

优服务 创品牌 惠民生

——市医疗保障局机关党总支党建品牌创建纪实

■本报记者 刘彩霞

市医疗保障局机关总支自创建党建品牌工作开展以来,立足工作实际,坚持高质量党建引领,突出民生工作重点,倡树“立足岗位、敬业奉献,优化服务、医保惠民”理念,教育和引导广大党员干部不断改进工作作风,提升医保服务质量,全面推动医保各项工作,创建成效显著,品牌效应彰显。近日,市医疗保障局机关总支申报的“民生党建普惠医保”获市直机关第二批党建品牌荣誉称号。

政治学习不断强化。通过党总支中心组集中研讨会、“三会一课”、党组书记上党课等,深入学习贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想、习近平总书记系列重要讲话精神。组织党员干部参加调训、轮训和“万名党员进课堂”培训,用好“学习强国”、河南干部网络学院等学习平台,不断提升党员干部能力素质。通过学习党建品牌创建的意义、内涵、效应,让党建品牌理念在全体党员心中生根发芽,成为全体党员的共同目标和自觉行动。健全完善机关12项工作学习制度,健全党风廉政风险防控机制,执行“三重一大”事项决策程序,严格履行“一岗双责”,加强反腐倡廉教育,努力增强干部职工的自律意识。积极开展医保扶贫、基金监管、政策修订、药品采购等方面的调查研究,现场解决困难和问题,进一步提升工作水平,提升品牌形象。

活动形式丰富多彩。严格执行“三会一课”等制度,丰富主题党日活动,开展实践式、体验式组织生活,组织党员干部参观许慎文化园、党性教育基地,开展许慎文化进机关、党课开讲啦及学习交流等活动。坚持“戴党徽、亮身份、树形象”、重温入党誓词等政治仪式,使党内生活庄重、严肃、规范。

推进“医疗、医保、医药”三医联动 保障人民群众就医用药需求

主办:漯河市医疗保障局

市第十次微创外科学术会议召开

2020年12月26日,市第十次微创外科学术会议暨市医学会微创外科专业分会2020年年会在市第六人民医院学术报告厅举行。该会议为河南省继续医学教育项目,来自我市各医院相关专业近200人参会。

会上,河南省医学会微创外科学分会主任委员张超代表省微创外科学会,对我市微创外科专业分会前期的工作给予高度评价,对今后的发展方向提出要求和希望。在学术交流环节,来自河南省腹腔镜微创技术培训中心、河南省人民医院微创外科、武汉大学中南医院泌尿外科、郑州大学一附院胸外科、河南省肿瘤医院肝胆胰外科、漯河市六院微创外科、漯河市中心医院普外科及妇科的8位专家依次作了专题演讲。各位专家的授课均以微创外科高新科技前沿的热点和难点为主题,涉及普外、胸外、妇科、泌尿四大专业,内容丰富、精彩纷呈。

“双节”温馨提示: 做好防护 减少外出

入冬以来,我国境内发生新冠肺炎本土聚集性疫情频次增多,疫情防控形势依然严峻复杂。双节期间,人员流动和聚集现象明显增加,隐蔽性疫情输入风险加剧。在辞旧迎新之际,为保障健康过节、平安出行,市疾控中心提醒广大市民提高警惕,做好下列防护措施:

- 1.减少不必要出行。如非必要,不前往境外疫情多发国家及国内中高风险地区。出行前提前了解目的地疫情形势和防控政策,我国境内各地新冠肺炎疫情风险等级可在国务院网站专栏(<http://bmfw.www.gov.cn/yqfxd-jcx/risk.html>)、手机应用程序“国务院客户端”或微信小程序等实时查询。外出旅行建议错峰前往低风险地区,合理选择出行方式,避免聚集,妥善保存所有票据以备查询,旅行归来后做好自我健康监测。老年人、慢性病患者、孕妇等人群不建议出行。
- 2.加强个人防护。节假日期间应少聚集、不扎堆,尽量减少聚餐,不建议举办大规模聚餐活动,家庭聚会尽量控制在10人以下。聚会、聚餐时优先选择通风良好的场所,间隔落座,使用公勺公筷。在商场、超市、电梯等人员密

