力乡村振兴关键领域,统筹抓好制度机制、能力提升、巩固成果联系点等重点任务落实,更好发挥医疗保障制度功能。”汤阴县医保局党组书记、局长张志勇表示。

展现武术魅力 弘扬传统文化

北关区老年体工委开展武术交流展演活动

本报讯(记者 张武杰)为认真贯彻落实河南省老年人体育协会《关于在2024年元旦春节期间组织开展全省老年人体育健身活动的通知》精神,传承中华民族优秀传统文化,丰富老年人健身活动内容,1月28日上午,北关区老年体工委联合河南省老艺术家

协会国术传承团队、生活无处不太极太极拳,开展了“迎新年、贺新春”武术交流展演活动。

当天上午,福源敬老院里格外热闹。来自国术传承团队的老师们枪飞剑舞赛蛟龙,刀枪棍棒样样精彩。虽然他们都是年过七旬的老人,但依然

精神抖擞,闪转腾挪,一招一式让人眼花缭乱,精彩纷呈。每一个动作都诠释着表演者对武术的热爱,无论是刀剑还是双截棍,无不彰显中华武术的魅力,赢得了在场观众的喝彩和掌声。

活动中,国术传承团队的老师与观众现场互动,讲授一些武术基本知识,激发了大家对传统文化热爱,活动在欢声笑语中圆满结束。

此次武术交流展演不仅为广大人民群众带来了欢乐,展现了武术的魅力,还让现场观众了解和热爱中华优秀传统文化,对国术传承起到了积极的推动作用。

专家话健康

近视防控常见问题

□胡实

近年来,我国儿童青少年近视防控形势严峻。调查数据显示,目前我国儿童青少年近视率超过50%,而且近视发生呈现低龄化,近视已成为孩子升学、就业路上的绊脚石,成为我国重要的公共卫生问题之一。今天,我们就关于近视防控的几个典型问题总结一下。

一、家长如何及时发现孩子视力异常?

首先,要多关心孩子的身体情况,比如,有没有视物模糊,上课看不清黑板等情况。其次,要多观察孩子的用眼行为,比如,孩子看远处时是不是经常眯眼;看远处时会不会不自主地把身体向前探,比较费力;有没有经常皱眉、歪头或者侧着脸看东西的习惯;是否会经常眨眼睛、揉眼睛等。还有,要定期去医院检查视力和屈光度。小学是近视的高发阶段,家长应当每隔6个月带孩子到正规医疗机构进行视力检查,测量屈光度和眼轴长度,全面了解孩子的眼睛情况。如果发现近视或者近视前期表现,应当积极有效地采取防控措施。

二、OK镜和防控眼镜控制近视的原理是什么?

OK镜和防控眼镜(即周边离焦眼镜)控制近视的原理相似,是产生一个周边近视的离焦,相当于周边是一些小透镜,把周边的光线聚焦到视网膜前,以降低眼轴变长的速度,从而控制近视的进展。这个理论是经过多项国内外多中心随机对照临床研究获得论证的。药物方面,比如,每晚睡前滴一次低浓度阿托品滴眼液,也是临床论证能有效防控近视的方法。对于近视的

孩子,早期采用有效的防控措施,能有效地预防将来近视进展为高度近视的风险。建议采用一种防控手段,如选择OK镜、周边离焦眼镜、低浓度阿托品滴眼液中的一种作为防控措施。如果采用一种防控措施,近视控制效果不甚理想,可以考虑联合应用,比如,低浓度阿托品滴眼液联合OK镜,或者低浓度阿托品滴眼液联合离焦眼镜等,以获得更好的近视延缓效果。

三、视力训练对近视防控有用吗?各位家长会看到街上看到一类声称可以“治愈近视散光”,打着视力康复牌子的机构,这类机构宣称能够让近视患者“轻松摘镜”或者“降低近视度数”,这种说法既不科学,也不可信。

四、通过视力训练真的可以使患者感到不戴眼镜时视物变清晰吗?

答案是可以的。这其实是通过训练使得相同近视度数的人测出了“不同的视力”。其原理来自我们“大脑的模糊适应现象”。

我们的视网膜在焦点处成像是最清晰的,但在这个焦点前面和后面的一小段距离里,成像也是相对清晰的。如果视网膜能接收到这段焦深范围内的光线,大脑也会识别为清晰。也就是说,大脑对不清晰有一定的容忍范围,只有超过了这个范围,我们才会感到不清晰。这就是视力训练有效果的原理,其实它起作用的地方根本不是眼睛,而是大脑。大脑不断地适应模糊的视觉后,这段可容忍范围扩大,原本大脑认为不清晰的东西,也会变得清晰,于是视力就提高了。只是,这一切适应都要建立在模糊的前提下。

一、一旦戴上合适的眼镜,视觉突然变清晰了,聪明的大脑一定会选择最清晰的范围看,把原来能容忍的那些

模糊影像全部抛弃。所以,这样的机构一定不会让患者佩戴合适度数的眼镜,否则他们也就一秒“破功”了。为此,他们也摸索出了最有效的说辞,那就是“戴了眼镜就摘不下来了”,恰好击中了很多人心中的渴望。

五、近视还有假性的?如何才能消除呢?

