

河南加强医保基金常态化监管

日前，河南省政府印发《加强医疗保障基金使用常态化监管实施方案》（以下简称《实施方案》），要求推进飞行检查常态化、专项整治常态化、日常监管常态化、智能监控常态化、社会监督常态化，完善监管制度机制、协同监管机制、信用管理机制，建立异地就医跨区域监管工作机制、重大事项处置机制，强化医保部门监管责任、医保经办机构审核检查责任、定点医药机构自

我管理主体责任、行业部门主管责任、政府属地监管责任，合力做好医保基金使用常态化监管工作。

《实施方案》要求，省级医保、财政、卫生健康等部门联合开展飞行检查，细化工作流程，将基金使用效能情况、药品耗材集中带量采购政策执行情况等纳入飞行检查内容，促进医保制度改革协调、平稳推进；发挥各级医保、公安、财政、卫生健康、市场监管、审

计等部门职能作用和专业优势，常态化开展专项整治行动；聚焦重点领域、重点机构、重点行为，依托省数据共享交换平台，加强部门间数据共享和监测分析，强化案件线索通报，完善行刑衔接机制，健全重大案件同步立案和挂牌督办等制度，积极开展部门联合执法，形成一案多查、一案多处的联合惩戒机制，切实发挥综合监管合力。

《实施方案》明确，全面推行行政

执法责任制，推进行政执法岗责体系建设，加大行政执法指导、规范和监督力度，开展医保系统行政执法案卷评查，严格落实重大行政处罚备案审查制度；深入推进服务型行政执法，推行行政相对人法律风险防控与医保智能监控系统、医院信息管理系统应用相结合的新型监管模式，充分发挥行政指导和医保协议管理作用，引导定点医药机构依法依规使用医保基金。

据《健康报》

市中心医院肾脏内科主任杜跃亮

当选中国研究型医院学会肾脏病学专业委员会委员

本报讯（记者 刘彩霞）10月28日上午，中国研究型医院学会肾脏病学专业委员会主办，郑州大学第一附属医院、河南省研究型医院学会承办的中国研究型医院学会肾脏病学专业委员会2023年学术交流会在郑州召开。本次大会进行了第二届肾脏病学专业委员会换届，漯河市市中心医院（漯河市第一人民医院、漯河医专一附院）肾脏内科主任杜跃亮当选专业委员会委员。

从医23年来，杜跃亮不仅在临床医疗工作中恪守医德、精益求精，还善于思考总结，注重创新，在医教研各方面都取得了一定的成绩。他善于发现并注重解决临床工作中遇到的实际问题。肾脏病发病率高、疑难杂症多、并发

症多，给患者造成了极大痛苦。杜跃亮在省内率先提出膜性肾病精准诊疗、糖尿病肾病多靶点多学科诊疗、来氟米特治疗复发型微小病变肾病临床研究、激素联合霉酚酸酯治疗IgA肾病临床研究、慢性肾脏病营养介入与管理、住培临床思维体系研究等学术观点。他先后获漯河市科技成果一等奖1项（项目负责人），河南省卫健委科研立项4项，河南省优秀教学成果奖2项、发明专利1项。他和市中心医院药学部共同研发的芪苓益肾颗粒获得河南省中医药管理局中药制剂批号，并以第一作者和通讯作者身份发表国家级以上学术论文二十余篇，在中华医学会肾病年会发表壁报两次。

秋冬流感高发期 专家提醒做好防控

进入11月，秋冬季气温变化幅度较大，也是流感等各类呼吸道传染病的高发期。当前我国流感整体流行情况如何？为何要及时接种流感疫苗，接种前后要注意什么？

“目前我国流感活动处于中低水平，但呈上升趋势。”中国疾控中心病毒病预防控制所国家流感中心主任王大燕介绍，在我国南方省份，9月以来出现甲型H3N2亚型为主导的流感活动升高，与乙型Victoria系流感病毒共同流行。而在北方个别省份，10月以来开始出现流感活动升高，以甲型H3N2亚型