疾病防控

主办:漯河市疾病预防控制中心

漯河市疾病预防控制中心微信公众号



范。同时,充分发挥引领作用,开展支部、党员“双承诺”以及志愿服务、结对帮扶等活动,重点做好新冠肺炎疫情防控、脱贫攻坚等重点工作,增强创建活力。

服务效能显著提升。压减材料、简化流程,积极推进网上审批,努力实现“马上办、网上办、就近办、一次办”的目标。整合定点医疗机构医保窗口,统一13项服务流程和服务标准,推进落实“一网通办、一门办、一窗办、一次办”。整合优化“一站式”服务内容,认真梳理医疗和生育保险公共服务事项12大类28个子项,完成医保权责清单梳理。截至目前,共确定权责清单事项9项,市直8家公立医院实现基本医疗保险、大病保险、困难群众大病补充保险、医疗救助“一站式”即时结算。

医保惠民落实抓细。坚持把医保扶贫作为重要政治任务和头等大事来抓,突出问题导向,全力实施攻坚,我市医保扶贫工作居全省第一方阵。细化“放管服”改革、推进行风建设、强化信息保障,切实增强服务意识、提升服务能力。截至目前,提高高龄老人报销比例工作提前完成,医保政策实现统一,“两病”用药得到保障,门诊统筹持续完善,异地就医更加便捷。支付方式改革、医用耗材集中采购、市级统筹改革有序推进,药品集中招标采购落地见效,医疗服务价格顺利调整,助推“三医联动”改革,实现了优医惠民。依法严厉打击欺诈骗保,全市共拒付、追回医保基金72.79万元,行政处罚款18.4万元,努力守护好老百姓的“救命钱”。认真履行医疗保障疫情防控职责,全面落实医保专项政策、高效组织防控药品采购、尽力帮助企业纾难解困,竭力服务全市经济社会发展大局。



市六院(市中心血管病医院)心脏康复中心团队。

市六院提供

■本报记者 刘彩霞
见习记者 汤满满

随着生活水平的提高,居民不健康的生活方式和饮食结构导致心血管疾病发病率逐年升高,已成为严重威胁人类健康的主要疾病。市第六人民医院(市中心血管病医院)顺势而为,成立心脏康复中心,致力于推动心血管疾病的全面防治,以科学、规范、系统的心脏运动康复方案,为众多心血管病患者保驾护航。

砥砺前行 精益求精

市六院心脏康复中心不断进取创新,采取中西医结合方式,形成对心血管疾病的预防、治疗、康复、管理一体化的治疗体系。该中心通过关注心血管病患者的生理、心理、营养及社会因素,为患者提供全程、全面的评价和治疗,帮助众多心血管病患者改善了心脏功能,减少其心血管疾病再发生率、猝死率及再入院率,提高生存率,降低医疗费用,让更多患者回归正常生活。

2019年9月,该院在副院长赵森的领导 and 心内三科主任张伟、护士长

毕延娜的具体负责下,正式启动心脏康复中心建设。一年多来,科室不断优化心血管病患者管理流程,建立一支由心血管内科医师、康复师、心理治疗师、营养师、康复护士等人员组成的专业团队,配置体外反搏仪、心肺运动试验检测仪、六分钟步行试验检测仪、健身车等先进的心脏评估、诊断、运动康复设备和心电监护仪、除颤仪、IVUS、IABP等急救设备,对心血管病患者进行早期评估,并提供疾病咨询、健康教育、疾病治疗、康复干预和危险因素管理等服务,依据心血管病患者身心状态为其制订规范化、个性化的心脏康复方案,得到患者的一致好评。

