

定点医药机构新增 19 种谈判药品

国家医保局近日发布消息,国家医保局已经组织专家,从2020年新增的谈判药品中筛选出首批19种临床需求迫切、可替代性不强的药品,安排相关企业报送已配备的定点医疗机构和定点零售药店信息,方便有需求的参保人员就医、购药。


国家医保局医药司目录处处长张西凡介绍,截至2021年4月15日,19种谈判药品在全国3324家定点医药机构有配备。其中,定点医疗机构1417家,定点零售药店1907家。
“19种药品中许多是抗肿瘤药品。”北京医院药学部主任药师胡欣介绍,其

中,11种口服类药品,包括甲苯磺酸尼拉帕利胶囊、甲磺酸阿美替尼片、泽布替尼胶囊等,8种注射类药品,包括替雷利珠单抗注射液、特瑞普利单抗注射液、注射用卡瑞利珠单抗等。
张西凡提示,此次公布的首批19种医保目录谈判药品已配备的定点医

疗机构和定点零售药店信息,公众都可以通过“国家医保服务平台(APP)”查询到,可以根据提示自行查询。
下一步,国家医保局将根据需要,继续组织企业报送、更新相关信息。
据新华社

天天3·15 ——携手共治 畅享健康

为营造文明、健康、诚信、和谐的医疗环境,维护患者权益,推动健康漯河更好发展,《漯河日报》卫生健康版开通“天天3·15”——携手共治 畅享健康”消费投诉热线。您在接受医疗服务或药品、保健品销售服务时,如有意见或建议,可拨打热线电话反映。



记者连线:0395-3137858 15803959449

如何预防高发癌症(二)

食管癌:全球患者一半在中国

高危人群:来自我国高发地区的人群;有上消化道症状者,如恶心、呕吐、进食不适等;有食管癌前疾病者;吸烟者、重度饮酒者。
预防办法:戒烟酒;少吃烫食及刺激性食物,少吃腌制食品;多吃新鲜蔬菜和水果。吃饭时细嚼慢咽。
甲状腺癌:20岁~40岁女性多发
高危人群:有家族遗传史的人群,肥胖人群,生活方式不健康的人群(过量饮酒、吸烟、经常熬夜、情绪不稳定者),过多接触辐射的人群。
预防办法:均衡饮食,不长期过量食用含碘丰富的食物,也不盲目

限碘;尽量远离辐射环境;培养良好的运动习惯,避免肥胖;定期体检。
胰腺癌:致死率高,发病率呈年轻化趋势
高危人群:长期吸烟、喝酒的人群,有胰腺癌家族史的人群,糖尿病患者,慢性胰腺炎患者,长期接触重金属的人群。
预防办法:戒烟限酒;不吃油腻食物,少吃烧烤、腌制类食品;不要暴饮暴食。
前列腺癌:呈增速迅猛、城市高发、发病更晚等趋势
高危人群:老年男性群体,有前列腺癌家族史的人群,高动物脂肪摄入量

者。
预防办法:定期体检;饮食上要注意低脂、低糖,多吃新鲜蔬菜和水果;合理饮水,少憋尿;减少久坐时间,坚持适当运动。
宫颈癌:发病率逐年升高并呈年轻化趋势
高危人群:有宫颈癌家族史的人群,性生活过早、多孕、早产或有多个性伴侣的女性,有宫颈病变(长期慢性宫颈炎、宫颈癌前病变等)的女性,曾感染生殖道乳头瘤病毒、单纯疱疹病毒或患有其他性病的女性,高危亚型乳头瘤病毒(HPV)的持续感染者。
预防办法:保持良好的卫生习惯

