

聚力谋发展 共谱惠民篇

河南八地市医疗保障统计分析培训会在我市召开

本报讯（记者 许美美）“今天听了医保基金运行情况和医保支付方式改革情况的学习培训，真的受益匪浅啊！”

“在座的都是全市二级以上医疗机构的一把手，关于按病组和病种分值付费2.0版分组方案还有一些细节需要和大家讨论。”

“对于医院来说，就未来发展和新的改革政策还想再和各位领导交流一下。”

11月5日至11月7日，河南八地市医疗保障统计分析培训会在河南红旗渠干部学院召开。11月5日晚10时，安阳市医疗保障局相关负责人和全市各大医疗机构负责人就全市医疗、医保协同发展问题还在进行热烈讨论。

本次培训以共同学习、共谋发展为主题，探讨了医保、医疗领域的专业业务知识，内容主要涉及医保基金运行分析、医保支付方式改革、强化医保基金监管及医保、医疗协同改革实践等方面。市医保局相关负责人就安阳市医保改革成就做了典型发言和经验介绍。

安阳市2019年5月被确定为按疾病诊断相关分组（DRG）付费国家试点城市以来，在国家、省医疗保障局的正确指导下，因地制宜细化政策，多措并举解决问题，综合施策汇聚合力，切实把各项工作任务抓紧抓实、抓到位，确保DRG付费改革稳步有序推进，实现了“群众得实惠、医院得发展、基金得持续”的改革目标。

市医保局二级巡视员郝利民就坚持医、保、患三方共赢的改革目标及当前如何促进我市医保、医疗、医药协同发展和治理做了介绍。

市医保局党组成员、副局长邢建国就我市1月至9月医保基金及DRG运行情况做了分析汇报，并介绍了一年来我市医保和卫健部门加强协作、



图为培训现场(本报记者 许美美 摄)

共同发展的实例。

市人民医院原党委书记张进夫表示，我市医疗、医保协同改革以来，该院发展方式从规模扩张转向提质增效，运行模式从粗放管理转向精细化管理，资源配置从注重物质要素转向更加注重人才技术要素。通过DRG付费改革，医院诊疗行为更加规范，医疗支出得到合理补偿，医疗技术得到充分发展。

市纪委副书记、市监委副主任司卫青结合医疗领域反腐工作开展情况，从狠抓集中整治，切实解决群众就医中的“急难愁盼”和深恶痛绝问题；狠抓责任落实，努力完成“双清单双交办”既定任务；狠抓项目建设，严防工程建设领域腐败问题发生；狠抓医保建设，推进清廉医保建设走深走实等4个方面为参会同志上了一堂内涵丰富、发人深思、引人警觉的廉政党课。

“一直以来，安阳在医保改革和基金管理等各方面的工作成绩令人瞩

目。这次安阳市医疗保障局牵头的河南八地市医保统计分析培训会和业务培训实践指导性非常强，干货满满，既是一次醒脑充电，也是一次助力加油，感觉很解渴、很管用。”参会的其他地市医保部门主要负责人纷纷表示。

“医保基金安全与否直接关系到医保制度的持续健康发展，各地市医保部门要抓好医保统计各项业务工作落实，不断促进统计工作机制更加完善、与业务融合更加紧密、支撑决策更加有力，助力医疗保障事业高质量发展。”省医保局基金财务管理处处长段永红说。

医疗保障是民生之基。市医保局局长武国斌说，下一步，医保部门要强化责任意识，管好用好医保基金，确保其健康可持续运行，聚力解决人民群众在医保领域的急难愁盼问题，不断提升人民群众获得感、幸福感和安全感，奋力推动全市医疗保障事业高质量发展。

弘扬中医文化 共享膏方盛宴

市中医院举办安阳市第二届膏方节

本报讯（记者 朱亚芳）11月11日上午，安阳市第二届膏方节在市中医院拉开帷幕。市中医院领导班子成员、各科室主要负责人等出席开幕式，和来院就诊的患者及家属一同品味中医药养生文化的独特魅力。

膏方历史悠久、底蕴深厚，是中医药文化的传统精华和优秀代表，也是中医药传承与创新的重要体现。膏方作为我国独具特色的传统医药形式，因具有一人一方、辨证施治、个性化调配的特点，使其在调养身体、预防疾病方面具有独特优势。在中医理论里，膏方还是一种含有高级养分滋补和治疗预防综合作用的成药，具有补虚扶弱、校正亚健康状态、防病治病的效果。

开幕式上，市中医院党委书记姚晓峰宣布安阳市第二届膏方节开幕并致辞。他表示，自首届膏方节举办以来，市中医院不断创新服务模式，优化改良膏方制作技艺，吸引了广大群众前来体验养生魅力。秋冬季是一年中进补的最好时期，而秋冬季进补，以膏方为佳。本次膏方节，市中医院将为大家提供更专业、更优质、更安全的中医药服务，充分发挥中医药治未病的作用，以中医人的初心力量，传承弘扬中医药文化，守护人民群众健康。下一步，该院将持续提升医院综合服务能力，传承弘扬中医药文化，积极探索中医药未来发展方向，坚持经典传承与时代创新并举，不断推动我市中医药事业向多元化创新发展。

