

# 河南职工医保将迎来“大变革” 门诊看病也能报销啦

2月28日,省政府办公厅下发《关于建立健全职工基本医疗保险门诊共济保障机制的实施意见》(以下简称《意见》),今年我省职工医保门诊医保政策将迎来大变革。

我省要求,各个统筹地区4月底前出台实施细则,6月底前全面启动实施。

## 变革一:门诊看病能报销了

《意见》提出,各地要将多发病、常见病的普通门诊费用纳入职工医保统筹基金支付范围。起付标准按次设定,原则上每次不超过50元。另外,基层定点医疗机构不设起付标准;门

诊统筹规定有最高限额的,在职工年度最高支付限额1500元左右,退休人员年度最高2000元左右。

《意见》提出,起付标准以上、最高支付限额以下的政策范围内普通门诊医疗费用,在三级定点医疗机构就医的支付比例不低于50%,在二级及以下定点医疗机构就医的支付比例不低于55%。

《意见》对退休人员的支付比例适当倾斜,高于在职职工10个百分点,如果参保人员办理家庭医生签约后,在签约的基层医疗机构发生的普通门诊医疗费用,支付比例在以上基础上

提高5个百分点。具体标准由各统筹地区根据医保基金承受能力确定。

## 变革二:个人账户的钱可支付家人看病费用

《意见》提出,在职工个人缴纳的基本医疗保险费计入个人账户,单位缴纳的基本医疗保险费全部计入统筹基金;退休人员个人账户由统筹基金按定额划入,划入额度由各统筹地区根据实施改革上一年度基本养老金月平均水平的2%左右确定。

调整统筹基金和个人账户结构后,增加的统筹基金主要用于门诊共济保障,提高参保人员门诊待遇。

原本个人账户的钱只能给自己看病用,将来,个人账户资金可用于支付参保人员本人及其配偶、父母、子女在定点医疗机构就医发生的由个人负担的医疗费用,以及在定点零售药店购买药品、医疗器械、医用耗材发生的由个人负担的费用。

个人账户也可用于配偶、父母、子女参加城乡居民基本医疗保险或本人参加职工大额医疗费用补助等的个人缴费。

需要提醒的是:个人账户不得用于不属于基本医疗保险保障范围的支出。据《河南日报》

**国药控股漯河有限公司**  
提升药品供应保障水平 助推健康漯河建设  
地址:漯河市源汇区湘江西路1006号 电话:0395-2168694

## 图片新闻



3月1日下午,市中医院健康宣讲义诊专家走进漯河二中学办乳腺及甲状腺健康科普讲座,并为全校老师免费做甲状腺彩超检查。本报记者 刘彩霞 摄

## 相约六院·健康相伴

# 正确认识胃炎

饮食不节是引起胃病的重要因素。胃具有对食品贮存、消化和运送的功能。急、慢性胃炎是指各种原因导致的急性或慢性胃黏膜的炎性变化。临床常见的急性胃炎主要是单纯性胃炎、感染性胃炎。慢性胃炎有原发性与继发性两种,原发性胃炎主要有浅表性胃炎、萎缩性胃炎、肥厚性胃炎等;继发性胃炎则主要继发于消化性溃疡、胃癌、术后胃等。

急性胃炎一般指急性单纯性胃炎。急性单纯性胃炎指各种外在和在内在因素引起的急性广泛性或局限性的胃黏膜炎症。根据病因的不同可以分为急性外周性胃炎(急性单纯性胃炎、急性腐蚀性胃炎、急性糜烂性胃炎)和急性内周性胃炎(急性感染性胃炎、急性化脓性胃炎)。临床表现常因病因而不同而表现不同,常见的症状是上腹部不适、疼痛、恶心、呕吐、吐血、便血等。

慢性胃炎是一种常见的消化道疾病,以胃黏膜的非特异性炎症为主要病理变化,根据胃黏膜的组织学改变可分浅表性、萎缩性、肥厚性。临床上共有症状为上腹部闷胀、疼痛、暖气频繁、泛酸、食欲减退、消瘦、腹泻等。其中,最应引起注意的是慢性萎缩性胃炎。慢性萎缩性胃炎患者特别是中重度萎缩性胃炎伴有肠腺化生或有不典型增生者,胃癌发生率比普通人高,约有5%~10%的慢性萎缩性胃炎患者患上胃癌,但萎缩性胃炎与胃癌之间并无必然联系。而且,对于胃黏膜的化生和不典型增生,如果治疗得当,病变是可以逆转的。因此,慢性萎缩性胃炎患者定期复查非常重要。