惯;定期进行妇科检查;积极治疗慢性宫颈炎及宫颈癌前病变;条件允许的情况下,积极接种宫颈癌疫苗;防止过度疲劳;保持良好心情,加强锻炼。
市健康教育所提供

健康教育

主办:漯河市卫生健康委员会 漯河市健康教育所



漯河卫生健康微信公众号 漯河健康教育微信公众号

警惕心绞痛的发生

市六院心血管内科副主任王瑾提醒,心绞痛是心脏缺血缺氧导致的症状,若不及时识别并处理,可能引发心肌梗死。所以,正确识别心绞痛是很重要的健康常识。
王瑾介绍,典型的心绞痛表现为阵发性的胸骨后不适,常放射至左肩、左臂和左手尺侧甚至颈部、喉部等。患者进行费力的劳动或情绪激动、饱餐受寒时易发生心绞痛。心绞痛一般持续几秒到十几分钟,不超过20分钟。患者休息或舌下含服硝酸甘油片,即可缓解。
王瑾提醒,心绞痛患者需要注意以下事项:

1.疼痛发作时切勿惊慌,应立即停止活动,并且服用急救药自救。平时,急救药要放在固定处或随身携带。
2.重视精神调养。保持情绪愉悦是预防心绞痛的关键。
3.适度的体育锻炼,有利于气血流通。心绞痛患者可选择太极拳、散步、慢跑等运动,运动量要逐渐增加,勿操之过急。
4.必须戒烟,忌饮烈性酒。
5.宜少食多餐,饮食清淡。少吃糖及高脂肪、高胆固醇类食品。
6.忌暴饮暴食,忌饮食后立即睡觉,忌喝咖啡。
7.晨起喝一杯水后服药。经过一夜的睡眠,人的血液浓度增加,喝水能稀释血液,预防心绞痛。心绞痛多在上午发作,提早服药能降低发作概率。



专家链接

王瑾,市六院(市心血管病医院)心血管内科副主任,副主任医师,毕业于武汉科技大学。她曾先后到北京安贞医院、郑大一附院心内科进修,专修心内科冠脉介入、射频导管消融等技术,临床经验丰富,擅长冠心病、心力衰竭、心肌炎、心律失常及高血压病的诊治,能熟练开展各种急危重症的治疗、冠心病介入治疗,已独立完成冠状动脉支架植入术2000余例。

中医·健康

立夏养生重在养心

立夏是二十四节气中的第七个节气,也是夏季的第一个节气。立夏以后,由于气温回升,人们的新陈代谢随之加快,心脑血管容易供血不足,人常会感到烦躁不安、倦怠懒散。中医常说“春养肝、夏养心”,夏季正是养护心脏的最佳时期。
1.生活起居要规律
立夏后,天黑得晚、亮得早。专家表示,立夏后可晚睡早起,但每天至少应保持7个小时的睡眠时间。如果夜晚睡眠时间不足,可适当午睡,不仅能补足睡眠时间,还能增强体力、消除疲劳,对防病养生起到重要作用。午睡时长因人而异,一般为30分钟至1个小时为宜。如果没有睡意,也可闭目养神。

2.饮食调养需和谐
清淡饮食是养心的关键。夏季阳气上升,食用过多油腻、易上火的食物,会引发痤疮、口腔溃疡、便秘等。建议人们多喝牛奶、多吃豆制品,既能补充营养,又可达强心的作用;多吃蔬菜、水果及粗粮,增加纤维素、维生素C和维生素B族的供给量,预防动脉硬化;适当食用莲子,可以清心火,亦可健脾胃。
3.合理运动很重要
立夏以后,气温渐升,人们易出汗。汗为心之液,若此时再做剧烈运动,容易造成机体缺水,故应选择散步、慢跑、打太极拳等慢节奏的