假性近视具有自愈性,只要消除成因,也就可以消除假性近视。连续长时间、高强度近距离用眼,孩子的眼睛处于调节紧张的状态,再去验光时,紧张的调节没办法放松,就造成了所谓的假性近视。长期处于假性近视就会变成真近视,所以,我们要帮助孩子调节放松,打断这个紧绷的过程,不能让他长时间处于假性近视状态。我们可以通过带孩子出去旅游、户外活动、减少玩手机的时间等,来减少近距离用眼情况。

六、远视储备没有了就一定会近视吗?

不一定,主要看年龄段以及用眼环境。一般来说,儿童在成长发育的过程中,眼球也会发育,眼轴会变长,远视储备会随着年龄增长逐渐降低。比如,对于4岁至12岁的儿童来说,他们的眼球处于发育阶段,会有不同程度的远视储备,随着年龄增长,远视储备会逐渐降低。如果远视储备没有了,可能是一个临近近视的状态,但并不意味着一定会近视。这时候,就需要家长注意纠正孩子的近距离用眼习惯,保持正确的用眼姿势,适当增加户外活动,并减少长时间连续用眼,这样就能有效预防近视。

七、散瞳验光对眼睛有害吗?散瞳验光有一个更准确的名字叫“睫状肌麻痹验光检查”,是国际公认的

诊断近视金标准。麻痹睫状肌后的验光结果,可让医生对该眼无调节状态下的屈光不正情况做到最小误差的了解,按规定操作不会对眼睛造成损伤,而且有利于控制近视发展。青少年首次配镜,必须充分散瞳验光。不过,散瞳期间存在畏光和视物模糊的情况,不建议在此状态下看书、写字,因此,应注意选择散瞳的时间。

八、家长应该从哪些方面入手保护孩子的视力?

1. 正确认识户外活动的重要性。多带孩子到户外活动,每天2小时的户外活动可以有效预防和延缓近视进展。2. 了解科学用眼护眼知识。以身作则,带动和帮助孩子养成良好的用眼习惯,尽可能提供良好的居家视觉环境,比如,做作业时灯光要足,建议打开大灯的同时使用护眼台灯。3. 控制电子产品使用。家长陪伴孩子时尽量减少使用电子产品,有意识地控制孩子,特别是学龄前儿童使用电子产品的时间。建议孩子使用电子产品时坚持“20-20-20”护眼法则,即学习20分钟后,眼睛远眺20米远处,放松休息20秒。年龄越小,连续使用电子产品的时间应越短。4. 保障孩子的睡眠时间。要求在园幼儿、小学生每天睡眠时间不少于10小时,初中生不少于9小时,高中生不少于8小时。5. 孩子不能挑食,多吃鱼类、水果、绿色蔬菜等有益于视力健康的食物。

(作者系安阳市眼科医院视光与小儿眼科主治医师)

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

滑县老年体工委健身球操专委会

开展“迎新年、贺新春”展演活动

本报讯(记者 张武杰)为推动全民健身活动广泛开展,1月25日至26日,滑县老年体工委健身球操专委会按照滑县老年体工委的活动安排,在大运河畔举行了“迎新年、贺新春”健身球操展演活动,为新春佳节增添了喜庆的气氛。

1月25日上午,30余名健身球操队员和爱好者欢聚在滑县道口码头街大运河畔小广场,他们统一着装,以大运河帆船为背景,随着《船工号子》激昂振奋的伴奏,展演了健身球操十四套规定套路和《打靶归来》健身套路。健身球操队员演绎了滑县人不屈不挠、勇往直前的拼搏精神,为美丽的大运河畔增添了一道亮丽的风景。

1月26日上午,健身球操队员们精神饱满地来到大运河东方红大

桥世界遗产纪念碑广场,展演了健身球操十三套规定套路《在希望的田野上》和《战友之歌》,用健身球操的美展示了我们的家乡在希望的大地上,丰收的喜悦及美好和谐幸福生活的场景,展演了军旅生活的战友之情,受到众多围观群众的称赞,队员们还到滑县体彩广场进行了展演。

滑县老年体工委健身球操专委会为了开展好本次展演活动,一个月前就开始组织队员演练。天冷没场地,他们就在小区的地下停车场练习。排练时,几位教练耐心细致地教,队员刻苦反复地学,克服了重重困难,展演取得了良好效果。健身球操健身套路《打靶归来》还参加了滑县健身气功协会的迎新年联欢会,受到了一致赞赏。