对慢性萎缩性胃炎的治

疗,主要采用对症处理,同时避免服用损害胃黏膜的药物。另外,改善胃动力也是治疗的关键。此外,由于在慢性胃炎发病中饮食因素占有重要地位,因此养成良好的饮食习惯是防治胃炎的关键。

总的来说,我们进食时做到以下几点:细嚼慢咽,减少食物对胃黏膜的刺激;饮食有节律,忌暴饮暴食及食无定时;注意饮食卫生,杜绝外界微生物对胃黏膜的侵害;尽量进食易消化、富有营养的食物;清淡饮食,少食肥、甘、厚、腻、辛辣等食物,少饮酒及浓茶。市六院提供



## 专家链接

胡学朝,市六院消化内科主任,副主任医师。他从事内科临床工作30余年,多次在国家级医院进修,熟练掌握内各科系统常见病、多发病的诊治,可开展无痛胃镜和普通胃镜检查,擅长各种消化系统疾病、肾病及血液病的诊治。

漯河市第六人民医院  
漯河市心血管病医院  
地址:漯河市八一路东段83号  
急诊科:0395-5962087  
联系电话:0395-5966002

## 诚信二院·健康万家

# 孩子昏厥要警惕

晕厥是指突然发作的短暂意识丧失,同时伴有肌张力的降低或消失,持续几秒钟至几分钟自行恢复,其实是脑血流量的暂时减少。

市二院小儿心血管、神经、血液科主任时雨介绍,血管迷走神经性晕厥是小儿时期不明原因晕厥中最常见的疾病,多见于学龄前儿童,患儿表现为不能维持站立姿势而倒地。若马上将患儿平卧或转移到空气流通的地方后,患儿在较短时间内可恢复正常状态,通常呈良性过程,预后较好。患儿晕厥时常为数秒至数分钟,若意识丧失时间长,可能会发生四肢抽搐现象。患儿意识恢复后,可能仍存在面色苍白、全身软弱无力、不愿讲话或活动,或伴有恶心、打哈欠、过度呼吸、心动过缓、头痛等症状。

市二院(市儿童医院)开展了直立倾斜试验项目,利用直立倾斜系统模拟晕厥发生时的条件,用于晕厥、一过性意识丧失以及不明原因的头晕、胸闷、心慌为主要表现的诊断与鉴别,是一种新型检查方法。该项试验过程需要持续一个多小时,分四个步骤:平卧准备阶段、基础直立倾斜试验(60度倾斜站立)、舌下含化硝酸甘油诱发直立倾斜试验(60度倾斜站立)、平卧恢复阶段。整个过程中,会持续监测患儿心电图及血压。

“试验前需要停用一切影响自主神经功能的药物至少5个半衰期以上,试验前禁食、禁饮4个小时;试验环境要求安静、光线黯淡、温度适宜,以避免分散患儿的注意力,同时,不推荐亲属在现场陪同。直立倾斜试验的目的之一就是诱发患儿晕厥,也可能诱发患儿抽搐、短暂性失语等。因此,该试验

具有一定的风险。但是,只要按照正规的试验流程进行操作,该项试验仍是很安全的。”时雨说,整个试验过程中,会有专业的医护人员守护患儿。

时雨提醒,儿童出现反复头晕或昏厥,要及时就诊,通过合理的检查方法确定病因,才能对症下药。市二院提供



## 专家链接

时雨,市二院小儿心血管、神经、血液科主任,副主任医师。他毕业于郑州大学医学院儿科学专业,曾在武汉市儿童医院进修心血管及儿童重症监护室专业。时雨对儿科常见病、多发病、急危重症及疑难杂症的诊断与治疗经验丰富,尤其精通对小儿各种先天性心脏病、心肌炎及各种心律失常的诊断及治疗。他获得市级科研成果奖3项,发表国家级论文7篇。

漯河市第二人民医院  
漯河市交通路201号  
漯河市疾病预防控制中心

## 献血科普园地

# 不合格血液怎样处置

不合格血液是指采供血过程中产生的不符合国家质量标准的血液及质量控制不符合要求的血液。不符合国家血液检测标准的血液包括ALT增高、HBsAg有反应性、HCV抗体有反应性、HIV抗体有反应性、梅毒试验有反应性以及HBV、HCV、HIV核酸检测阳性等。

