

力争3年左右 看病缴费不再排长队

看病缴费“多次排队”“排长队”，这个困扰老百姓的烦心事有望解决。

国家医保局办公室1月8日发布文件，将大力推进刷脸支付、一码支付、移动支付、信用支付，力争用3年左右时间构建覆盖门急诊、住院全场景的便捷支付体系。

四种不同的支付方式，为的是针对性解决不同人群的缴费痛点。

——刷脸支付。通过“刷脸”完成身份验证与缴费，不需要携带实体卡或手机，尤其适合忘记带卡、不擅长操作智能手机的老年人等群体。

——一码支付。即一次扫码，同步完成医保报销、个人账户支付、个人负担缴费，让患者不再在不同窗口来回跑，让缴费环节更集成、更简化。

——移动支付。患者可以通过手机App、小程序等，线上完成挂号、缴费、医保报销全流程，不需要排队使用自助机或到窗口进行缴费，尤其适合孕妇、残疾人等行动不便的患者。

——信用支付。以参保人与银行的契约关系为前提，个人负担的现金部分由银行在核定的授信额度内先支付给医疗机构，实现“医院看病，回家付款”，比如一些老年人不方便在医院缴费，开通信用支付后，可以先看病，回家再让家人付款。

这份惠民清单有着明确的时间表：首批推进的城市原则上每个省份不少于两个，各省份要确保2026年首批推进地区和定点医疗机构落地见效，2027年基本实现省内统筹地区全覆盖，2028年省内符合条件的定点医疗机构全面铺开。

让群众少跑腿，让数据多跑路。民生领域的改革需要秉持“致广大而尽精微”的理念、下足精准发力的硬功夫。

据新华社

“椿萱互助 为爱拍手”老年健身行动受欢迎

1月5日下午，漯河金康护理院四楼活动直播间内，专业老师带领老人先做手指伸展，再以手指交叉拍打全身关节经络。动作简单易学，既锻炼四肢灵活性、协调性，又让老人在举手投足间感受传统养生文化的魅力。

活动结束后，漯河金康护理院工作人员为老人免费送上热气腾腾的手工馒头。“椿萱互助 为爱拍手”老年健身行动公益项目发起人表示：“用‘爱心馒头’传递社会温暖这一小小的善举我们会持续下去，让老人真切感受到被看见、被尊重、被关爱。”

为积极应对人口老龄化、增强老年人身体素质，展示老年人积极健康向上的精神风貌，在中共漯河市委社会工作部、市卫生健康委老龄科指导下，漯河金康护理院联合市慈善椿

萱互助服务队启动“椿萱互助 为爱拍手”老年健身行动公益项目。本项目主要面向机构老人、社区老人、社会老人等群体，依托漯河金康护理院四楼场地，通过线上和线下相结合的方式，带领长者做健康拍打理，普及科学健身理念，提高老年人健康水平。活动开展近几个月以来，吸引了辖区众多空巢老人、留守老人积极参与。高峰时段，线下每场近50人，线上观看并跟拍者多达5万人。

市卫生健康委四级调研员李飞表示，漯河金康护理院与志愿团队开展的互助爱老模式值得肯定。项目积极践行“老有所学、老有所乐、老有所为”理念，切实保障机构老人、社区老人的身心健康，进一步增强了老年人群的幸福感和获得感。

刘红杰

诚信二院·健康万家

小儿疝气多为腹股沟斜疝，是由于两侧下腹部的腹膜鞘状突未能闭合导致腹腔内组织（肠管、大网膜、女孩的卵巢等）突出到腹腔外，表现为一侧或两侧下腹部的可复性肿块。当孩子哭闹、用力排便、剧烈运动等腹压增加时肿块突出，安静或平卧时肿块消失。孩子出生后即可发病，新生儿发病率为5%左右，男婴发病率是女婴的8倍~12倍。

如何判断孩子是否患有疝气

1.典型表现（及时就医）：孩子哭



漯河市交通路201号 (总) 0395-311-1811 311-1812

小儿疝气是什么

闹、咳嗽、排便时腹股沟或阴囊（大阴唇）出现包块，平静或躺下时包块自行回纳，轻轻按压可听到肠子回纳的声响。

2.出现以下危险信号：鼓包变硬、发红、触痛，宝宝持续哭闹、呕吐、拒食，包块无法推回腹腔。这些信号提示孩子患嵌顿疝，可能导致肠坏死，要立即到医院就诊。

腹股沟斜疝必须手术治疗吗

目前，建议儿童腹股沟斜疝确诊后尽早手术，关闭腹膜鞘状突，防止疝气再次发生。

随着腹腔镜技术的发展，腹腔镜下疝囊高位结扎术成为小儿疝的首选术式。术中，结扎患侧疝囊的同时还可探查对侧是否有隐匿性疝，如有，可在不增加戳孔的前提下一并处理；术后6小时可少量进食，次日即可出院。