为主。

王大燕表示，预计我国南方省份、北方省份会逐渐进入流感高发期，并出现秋冬季的流感流行高峰，将呈季节性流行。在此期间，流感聚集性疫情可能会增多，聚集性疫情主要发生在学校、幼托机构、养老机构等人群密集场所，要注意提前做好防控准备。

不少民众自发到基层社区卫生服务中心预约接种流感疫苗，部分社区预防接种门诊也正在积极推进接种工作。为何要及时接种流感疫苗，三价和四价流感疫苗怎么选？

对此，中国疾控中心传染病管理处研究员彭质斌表示，接种流感疫苗可以有效减少感染、发病和重症发生的风险。世界卫生组织每年都基于全球流感监测结果提出下一个流行季节流感三价和四价疫苗的推荐组分。三价和四价流感疫苗都可有效起到预防效果，公众可自愿接种任何一种流感疫苗。

专家建议，在接种流感疫苗前，要向预防接种工作人员如实告知自己是否有流感疫苗接种禁忌以及健康状况，尤其是发热、急性疾病等特殊状况；预防接种后应现场留观30分钟，

无反应方可离开；回家后注意休息，清淡饮食，避免剧烈运动，如出现异常症状，可向预防接种工作人员咨询并报告，必要时及时到规范的医疗机构就诊。

彭质斌表示，做好今年秋冬季流感防控工作，一方面建议重点和高风险人群及时接种流感疫苗，另一方面公众也要加强个人防护，注意个人卫生、戴口罩、勤通风、规律作息等。保持良好个人卫生习惯也是预防流感等呼吸道传染病的重要手段。

据新华社

市中心医院完成一例凶险性前置胎盘伴植入手术

近日，市中心医院（漯河市第一人民医院、漯河医专一附院）多学科联合完成一例凶险性前置胎盘伴植入手术。

据了解，患者林女士（化名）今年34岁，怀上第三胎后，在孕33周时到医院孕产复查。检查结果显示是凶险性前置胎盘合并胎盘植入，情况十分危险。经过妊娠风险筛查和评估，林女士此次妊娠为红色风险。有过两次剖宫产经历的林女士了解情况后，心一下就提了起来。

“凶险性前置胎盘是指既往有剖宫产史或子宫肌层剔除史，此次妊娠为前置胎盘，且胎盘附着于原手术瘢痕部位，发生胎盘粘连、植入和致命

性大出血的风险高，称之为凶险性前置胎盘。”该院产科主任崔利娜说，凶险性前置胎盘伴植入剖宫产术中大出血风险极高，子宫切除率高达60%至70%，孕产妇死亡率高达1%至7%，严重威胁母婴生命安全。手术时操作难度大、风险高，被称为最难的剖宫产。

该院围产保健中心立即为林女士建立高危妊娠管理档案，详细制订个性化孕期管理方案，密切监测母胎情况。在孕35周时，林女士听取围产保健中心人员建议入住产科待产。医院产科二病区接诊后，立即对林女士的情况进行综合评估，确认林女士胎盘植入评分为11

分、胎盘植入为穿透型可能性大。崔利娜和产科二病区副主任王锋迅速上报医院，启动多学科会诊。医学科、重症监护室、麻醉科、超声科、影像科、介入科、输血科、新生儿科、检验科等科室人员，为产妇做了详细的手术方案和充分的围手术期准备，并对手术可能发生的种种危急情况进行充分预估，做好应急预案。

手术中，医护人员发现胎盘已穿透林女士子宫肌层，子宫前壁薄如蝉翼，手术室气氛顿时紧张起来。崔利娜、王锋等人员密切配合，成功帮林女士分娩并保住了子宫。在产科手术团队默契配合下，产妇产中出血仅1200ml，远远低

于凶险性前置胎盘伴植入手术的平均出血量。

经过医护人员的精心照料，林女士恢复良好，术后第4天顺利出院。出院时，林女士家属对医护人员一再表示感谢。

据悉，该院产科作为漯河市危重孕产妇救治中心，每年收治转诊的凶险性前置胎盘孕妇50余名，有非常丰富的手术经验，已经形成了一整套科学、规范、安全的诊治流程。近年来，该院产科在医院多学科的支持下，危重症诊疗水平快速提升，有效保障了母婴安全。