常见的血液不合格情况有:1.献血者的转氨酶浓度升高,谷丙转氨酶浓度升高超过控制值。2.乙肝表面抗原携带者、乙肝表面抗原阳性者、丙肝抗体阳性者、人类获得性免疫缺陷病毒抗体阳性以及梅毒抗体阳性者,因为这些疾病都可以通过血液而传播。

那么,不合格的血液怎样处置?根据国家相关规定,对不合格的血液执行严格的报废、销毁制度,严禁不合格血液发往临床或流入社会,以避免不合格血液对人们的身体健康和生命安全造成危害。不合格的血液会用

专门的冰箱储存起来,经过审批才能正式作废,并由专门的医疗废弃物处理机构进行收集。报废血液装入医疗垃圾袋后封好袋口,贴上医疗废物标签,标签内容有科室、产生日期、类别、包装人、重量、备注,暂时存放于医疗废物暂存处规定位置。按照《医疗废物管理条例》规定,定期交由医疗垃圾处理机构进一步处理。吕颖

人人享有安全血液  
漯河市中心血站  
地址:漯河市天山路28号 热线:0395-3331389

# 什么是眼底黄斑变性

人之所以能看到东西,主要是眼底视网膜感光细胞(视细胞)的作用。黄斑区位于视网膜中心凹部,面积只有针头大小,是感光细胞集中区域。黄斑区是人能看到物体的关键部位,一旦发生病理改变,感光细胞(视细胞)就会失去功能而致人失明。黄斑变性是国际眼科界公认的最难治的眼病之一。

眼底黄斑变性临床上分为萎缩型老年性黄斑变性和渗出型老年性黄斑变性,两者临床表现有所不同,病理发展也不同。萎缩型老年性黄斑变性的患者多在45岁以上,双眼同时发病,视力下降缓慢;渗出型老年性黄斑变性患者的视力会急剧下降。

眼底黄斑变性是一种慢性眼病,可引起不可逆的中心视力下降或丧失。老年性黄斑变性多发生在45岁以上,年龄越大,发病率就越高。中老年人平时生活中要注意避免造成黄斑区损伤的因素,一旦出现改变或视物变形,要及时就诊,明确病因及诊治,保护好视功能。漯河中西医结合眼科医院提供



## 专家链接

梁振华,漯河中西医结合眼科医院院长,市第六、第七届人大代表,市知名中医专家,河南省健康促进会委员。他是我省较早采用中

西医结合诊治眼部疾病的专家之一。他从事眼科临床工作30余年,在治疗黄斑病变、眼底病变、视网膜病变、眼底出血等方面有独到之处。

漯河中西医结合眼科医院  
诊疗科目:眼科、中医眼科、中医内科、内科、普通外科、超声诊断等。  
地址:海河路与德山路交叉口向南30米路北 电话:1393955238  
(中)豫广[2021]第05-12-076号

# 了解口腔知识 呵护口腔健康

口腔是人的重要消化器官,食物的第一道消化程序便是从口腔开始的。如果食物在口腔里没有被充分咀嚼,就容易引起消化不良。同时,如果不注意保持口腔卫生,可能引起各种口腔疾病,最常见的便是龋齿。

口腔基础知识  
人一生拥有两副牙齿:乳牙(20颗)和恒牙(28~32颗)。

从6岁起,恒牙开始长出,乳牙依次被恒牙替换;12周岁左右,乳牙替换完毕。这一阶段称为替牙期。

牙齿不仅能咀嚼食物、帮助发音,而且对面容有很大影响。由于牙齿和牙槽骨的支持,牙弓形态和咬合关系正常,才会使人的面部和唇颊部显得丰满。当人们讲话和微笑时,整齐而洁白的牙齿更能显现人的健康和美丽。

健康口腔标准  
世界卫生组织制订的牙齿健康标准包括以下几项:1.牙齿清洁;2.无龋洞;3.无疼痛感;4.牙龈颜色正常;5.无出血现象。

龋齿是怎样形成的  
龋齿是由细菌、食物中的糖分、脆弱的牙齿和时间共同作用产生的。如果口腔不卫生,牙齿表面就会堆积大量细菌。细菌在食物中糖分的帮助下产生大量的酸,时间久了,酸会腐蚀牙齿,造成龋洞,形成龋齿。

应该如何保护牙齿  
想要预防龋齿,拥有健康口腔,展现自信笑容,就要坚持做到三个爱牙好习惯:

1.早晚用含氟牙膏,正确刷牙

选用含有氟化物的牙膏,能有效预防龋齿。儿童应该使用圆头、小头、软毛的牙刷,成人应当选购直三排、横六束、刷头小、刷毛柔软、刷毛末端磨圆的牙刷。

正确刷牙可以去除细菌、食物残渣,保持口腔卫生,从而预防口腔疾病。刷牙要做到面面俱到,每次至少刷牙2分钟,每天早晚各刷牙一次。

2.保持饮食平衡  
注意平衡膳食,做到不偏食、不挑食,多吃蔬菜和新鲜水果等纤维含量高、营养丰富的食物。芹菜、胡萝卜、白菜、苹果、大米、花生等都是营养丰富、糖分适量、纤维含量丰富的食物代表。

3.定期进行口腔检查  
小朋友每半年至一年接受一次口腔健康检查,大人则每年进行一次全面的口腔检查。另外,咀嚼无糖口香糖也可以保健牙齿,它能够刺激唾液分泌,有助中和口腔酸性,清除食物残渣,维护口腔微环境的平衡和健康。(了解更多疾病预防知识,请关注“漯河市疾病预防控制中心”微信公众号)市疾病预防控制中心提供

4.拔牙后的注意事项  
拔牙后,如要使伤口更好更快地愈合,就要了解伤口愈合的过程。拔牙后7天左右,伤口达到稳定的初期愈合状态,完全愈合则可能需要3个月。那么,拔牙后,有哪些具体的注意事项呢?

1.拔牙后24小时内,不要刷牙和漱口,以防止凝血块脱落,造成伤口感染。

2.拔牙后的24小时内,不要刷牙和漱口,以防止凝血块脱落,造成伤口感染。

3.拔牙后的1天~2天,口中会有少量的渗血,此时不要把这些血和口水吐出来,要咽下去。因为吐水的过程是一个负压的过程,可能导致伤口严重出血,影响伤口愈合。

4.拔牙后48小时内,可以冷敷面部,以减少水肿的形成;48小时后要热敷,帮助血肿尽快地散去。

5.拔牙后的3天~5天,不要吃过烫、过硬的食物;不要用有伤口的一侧进食;饮食尽量清淡,不要吃辛辣刺激性的食物;不吸烟、饮酒。

我们前面的牙齿牙根较粗且数量较少,拔掉以后,牙龈和面部肿胀程度会比较轻,一般会持续肿胀1天~2天。后面的大牙牙根比较粗且数量多,拔完以后,疼痛和肿胀可能持续3天~5天。如果拔除的是复杂的智齿,需要门诊手术拔除,那

么拔牙后,疼痛和肿胀可能会持续5天~7天。市健康教育所提供

# 拔牙后的注意事项

么拔牙后,疼痛和肿胀可能会持续5天~7天。市健康教育所提供

# 纯水净水软水的区别

很多人会有这样的疑问:纯水、净水、软水有什么区别?水净化设备的不同,净化出的水也有不同的特点,根据净化的程度可分为纯水、净水、软水三种水质。

纯水。纯水指的是不含杂质的H<sub>2</sub>O。从学术角度讲,纯水又名高纯水,是指化学纯度很高的水。反渗透净水器将普通的水过滤后,得到的就是纯水。

净水。相比较于纯水而言,净水中其他物质的含量更为丰富,除了一些有益矿物质,还有很多微量元素,这些矿物质和微量元素对人体健康大有裨益。超滤机、纳滤机净化所得的就是净水。

软水。一般来说,地下水与净水大多属于硬水,水中含有过多的可溶性钙镁化合物,一般家中的自来水也会或多或少带有这种化合物,水垢就是由此而来。而软水是相对硬水而言的一种水,不含或含较少可溶性钙、镁化合物。大家可以根据不同水质的需求安装不同的水净化设备。朱建华

么拔牙后,疼痛和肿胀可能会持续5天~7天。市健康教育所提供

么拔牙后,疼痛和肿胀可能会持续5天~7天。市健康教育所提供

么拔牙后,疼痛和肿胀可能会持续5天~7天。市健康教育所提供

么拔牙后,疼痛和肿胀可能会持续5天~7天。市健康教育所提供

GOYHB 国饮  
国饮健康水一体机  
水量生命之源  
喝健康水 享幸福生活  
咨询电话:18639537939  
15639591699  
15039536005  
深圳市国饮环保科技有限公司研制生产