2020年10月29日,在北京召开的第四届中国康复医学会综合学术年会上,市六院正式获得“国家标准化心脏康复中心”授牌。此次国家心脏康复中心的成功认证,标志着市六院心血管病规范化、高质量的诊疗体系迈上了新台阶。目前,市六院已成为集“四大国家级中心”(胸痛中心、心衰中心、房颤中心、心康中心)为一体的心脏病救治中心。

诚信二院·健康万家

什么是光子嫩肤

光子嫩肤也叫强脉冲光,是光电美容中基础的核心项目,它通过滤光器筛选出连续波长为400~1200nm的光,用于治疗皮肤色素性、血管性及皮肤老化等问题。

光子嫩肤适合的人群

- 1.有浅表色斑(如雀斑、表皮型黄褐斑、老年斑)的人群;
- 2.有痘印、敏感肌、面部潮红、面部毛细血管扩张的人群;
- 3.面部皮肤粗糙、毛孔粗大及有浅表痘坑、细小皱纹等问题的人群;
- 4.想预防皮肤衰老、改善面部面色晦暗等人群。

光子嫩肤的操作过程

操作过程会有轻微刺痛,但每个光斑发射时间不到一秒钟。术前不需要敷麻药,一次治疗大概需要15~20分钟。

光子嫩肤的疗程

根据皮肤问题的不同,治疗疗程也不同。如雀斑、老年斑一般需要1~3次;面部潮红、敏感肌、细小毛细血管扩张需要3~5次;肤色暗沉、皮肤粗糙、毛孔粗大、浅表痘坑、细小皱纹、预防皮肤衰老等可以长期治疗,保持一个月治疗一次的频率,4~5月可显著改善。

光子嫩肤治疗后的护理

光子嫩肤治疗后皮肤会出现些许微红、微灼热感,冷却后会渐渐退去,部分人做完光子嫩肤术后会有轻微结痂,一般在一周内会脱落。但是治疗后需要加强皮肤保湿,一周内避免使用刺激性保养品,如含有果酸、A酸、高浓度维生素C、水杨酸、酒精等刺激性保养品,同时加强防晒。

很多人担心光子嫩肤会令皮肤变敏感,其实,光子嫩肤不仅不会让皮肤变敏感,反而能刺激胶原蛋白和弹

力纤维、透明质酸的合成,使皮肤厚度增加,恢复原有弹性,改善原有敏感的皮肤状态。但是因为光子嫩肤的光热作用短期内会加速皮肤水分蒸发,如果在治疗后没有做好护理,皮肤会出现发红、发痒的情况。

另外,接受过阳光暴晒或将要接受阳光暴晒的人群;过敏性皮肤及正在使用光敏性药物的人群;口服异维A酸者;妊娠期妇女;糖尿病患者;瘢痕体质者;怀疑有皮肤癌患者等不适合做光子嫩肤治疗。

市二院提供



■专家链接

牛慧卿,市二院皮肤科主任医师,省医学会皮肤性病分会委员,省医师协会皮肤性病分会委员,市皮肤性病分会名誉主委,市专家库成员。

市预防与接种专家成员,从事皮肤科工作30余年,治疗了大量的疑难杂症,并在高、难、新技术上有重大突破,获市级科技成果奖二等奖3项、省级科技成果奖一等奖一项,被评为市“三八红旗手”、巾幗建功标兵、市第五届健康卫士、感动漯河十大人物等荣誉称号,为我市皮肤科专业学术带头人。