张 岩

诚信二院·健康万家

得了带状疱疹怎么办

什么是带状疱疹？

带状疱疹是由带状疱疹病毒引起的，病毒经呼吸道黏膜进入人体，在皮肤上出现水痘或呈隐性感染。成为病毒携带者后，病毒会长期潜伏在脊髓后根神经节，当携带者的机体受到某种刺激（如创伤、疲劳、恶性肿瘤等）导致机体抵抗力下降时，潜伏病毒会被激活，并沿感觉神经轴索下行到达该神经所支配区域的皮肤内复制产生水疱，同时受累神经发生炎症、坏死，产生神经痛。

通常来说，带状疱疹的多发人群为老年人、免疫力低下者。一般来说，年龄越大病情会越严重。

带状疱疹的临床表现一般先有轻度乏力、低热、食欲缺乏等全身症状，局部淋巴结肿大，患处皮肤灼热感，感觉过敏或神经痛等前驱症状，也可无前驱症状。典型皮损特点：红

斑基础上簇集而不融合的粟粒至绿豆大小的丘疱疹，迅速变为水疱，疱液澄清，疱壁紧张，各簇水疱群间皮肤正常，皮损沿某一周围神经呈带状排列，多发生在身体的一侧，一般不超过正中线。

神经痛为本病特征之一，有电击样痛、烧灼样痛、针刺样痛等，有患者会感觉每呼吸一次痛一次，称它为“会呼吸的痛”。神经痛可在发病前或伴随皮损出现，老年患者较重。除疼痛外，部分患者还会出现瘙痒。

带状疱疹会传染，带状疱疹患者应采取接触隔离措施，水痘和免疫功能低下的播散性带状疱疹患者还应采取呼吸道隔离措施直至皮损全部结痂。

得了带状疱疹，要在早期足量地给予抗病毒药物治疗，从而有效抑制病毒复制、阻止病毒播散，减少对神经的损伤。若带状疱疹后遗神经痛

产生，以止痛和营养神经等对症支持治疗为主，而神经的修复是个漫长的过程，因此要争取早发现、早治疗。此外，接种带状疱疹疫苗是预防带状疱疹的有效措施。目前，推荐50岁及以上免疫功能正常的人群接种以预防带状疱疹。

胡雪英



过敏性紫癜、天疱疮、结节性红斑等疾病的诊治。

■专家链接

胡雪英，市二院皮肤科主治医师，医学硕士，河南省中西医结合学会皮肤病分会委员。她擅长湿疹、荨麻疹、痤疮、斑秃、脱发、带状疱疹、银屑病、白癜风、

谣言六：瓶装水放汽车后备厢里会变毒水

真相：目前瓶装水基本采用聚酯（PET）瓶，合格的食品级聚酯瓶化学性质较稳定，且其中增塑剂等化学物质在60℃以下往饮用水中的迁移量极少，所以在50℃至60℃的温度下不用担心瓶装水的安全问题。

谣言七：检测出含有甲醛的蘑菇是用甲醛泡过的

真相：自然界本身存在微量的甲醛，特别是一些果蔬，采摘后仍在呼吸，在密封的条件下就会产生化合物甲醛，从而被检测出来。这种化合物甲醛与家装材料、服装面料上的游离甲醛不同，不具有致癌性。在烹饪过程中，这些微量的“天然甲醛”会挥发殆尽。

谣言八：经常吃海产品肯定不会缺碘，买盐一定要买无碘盐

真相：我国对一般人群每天的碘推荐摄入量为120微克，而我们每天从饮水和食物中摄入的碘量是远远不足的。除非每天吃足够量的海带、紫菜等富碘海产品，否则还是需要吃碘盐。

谣言九：蓝莓可以抑

制癌细胞，延缓衰老

真相：以蓝莓和越橘为原料的保健食品被国家监管部门认定的主要保健功能是缓解视疲劳、改善视力、增强免疫力等。过度宣传蓝莓能抗癌、延缓衰老等，缺乏医学依据。

谣言十：顶上有黄色花朵的黄瓜使用了避孕药

真相：顶花黄瓜是种植户在黄瓜开花前一两天，使用植物生长调节剂（也被称为植物激素）来提高坐果率，增加产量。避孕药是动物激素，与植物生长调节剂的作用方式完全不同，不可能对黄瓜有生理调节作用。我国对植物生长调节剂的使用与管理有明确规定，只要用量适宜，基本不存在安全隐患。