诚信二院·健康万家

对症治疗小儿肠套叠

近日,市民王女士的儿子半夜突然哭闹不止,就医后经检查确诊了肠套叠。该院医生建议王女士带孩子到市二院就诊。家长立即带孩子来到市二院小儿外科,医生详细了解并分析患儿病情后对症下药,患儿病情慢慢好转。
肠套叠到底是一种怎样的疾病?什么样的孩子容易患肠套叠?“肠套叠是指肠管的一部分及其附近的肠系膜套入附近肠腔内,形成的绞窄性肠梗阻。”市二院小儿外科、胸外肛肠科主任王松阳说,肠套叠多发于2岁以下婴幼儿,尤其是4月龄~10月龄的婴儿,男孩发病率是女孩的2~3倍。
小儿肠道神经尚未发育成熟,一些外因引起肠蠕动的正常节律失调,导致一段肠管套入临近的另一段肠管里,引起原发性肠套叠。原发性肠套叠的诱因很多,比如饮食结构改变、病毒感染等。如果孩子反复出现肠套叠,就要考虑孩子是否患上继发性肠套叠。儿童肠管内或肠壁发生器质性病变,如梅克尔憩室、肠息肉、肿瘤、腹部紫癜肠壁水肿等,使肠壁受到牵引而发生肠套叠。
王松阳提醒家长,如果孩子出现阵发性哭闹或者阵发性腹痛、呕吐、便血、腹部有包块等症状,一定要尽早带孩子就诊,因为发生肠套叠的时间越长,肠管坏死的可能性就越大,病情就越重,甚至危及孩子生命。

重症诊治联盟单位,率先在我市开展肠套叠空气灌肠术,每年收治肠套叠病人700例以上。同时,该科还开展小儿腹腔镜、胸腔镜等微创手术,技术精湛,患儿创伤小,恢复快。
尹红娅




专家链接

王松阳,市二院小儿外科和胸外肛肠科主任,省小儿外科委员,省抗癌协会膜后肿瘤委员会委员、省健康管理学会肿瘤防治与健康

漯河市中医院

地址:漯河市交通路649号
电话:5757120 5757399
(豫)中医广[2021]第01-20-018号



相关链接

市中医院治未病·健康管理中心秉持“中医治未病”的预防理念,将中西医体检有机结合,充分发挥中医药在健康管理中的干预保健作用。该中心位于市中医院门诊楼4楼,环境优美、设备齐全。自动排号系统让体检流程更顺畅、有序。该中心中医特色突出,不仅可开展全面的现代医学检验,还可依托中医四诊仪、经络仪、红外线热成像仪开展中医特色检测。该中心可为患者量身定制体检套餐,并根据体检结果为患者提供饮食调养、药膳指导等服务,包括膏方、养生茶、肚脐贴调理及药浴调理等个性化的中医药养生、诊疗方案。

管理专科委员会常委、市肠内肠外营养学会委员会副主任委员,曾获漯河市科研成果二等奖。他曾到郑大一附院、河南省儿童医院进修,对普外科、胸外科、小儿外科、肛肠科常见病及多发病的诊治有丰富的临床经验,尤其对各种先天性消化道畸形、小儿急腹症、先天性巨结肠、肠旋转不良、肠套叠等疾病的诊治有独到之处。

漯河市第二人民医院

漯河市交通路201号



抑郁症的诊断依据

人们根据症状可对抑郁症进行辨别,但确诊抑郁症需要医生通过观察患者的症状、语言描述等进行分析,并依托检查进行确定。抑郁症症状多,病因复杂,如果个人不具备专业知识,很难客观、准确地作出判断,导致因诊断不正确而延误治疗。

赵建华
加注意自己的精神状态。



专家链接

赵建华,第三届中国人民好医生、中国中医药促进会精神卫生专业委员会常务委员、河南省科管学会精神卫生专业委员会副主任委员、河南省医院管理协会精神卫生机构分会常务委员、河南省心理学会常务委员、河南省中西医结合精神医师协会常务委员、河南省残疾人康复协会精神障碍康复专业委员会常务委员。他擅长治疗精神分裂症、抑郁症、情感性精神病等精神疾病。
可扫二维码进行咨询。

轻度至中度抑郁诊断依据

- 1.兴趣减退,但未丧失。
- 2.对前途悲观,但不绝望。
- 3.自觉疲乏无力或精神不振。
- 4.自我评价下降,但愿意接受鼓励和帮助。
- 5.不愿主动与人交往,但被动接触良好,愿意接受同情和支持。
- 6.有轻生念头,但又顾虑重重。
- 7.自觉病情严重,主动就诊,希望能治好。

重度抑郁诊断依据

- 1.明显的精神运动性抑制。
- 2.早醒和症状的晨重夕轻。
- 3.严重的内疚感和负罪感。
- 4.持续食欲减退和明显的体重减轻(并非躯体疾病所致)。
- 5.不止一次自杀未遂。
- 6.生活不能自理。
- 7.出现幻觉和妄想。
- 8.自知力缺损。