漯河市交通路201号

漯河市第二人民医院

科学应对青少年心理疾病

青春期是人一生从幼稚走向成熟的重要转变期,在这一时期,青少年心理疾病治疗是家长关心的首要问题。

促心理健康 云平台服务

漯河市精神病医院

地址:市交通路北段(原昆仑路口),乘122路公交车到

医院地址:井岗山路北段与纬八路交叉点东北角,乘115路公交车到

(医保)门诊[2020] 0909-29-0209



心理障碍。青少年心理问题中最常见的是抑郁症,其可能导致青少年有自杀倾向。

产生性烦恼和性困惑。性烦恼的产生是由于青少年性意识觉醒后的生理需求与社会行为规范的矛盾所致。性困惑的由来是青少年对自身性发育、性成熟的生理变化产生神奇感和探索心理。由于社会伦理道德的约束和对性教育的神秘化,常会导致青少年心理的冲突。

学习压力。学生学习负担过重,常给其带来沉重的心理压力,比如考

试焦虑、厌学及注意力不集中等问题。人际交往的压力。随年龄增长,青少年独立意识逐渐增强,与社会的接触也越来越广泛,社交交往、发展亲密的伙伴关系也是青少年一种精神需要。为避免在人际交往中产生压力,青少年要学会接纳自己,允许自己有缺点,不要过分苛求自己,在实践中增强信心、找寻技巧。

希望广大青少年父母、老师正确看待青少年心理疾病,并采用科学有效的方法应对,为孩子的身心健康护航。

常耀军

科学评估 促进康复

随着网络的发达,许多患者纷纷当起了自己的“科普医生”,就诊时也会直接告知医生自己认为的病情,并催促医生对症下药。面对这一现象,市六院心脏康复中心拥有一套科学合理的病情评估系统,该系统不仅是各种错误认识的过滤网,更是正确诊断病情的保障和基础。从入院开始,心脏康复评定便伴随患者左右,通过细致的专科检查和评估,为心血管病患者制订详细的治疗方案,记录病人病情与状态,判断存在的问题,判定治疗效果,进而不断调整康复方案,改善治疗效果,真正让患者享受到系统规范的治疗。

市六院心脏康复中心还将中医传统的针灸、推拿、牵引等康复治疗方法和现代运动康复处方相搭配,帮助患者在身体功能、精神状态等方面得到全面恢复与提升。在肢体障碍、认知障碍、语言障碍、吞咽障碍的评估与治疗方面,市六院心脏康复中心更有独到经验,用物理与护理的双重诊疗,增强患者免疫功能,调节神经系统功能,促进组织修复,改善病理过程,达到治病目的。

许多心脏病病人把治疗寄托在药物和静养上,从而忽视了运动康复。该中心通过开展有氧运动、阻抗运动、柔韧性训练等,缩短患者住院时间,促进其日常生活及运动能力的恢复,尤其对心脏病、“三高”疾病患者有良好的疗效,患者通过运动康复训练,避免了卧床带来的不利影响,减少了再次发病的危险,同时提高了生存质量。面对已经恢复到正常生活的患者,科室后期还派专业人员到其家中指导康复训练、定期复诊调整运动处方,实现心血管病患者的全周期管理。

关爱呵护 从“心”开始

生活中,还有一类患者未患心血管病,但由于自身焦虑、抑郁等,常常出现胸闷气短等病症。为此,该中心专门开设“双心门诊”,医护人员以通俗易懂的语言为患者讲解病情、缓解压力,并帮助其培养良好健康的心态。

因病人的特殊性,市六院心脏康复中心的医护人员不仅能帮患者克服自身的急躁情绪,更能缓解病人的紧张情绪,避免患者因情绪激动导致病情恶化。有许多病人不相信、不愿意做运动康复,科室医护人员常会到病床前与其沟通交流,引导其进行康复训练,贴心的服务促进了和谐的医患关系,专业的医疗技术使患者满意度不断提升。

为进一步为患者提供更好的医疗服务,市六院心脏康复中心不断升级服务模式,医护人员不仅远程指导出院患者在家中康复运动,还定时上门对患者随访复查,时时刻刻给予患者精心的护理服务,让患者在家中也能得到像在医院一样的照护。