1月30日下午,由城市管理局、市分类办、高新区分类办联合主办的安阳市垃圾分类宣传活动(高新区专场)在嘉洲锦悦小区附近举行。此次活动以“龙腾盛世迎新春 垃圾分类齐参与”为主题,通过设置展板、发放宣传资料、分类模拟投放、文艺演出等形式,科普垃圾分类知识,倡导低碳健康生活,呼吁人们从日常生活点滴做起,携手维护清洁、美丽、健康的家园,守护健康生活。

(本报记者 张武杰 摄)

加强健康知识宣传 提高人民健康水平

认识尼古丁

尼古丁俗称烟碱,是一种在茄科植物(如烟草、马铃薯、西红柿等)根部合成的生物碱,烟草是尼古丁含量最丰富的植物之一。大多数烟民把尼古丁视为“洪水猛兽”,因为它是导致烟草依赖的最主要成瘾性物质。但是,许多烟民却对尼古丁青睐有加,认为尼古丁既能带来愉悦轻松又不致瘾,真相如何呢?

近期,中国科学院的一项研究表明,尼古丁对改善代谢和延缓衰老有一定的作用,这让烟民有了为尼古丁“平反”的信心,也有了继续吸烟不戒烟的借口。尼古丁到底是好是坏,让我们一探究竟。

尼古丁真的“罪大恶极”吗?目前的临床研究均未发现尼古丁与癌症直接有关。这一观点可能违背了大众的认知,但事实上,权威报告数据指出尼古丁与癌症并无直接因果关系,世界卫生组织国际癌症研究机构公布的致癌物清单也没有将尼古丁纳入其中。

这绝不是为尼古丁“洗白”,因为尼古丁真正致命的是它的成瘾性。尼古丁具有高度成瘾性,其成瘾性甚至堪比一些常见毒品,危害不容小觑。烟草成瘾的实质就是尼古丁依赖。吸烟时,尼古丁随烟雾进入肺,经血液循环快速到达大脑,与尼古丁受体结合,大脑短期内大量释放多巴胺,让人产生愉悦放松的感觉。当体内尼古丁代谢完毕,一旦停止吸烟,体内的多巴胺水平会降低,人就会变得烦躁不安,对尼古丁产生强烈的渴求感,从而导致吸烟上瘾。

烟草烟雾中含有7000余种化学物质,其中,数百种为有毒有害物质,包括数十种致癌物质。这些严重危害身体健康的物质伴随着人体对尼古丁的渴求和成瘾,不断进入人体,日积月累,最终导致各种疾病。除了导致烟草成瘾,尼古丁还会对妊娠期的胎儿发育产生

不良影响,并可导致心血管疾病。青少年接触尼古丁会对大脑发育造成长期不良后果,可导致学习障碍和焦虑障碍等。

尼古丁是不是“一无是处”呢?开头所述的尼古丁可以延缓衰老,并非空穴来风。这项最新研究来自我国的李翔研究团队。他们让老鼠长期喝下含有低剂量尼古丁的水,发现改善了雄性老鼠的糖代谢、认知功能及衰老症状。

这是否意味着,可以通过吸烟摄入尼古丁来维护健康、延缓衰老呢?答案当然是否定的。小鼠摄入尼古丁的途径并非吸烟,而是通过饮水摄入极低剂量,而吸烟会摄入大量尼古丁,对健康有害。而且,动物实验的结果也不能直接应用在人体。

那么,尼古丁就真的“一无是处”了吗?其实,用对了地方,尼古丁可以“变废为宝”!尼古丁替代疗法(NRT)被世界卫生组织推荐为一种安全有效的戒烟方法,通过使用低剂量药用尼古丁代替烟草中的尼古丁,用渐进减量的方法有效帮助吸烟者摆脱对烟草的依赖,减轻焦虑、易怒、情绪低落等戒断症状,使烟瘾逐渐降低直至消失,帮助吸烟者轻松脱“瘾”而出。

目前,我国已经批准使用的NRT戒烟药物有尼古丁透皮贴片、尼古丁咀嚼胶。这些药物中的尼古丁通过皮肤(贴片)或口腔黏膜(咀嚼胶)被吸收,相对而言,吸收速度较慢且量少,既能缓解戒烟之后的戒断症状,又不会产生尼古丁之依赖。大量的临床数据充分验证了NRT戒烟药物的安全性和有效性,因而被国内外众多权威戒烟指南推荐为一线戒烟药物。

揭开尼古丁的神秘面纱,我们发现尼古丁的多面性,它是造成烟草成瘾的罪魁祸首,但也可以成为戒除烟瘾的帮手。

(本报记者 朱亚芳 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