抑郁患者大部分有治疗欲望。如果病程已持续2年以上,可被诊断为抑郁性神经症,患者要更

健康课堂

走出哮喘的五大误区

反复咳嗽,数月不止,最后确诊患了哮喘。这样的病例不在少数。
没有遗传史,哮喘怎么会“找上门”?得了哮喘,就要跟体育运动“说再见”吗?
今年5月4日是第二十二个“世界哮喘日”,主题为“揭开哮喘的误区”。记者采访了解放军总医院第八医学中心呼吸与危重症医学部的专家,解读关于哮喘的那些事。

【误区一】只感觉气短、咳嗽,不会是哮喘

【解读】研究显示,高达71.2%的哮喘患者此前未得到明确诊断。部分患者一直认为自己的长期咳嗽症状,是因为患了感冒、慢性咽炎或支气管炎。
解放军总医院第八医学中心呼吸与危重症医学部主任医师胡红说,根据哮喘防治指南,当患者多次出现喘息、气短,伴或不伴胸闷或咳嗽等症状,且这些症状在夜间和清晨时更重,需主动到正规医院进行肺功能等检查,以进一步明确是否患有哮喘。

【误区二】没有遗传史,哮喘不会“找上门”

【解读】部分患者认为自己没有家族遗传史,幼年时也未发病,不应该患哮喘。但实际上,暴露于过敏原、空气污染等,是我国成人哮喘的重要危险因素。
胡红说,过敏性哮喘是哮喘中最常见的类型,占成人哮喘50%以上,占儿

【误区三】哮喘反复发作,希望找到根治的“神药”

【解读】胡红表示,哮喘是一种常见的慢性病,就像高血压、糖尿病一样。对慢性病的治疗目标,应该是进行长期良好的控制,包括控制其急性发作,使病情不再恶化。
临床数据显示,通过规范的药物治疗和良好的自我管理,哮喘可以得到最大程度控制,甚至长期不发作。但患者需遵医嘱用药,定期复查,并在专科医生指导下根据病情进行治疗。临床上相当比例的患者在急性症状消失或者较轻时自行停药,这往往是哮喘反复发作的一个重要原因。

【误区四】担心副作用大,不愿遵医嘱用激素

【解读】在哮喘门诊,常有患者听说需要使用激素治疗,担心副作用过大,自行减少剂量或缩短疗程。
“患者的心情可以理解,但不建议自行减少剂量治疗。”解放军总医院第八医学中心呼吸与危重症医学部副主任医师郭英华表示,哮喘防治指南明确指出,吸入性糖皮质激素是治疗哮喘的基本药物。目前临床上开具的激素类药物多为吸入类,激素剂量较低,主要对口腔或咽喉有一定的副作用,一般用药后可通过漱口避免。

促心理健康 云平台服务

漯河市精神病医院



地址:市交通路649号(原金太阳),新12路公交车
医院新址:井岗山路北段与纬八路,交叉口北角,集115路
公交线路



【误区五】患了哮喘,就得告别运动

【解读】常有患者问医生:“患了哮喘,是不是要跟体育运动‘说再见’了?”
郭英华说,确实有部分患者患了运动性哮喘,运动可作为一种单独的诱发因素,但一般指剧烈运动导致呼吸困难加重。多数患者如果接受规范治疗、注意避免环境因素刺激,可以做到不影响日常工作和生活,也不妨参加一般的体育运动。
据新华社

【误区五】患了哮喘,就得告别运动

【解读】常有患者问医生:“患了哮喘,是不是要跟体育运动‘说再见’了?”
郭英华说,确实有部分患者患了运动性哮喘,运动可作为一种单独的诱发因素,但一般指剧烈运动导致呼吸困难加重。多数患者如果接受规范治疗、注意避免环境因素刺激,可以做到不影响日常工作和生活,也不妨参加一般的体育运动。
据新华社

图说新闻



近日,召陵双新医院组织职工积极开展无偿献血活动。 侯中山 摄