手术后注意事项

伤口护理：保持伤口清洁干燥，

定期清洁伤口，避免感染。如果发现伤口红肿、疼痛明显，应及时到医院复诊。

活动限制：术后两周内建议避免剧烈运动和哭闹；预防呼吸道感染，避免

长期剧烈咳嗽，保持大便通畅，避免便秘。

饮食调整：合理饮食，保持均衡饮食，少食多餐、循序渐进，以清淡易消化食物为主。

王松阳



专家链接

王松阳，市二院小儿外科主任，主任医师，省小儿外科委员、省小儿外科医师协会常务委员，市小儿外科学会主任委员、市肠内肠外营养学会委员会副主任委员。他曾在湖南湘雅医学院、湘大一附院、省儿童医院进修，对普外科、胸外科、小儿外科、肛肠外科常见病及多发病的诊治有丰富的临床经验，尤其对小儿普外科常见病，如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、小儿疝气、小儿包皮过长及包茎、肠套叠等的诊治有独到之处。他曾获市科研成果二等奖，发表省级以上论文多篇。

用药安全

生活中，头疼、牙疼、关节痛等各种疼痛时常找上门，很多人会下意识吃布洛芬来缓解。虽然布洛芬在镇痛领域属于顶流般的存在，但也有短板。布洛芬并不能应对所有疼痛，滥用还会带来健康风险。在此提醒大家，布洛芬并非万能止痛药。

1.擅长

缓解疼痛：布洛芬主要用于急性的轻、中度疼痛治疗。对于关节痛、肌肉痛、头痛、牙痛，以及女性的痛经，布洛芬都可以起到不错的镇痛效果。

退热：对于普通感冒、流感等引起

的发热，布洛芬有很好的退热效果。

2.短板

布洛芬对于刺痛、严重创伤的剧痛及平滑肌绞痛（如胆绞痛、胃肠绞痛）无效；对于6个月以下的婴儿有引起胃肠道反应、肾衰竭、坏死性筋膜炎和雷氏综合征等不良反应的风险，不建议使用；水痘患者使用布洛芬会增加并发症的发生风险，如果需要退热、镇痛，建议选择其他解热镇痛类药物；特殊人群最好咨询医生或药师后再用药。

3.注意事项

布洛芬多为非处方药，临床应用是

相对安全的，但仍然可能存在一些毒副作用，比较常见的是轻中度的胃肠道不适，严重者可出现消化道溃疡和出血、肝肾功能损伤、耳鸣等。因此，服药期间需要注意观察是否出现恶心、便血等症状，并定期检查肝肾功能，一旦发生异常要及时就诊。

4.禁用情况

以下人群禁用布洛芬：对布洛芬、布洛芬药品的辅料、阿司匹林或其他非甾体抗炎药过敏的人群，孕早期和孕20周以后的女性，哺乳期妇女，严重的肝肾疾病、心脏疾病患者，活动性消

化性溃疡、胃肠道出血或穿孔患者。

5.“天花板效应”

作为非甾体类抗炎药中的一员，尽管布洛芬不具有成瘾性，但有“天花板效应”，也就是达到一定剂量后，再增加剂量也不能增强止痛的效果，反而会明显增加毒副作用。

布洛芬有多种剂型，至于哪种剂型效果最好，则要因人而异。例如，缓释制剂的优势在于作用更持久，更适合长时间缓解疼痛，但如果用布洛芬缓释片（胶囊）退热，则效果不好。

据“学习强国”学习平台



记者1月5日从国家卫生健康委获悉，2026年育儿补贴5日起已全面开放申领。截至5日12点，育儿补贴信息管理系统运转有序。 新华社发



美国一项新研究显示，老年人的人体昼夜节律（又称生物钟）较弱或不规律，可能会增加罹患癌症的风险。 新华社发

AI如何为健康注入新活力

在人工智能发展浪潮下，从加速新药研发进程，到赋能临床精准诊疗，再到驱动医疗产业创新升级，医工融合正从“单点突破”迈向“全域开花”，为守护群众生命健康提供更有力的科技支撑。

更快

有望缩短新药研发周期

日前，我国自主研发的开放式、普惠性AI制药平台——“AI孔明”正式发布。其在疟疾、结核病以及病毒等全球健康挑战的相关数据库向全球免费开放。

“该平台已经在数十条真实研发管线中完成系统验证，相较传统流程，候选分子命中率与优化效率实现了数倍至数十倍的显著提升。”全球健康药物研发中心首席运营官陆曼春说。

研发团队团队、全球健康药物研发

中心数据科学部负责人郭晋疆介绍，在“AI孔明”制药平台中，开发了AI分子设计模型、高精度虚拟筛选、多任务ADMET评估模型等原创算法，覆盖“靶点结构分析、AI分子生成与优化、活性筛选、成药性评估”全流程，压缩传统药物研发时间。