市六院心脏康复中心还立足公益,积极开展康复宣教工作。在院内及全市范围内进行心脏康复中心规范化治疗巡讲和培训,进一步提升全市心血管疾病救治水平,并举办健康知识讲座,引导市民树立健康生活新理念,增强自我保健意识。

据市六院心脏康复中心相关负责人介绍,该中心将继续加强心血管病学科建设,强化心血管病诊疗技能学习,优化各项工作流程,不断完善和提升服务能力与水平,为广大心血管病患者提供更加高效、便捷、优质的医疗服务。

康复园地

老年人警惕心脑血管疾病

冬天温度低,人体的新陈代谢速度比较缓慢,心血管如果受到冷空气的刺激会骤然收缩,造成血管的血流阻力和血压升高,从而引发心脑血管疾病。心脑血管病是老年人死亡的首要原因之一,心脑血管病的预防比治疗更为重要。那么,在寒冷的冬季,老年人应该怎样做才能预防心脑血管疾病的发生呢?

合理膳食。老年人冬季不要进补大量的热性食物和滋补药物,以免引起血脂升高。多吃一些含有磷脂的豆腐、豆芽、豆腐干等食物;多吃一些含有丰富纤维的杂粮、米糠、干豆类、海带等食物,有降低血清胆固醇浓度的作用;也可以多吃洋葱、大蒜、香菇、木耳、芹菜等食物,从而起到降脂的作用。饮食中一定要摄入少量的盐,多吃含有碳水化合物的水果和蔬菜,多喝白开水,不要喝浓茶以及浓咖啡等刺激性的饮品。

适度锻炼。老年人不宜长期久坐,每天应当坚持锻炼,提高自身免疫力,从而预防心脑血管疾病的发生。需要注意的是,冬季早晨温度过低,容易使机体受到寒冷刺激而发病,所以这个时间段不宜锻炼。同时,锻炼要适当,不能运动过量,以运动后自我感觉身体轻松为标准,每周要坚持锻炼至少五天。

调整心态。急躁、生气、抑郁、焦虑等不良情绪都会引发代谢紊乱,导致中老年人出现心脑血管疾病,因此,中老年人在日常应当保持平和的心态,情绪不能过于激动或悲伤,也不宜起伏过大。

生活规律。老年人生活要有规律,一日三餐定时定量,早睡早起,劳逸结合。同时,戒烟限酒,

长期吸烟喝酒是导致中老年心脑血管疾病的一个重要因素,因为烟酒当中的有害成分会使人体的毛细血管变得脆弱,易引发心脑血管疾病。

生活中,家庭成员也应应对老年人多一些关爱,督促其定期做身体检查,定期量血压、测血脂及血糖的浓度,时刻关注他们身体的变化,争取做到早发现、早治疗。

医专三附院提供



■专家链接

寇民生,漯河医专三附院内一科副主任,副主任医师,硕士研究生,漯河市高血压学会委员、漯河市风湿病学会委员、漯河市医疗事故鉴定委员会专家组成员。参加工作20余年,他曾在河南省人民医院、阜外华中心血管病医院进修,临床经验丰富,擅长高血压、冠心病、心肌病、心律失常、顽固性心力衰竭等心血管疾病以及脑梗死、脑出血、消化道出血、急性胰腺炎、肝硬化、肾炎、肾病综合征、风湿免疫系统常见疾病的临床诊治。



漯河市康复医院 漯河医专三附院

地址:漯河市大学路148号

电话:2924120 2112177



■专家链接

常耀军,市精神病医院主治医师,副院长,门诊部主任,是国家二级心理咨询师、河南省中西医结合精神专业委员会、河南省医师协会精神科医师分会委员,从事精神临床二十多年,对精神科常见疾病能进行正确的诊疗,临床经验丰富,多次到河南省精神病院进修,擅长青少年心理、行为障碍的咨询和治疗,对头疼、失眠、焦虑、抑郁等各种神经病的治疗有独到见解。