市疾控中心健康宣教科提供

相约六院·健康相伴

怎样区别良性眩晕与恶性眩晕

近日，韩老太清晨睡醒起床时突然感一阵强烈的旋转性眩晕，有周围物体或自身在旋转、翻滚、下坠，视物移动等多种复杂的感觉，伴随恶心、全身冷汗等症状。她一下子瘫倒在床上。家人发现后，立即将她送到医院。来到医院后，医生经询问得知，韩老太1天前摔了一跤，腰痛，没有骨折，但仰卧垂头位时，立刻引出向地性垂直眼震。出现这些症状时，医生一般考虑两种可能：一是恶性眩晕（脑卒中），二是良性眩晕（上半规管耳石症）。通过常规HINTS三联检查，医生快速排除了恶性眩晕的可能，随即给予上半规管耳石（深悬头位法）手法复位治疗。韩老太头晕症状逐渐缓解，就诊完毕后出院。医生回访时，她表示未再头晕。

怎样区别良性（外周性）眩晕与恶性（中枢性）眩晕？

眩晕是最常见的临床症状之一，分外周前庭性眩晕和中枢前庭性眩晕。外周前庭性眩晕又称良性眩晕，预后良好；中枢前庭性眩晕又称恶性眩晕，误诊或治疗不当后果严重。

良性眩晕最常见的疾病是良性阵发性位置性眩晕，俗称耳石症，特别是中老年人容易发病。外仿是其诱发因素之一。耳石位于人体内耳，耳石症是指当头位快速移动到某一特定的位置（起床、躺下、翻身）时激发的伴随眼震的短暂的、阵发性外周性前庭疾病；眼震大多为水平型或者旋转性眼震，垂直性眼震非常少见（只有上半规管耳石可引起）。脑卒中引起的眼震多为垂直性，临床上很容易将两者混淆。小脑脑干卒中引起的眩晕除有眩晕、垂直性眼震外，还可有眼前发黑、口齿不清、面部麻木、肢体不灵、小脑共

济失调等中枢神经症状，高分辨MRI有新发脑梗影像可确诊，但多在24小时至48小时后才显影，也有相当一部分恶性眩晕没有任何中枢神经症状，仅有眩晕。对于仅有眩晕症状的脑梗患者，往往更容易误诊误治。

沈春华



鸣、耳聋、头晕（眩晕）、中耳炎、耳道真菌病、打鼾以及鼻甲肥大、扁桃腺肥大、耳石症的治疗等方面积累了丰富的经验，能熟练开展鼻内窥镜下各种手术，在复发性鼻息肉治疗上有独到之处。

■专家链接

沈春华，市六院（市中心血管病医院）耳鼻喉科主任、副主任医师，河南省康复医学会听力与眩晕分会委员。她多次到上级医院进修，擅长耳鼻喉科各种常见病和疑难杂症的诊疗，在耳

间歇性饮食法控制饮食

不少慢性病患者在控制饮食时，每顿饭的食物量常常比平时要少，导致进餐时感觉不过瘾、吃不饱甚至减弱了享受美食的幸福感。这时，可以试试间歇性饮食法。

将每顿饭分成三份，在吃每份饭菜时采用间歇式的进食方式。吃完第一份后，停顿2分钟至3分钟，然后再进食第二份，再次停顿2分钟至3分钟，再进食第三份。同时，放慢进食速度，细嚼慢咽。这

种进食方式可以刺激饱腹神经中枢，向大脑发送“我已经饱了”的信号，让我们较早地感到饱腹，减轻因吃得少导致的“没吃饱、不过瘾”的感觉。

用这种方法进食，可给予身体一定的休息时间，让饭菜在胃中逐渐消化，向大脑发送饱腹信号。同时，缓慢进食、细嚼慢咽有利于身体健康。

据《健康时报》