以帕金森病或卒中后遗症为例，为帮助更多偏瘫患者重新找回正常步态，中国科学院软件研究所研究员范向民团队研发出基于人工智能的功能性音乐辅助系统——通过AI生成适配患者步态的功能性音乐律动，搭配骨传导耳机，

帮助患者调整行走节奏，增强协调性和平衡性。目前，这项成果已在北京协和医院等地进行临床试验。

此外，基于头部磁共振成像的深度机器学习模型助力垂体腺瘤术前评估，基于智能引导视觉刺激研发AI眼镜治疗弱视、人工智能辅助常规CT检测出早期胰腺癌……一系列新技术的出现，为医疗健康领域注入全新活力。

更方便

为多个医疗领域注入活力

从新药研发、医学影像检查，到疾病辅助诊断、智能康复，再到传染病监测预警、卫生健康行业智能监管……AI技术在医疗领域的应用日渐广泛。

以帕金森病或卒中后遗症为例，为帮助更多偏瘫患者重新找回正常步态，中国科学院软件研究所研究员范向民团队研发出基于人工智能的功能性音乐辅助系统——通过AI生成适配患者步态的功能性音乐律动，搭配骨传导耳机，

续发力。

搭建平台，打通创新的“毛细血管”——苏州工业园区启用医工结合创新成果转化平台，进一步发挥当地生物医药产业先发优势；海尔大健康打造医工科技创新产业化平台，打破数据、学科、机构之间的壁垒。

国家政策不断出台，加速让创新“从点到面”——工信部等七部门联合印发《医药工业数智化转型实施方案（2025~2030年）》，推动新一代信息技术与医药产业链深度融合；国家医保局发布立项指南明确将“人工智能辅助诊断”列为病理诊断的扩展项，让人工智能更好应用于临床。

推动产学研形成开放协同的创新生态，需要更多力量同向行动。中国研究型医院学会会长何振喜说，要构建开放共赢的协同机制，让创新要素自由流动，推动医学科技创新生态建设。

据新华社

更顺畅

让“AI+医疗”跑出加速度

面向未来，创新要素如何更高效流转，将成为医工融合创新升级的关键。更多医药企业在“押注”AI——石药集团、恒瑞医药等药企纷纷设立AI研发部门，借助算法模型加速药物靶点发现与临床试验进程；多家医械公司加速前沿技术布局，在AI与机器人融合应用、重点疾病诊疗设备等方面持

泡脚药材产品热销

医生提醒：冬季养生要谨慎

■本报记者 张赢

1月6日，记者走访市区部分商场、超市发现，除了传统泡脚包外，泡脚粉、泡脚丸、一次性泡脚药袋等产品也有不少，部分产品还搭配含中药材成分的暖脚贴一同售卖，售价从十几元到几十元不等，深受市民青睐。

在泰山路新大新生活广场日常用品专区，艾草、生姜、当归、红花等多种功效的泡脚包、泡脚粉整齐陈列，货架下方还放着泡脚桶、泡脚盆。不少市民驻足挑选。“天冷了，睡前泡个脚很舒服。这种直接使用的泡脚粉用着方便，不用自己熬煮。”市民刘先生表示。

值得注意的是，许多泡脚包、泡脚粉等产品的包装上除了成分表、执行标准外，还有“孕妇谨慎使用”“皮肤破损者禁用”等提醒。但是，也有少数产品仅简单标注功效，未详细注明适用人群和禁忌。

不少市民在接受采访时表示，选购泡脚药材时更看重便捷性和价格，

对产品合规性、成分安全性关注不足。“就是泡脚用的，又不是吃的药，没必要太较真。”市民李女士说。

冬季泡脚加药材本是传统养生方式，但非药店、医院渠道售卖的部分产品存在资质不全、成分不明等问题，其合规性和安全性难以保障，可能给消费者健康带来潜在风险。为此，记者采访了市中医院药学部副主任、主管药师白冰，为市民提供科学参考。

白冰表示，市民购买时要认准产品资质，无资质的“三无”产品存在安全隐患。同时，要结合自身体质选择。现代人多以寒湿、肝郁体质为主，若本身有出血倾向、皮肤过敏等情况，盲目使用含红花等活血成分的产品可能加重症状；特殊人群要谨慎，孕妇应优先用清水或仅加几片生姜泡脚，避免使用含活血成分的产品等。

关于泡脚的细节，白冰给出了具体建议：泡脚最佳时间为晚上8点至9点，水温40℃至45℃为宜，时长建议10分钟至15分钟。

图片新闻



1月6日，漯河医专二附院（漯河市骨科医院、漯河市立医院）组织内科、外科、骨科、妇产科、眼科、口腔科等临床科室专家志愿者，走进临颍县台陈镇王曲村开展“名医故乡行”义诊活动。 韩书环 摄

本版组稿：王夏琼