为更好地满足群众“一人一方”的需求，活动现场云集了市中医院脑病科、糖尿病科、急诊科等科室的知名中医专家，为群众进行健康义诊服务，指导冬季养生进补，开具个性化的膏方。同时，现场还开展了膏方展示、膏方熬制工艺演示、养生奶茶试饮及雷火灸、刮痧、耳穴压豆体验服务等项目，吸引了众多市民驻足观看、试吃、试饮和咨询。

“我国自古就有‘冬令进补，来年打虎’之说。希望本次膏方节能够让



组图为膏方节活动现场(本报记者 朱亚芳 摄)

更多人了解中医养生知识，亲身体验中医功效，激发大家对中医药文化的兴趣和热爱。”市中医院药剂科科长、主任中医师谢文松表示。

安阳市中医院
建院70周年系列活动

走出健康 走出幸福

2024年全国老年人健步走大联动安阳市分会场(滑县)活动举行

本报讯（记者 张武杰 通讯员 魏向东）11月9日上午，2024年全国老年人健步走大联动安阳市分会场（滑县）活动在滑州西湖公园举行。400余名健步走（持杖健走）队员参加了活动。

本次活动由安阳市老年人体育协会、滑县人民政府主办，滑县文化广电体育旅游局、滑县老年人体育工作委员会承办，滑县体育运动中心、滑县老年

体工委健步走（持杖健走）专委会协办。

活动现场，健步走队员集体进行健步走辅助动作展示。他们身着鲜艳的运动服装，昂首挺胸、精神振奋、步调一致，充分展示了老年人健康、快乐、幸福的精神面貌。

滑县老年体工委健步走（持杖健走）专委会组织队员进行环滑州西湖健步走。伴随着动听的音乐，大家迈着矫健的步伐，精神抖擞，意气风发，

环绕滑州西湖5.6千米，雄赳赳气昂昂地向前，用实际行动诠释了全民健身的重要性，向社会传递着积极向上的健康生活方式。

活动期间，滑县还举行了持杖健走培训活动。国家级持杖健走教练员、裁判员郑忠就持杖健走和手杖操的基本知识进行了讲解，并示范基本动作，进一步推广了持杖健走运动，提升了广大群众科学健身健走技能。

这次全国老年人健步走大联动安阳市分会场（滑县）活动组织周密、内容丰富、群众参与积极性高，进一步落实了国家体育总局《关于进一步做好老年人体育工作的通知》精神，发挥了引导老年人投入体育锻炼，推广普及健步走和持杖健走运动的积极作用，让更多老年人走出家门、融入自然，摆动双臂、迈开双腿，走出健康、走出幸福，享受运动带来的快乐。

重点疾病 防控专栏

□杨林

骨质疏松症是由各种原因导致的骨密度和骨强度下降、骨组织微结构破坏、骨脆性增加的一种容易发生骨折的全身性代谢性骨病。骨质疏松症患者的骨骼缺乏弹性和韧性，更容易出现骨折，会严重影响生活质量。

我国50岁以上人群骨质疏松症

什么是骨质疏松症？

患病率为19.2%。在日常生活中，有些腰酸背痛的症状因太常见而不被重视，甚至在很多时候会被误诊为其他疾病，但疼痛很有可能是骨质疏松发出的信号。骨质疏松症更像是影响骨骼健康的“隐形杀手”，会使骨折风险系数增加。这种骨折通常被称为脆性骨折，即在轻微创伤或日常活动中即可发生的骨折。常见的骨折

部位包括脊柱、髋部和前臂远端，髋部骨折尤为严重。据统计，髋部骨折后的1年内，死于各种并发症的患者比例高达20%，而存活者中约50%会致残，生活不能自理，生命质量明显下降。

骨质疏松症不仅影响骨骼健康，还会导致疼痛、行动能力受限、精神健康水平下降等后果。患者常常因疼痛

而无法进行正常的日常活动，如行走、上下楼梯等，甚至需要长期卧床。这不仅使患者的生活质量大幅下降，还可能引发一系列心理问题，如焦虑、抑郁等。同时，骨质疏松性骨折的治疗和护理费用高昂，会给患者家庭和社会带来沉重的经济负担。

安阳市疾病预防控制中心
安阳市健康教育所

●专家话健康

正确认识支原体

□李小娟

秋冬季节，家长对小孩子的健康格外关注，支原体感染成为许多家庭热议的话题。今天，就让我们一起深入了解支原体，揭开它的神秘面纱，让宝宝宝妈能更加从容地面对这一季节性挑战。

支原体是一种介于细菌和病毒之间的“非典型”特殊微生物，长度不足1微米，没有通常细菌所具有的细胞壁结构，所以头孢、青霉素之类的抗生素对支原体无用，只有阿奇霉素才能对付。可是随着滥用的人多了，就产生了阿奇霉素耐药的耐药性支原体肺炎和难治性支原体肺炎。但事实上，支原体是与人类共有的，宝宝不生病的时候，身体里也有它的定植。支原体大部分时间都很乖，只不

过会很调皮地在宝宝生病的时候跳出来捣乱。

支原体的传染性还是很强的，一般是通过飞沫传播，咳嗽、打喷嚏时会传染给周围的人群。秋冬季节传播速度会加快，但被支原体感染不一定就会得肺炎。很多时候宝宝的症状是很轻微的，就像普通感冒一样，这时候真的不用恐慌，因为这个时候小朋友是可以自愈的。但是，如果小朋友出现反复发热、咳嗽，尤其是刺激性咳嗽，就需要警惕这个时候的支原体感染了，因为除了会让小朋友肺部感染，严重时还会让肺部变成白片。这时候，家长就需要带孩子到医院进行检查，让医生来诊断是不是感染了支原体肺炎。

如何预防支原体感染？

1.日常咳嗽或者打喷嚏的时候，

用纸巾或者肘部掩住口鼻。

2.注意洗手。可以使用肥皂、洗手液用流动水洗手，也可以用免洗洗手液擦拭双手，保持手的卫生。

3.保持良好的个人卫生习惯，避免用手触摸口、鼻、眼等部位。

4.减少公共场合聚集。避免前往人群密集的場所，如公共浴室、游乐场等。

5.保持室内通风清洁、空气流通。

6.避免与感染者密切接触，如有必要，应佩戴口罩。

感染支原体后如何护理？

1.日常护理。保持室内空气清新，多喝水，保持口腔清洁，避免刺激性气体和烟雾刺激呼吸道。

2.饮食调理。多吃高蛋白、低脂肪的食物，如鱼、瘦肉、蛋类等，以增强身体免疫力；避免油腻、辛辣等刺激性

食物，以免加重咳嗽等症状。

3.促进康复。适当进行户外活动，如散步、太极拳等，以增强体质，促进康复；避免剧烈运动和过度劳累，以免加重病情。

若出现咳嗽、发热、胸痛等症状，且症状持续时间较长，特别是伴有呼吸困难的、高热不退等症状时，患者应及时就医，就医过程中应佩戴口罩，避免交叉感染。医生会根据病情进行诊断和治疗，确保患者的健康和安

全。（作者系安阳市第二人民医院儿

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

防治重任在肩上 积极扬帆再启程

市中医院被授予“安阳市糖尿病防治中心”称号

本报讯（记者 朱亚芳）10月31日，河南省糖尿病规范化诊疗能力提升培训会暨市级糖尿病防治中心授牌仪式（第二批）在郑州召开，安阳市中医院通过考核评估，被授予“安阳市糖尿病防治中心”称号。市中医院副院长仇丽伟参加授牌仪式。

据悉，8月20日，省卫生健康委、省糖尿病防治中心专家组对市中医院糖尿病防治中心筹建工作进行了现场调研和评审。市中医院全院干部职工积极筹备、认真迎检。专家组通过实地考察、查阅相关材料、现场访谈等形式进行现场调研和评审，对该院在筹建安阳市糖尿病防治中心

的工作中取得的成效表示了充分肯定和高度评价。

“此次授牌不仅是对市中医院糖尿病防治工作的认可，更是对我们未来工作的激励与鞭策。未来，我将在上级卫生部门的坚强领导下，不断提升管理水平和服务质量。我们将以患者为中心，不断优化诊疗流程，强化健康教育，推动糖尿病防治知识的普及，努力构建更加完善的糖尿病管理体系，同时，加强与各级医疗机构的合作与交流，共同为提高我市乃至我省糖尿病防治水平贡献力量，不懈守护人民群众的生命健康。”仇丽伟郑重表示。



年纪大了，还有必要戒烟吗？

尽管许多老年人认为在晚年戒烟没有太大意义，但科学研究却反复证明，戒烟对任何年龄段的人来说都是有益的。

一项发表在《NEJM Evidence》期刊上的研究显示，即使是在晚年开始戒烟，人们的健康也会有显著改善。这项研究涵盖了来自不同国家的148万名成年人。通过长达14.8年的随访观察，研究者们发现，与继续吸烟的人相比，即使是在60岁至79岁之间戒烟的人，其超额死亡风险也明显降低。更具体地说，研究发现，在40岁及以下的人群中，如果在短期内（少于3年）戒烟，他们的死亡风险几

乎与从未吸烟者相等，超额死亡风险降低了90%以上。而对于50岁至59岁的男性和女性来说，戒烟后的超额死亡风险分别降低了63%和54%。这些数据清楚地表明，戒烟带来的健康益处是巨大的，而且是立竿见影的。

此外，戒烟后，肺功能的改善和心血管健康的提升也是不可忽视的益处。

长期吸烟会导致肺功能逐渐下降，增加慢性呼吸系统疾病、心血管疾病，甚至癌症的风险。戒烟可以逆转部分肺部损伤，减少心脏病、中风和肺炎的风险。

（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