

健康

把群众看病就医“价格关”

长期以来,医疗服务价格实行各省份属地管理,由地方医药价格主管部门制定价格项目、确定价格水平,地区之间价格项目的数量、内涵、颗粒度差异都很大。项目数少的地区有四五千项,多的地区超两万项。有的同一个项目名,在不同的省份却有完全不同的服务内涵。不仅如此,不同的标准,也催生了很多不合理的收费项目,迫切需要统一收费标准,替群众看病就医把“价格关”。

2021年8月,八部门联合印发《深化医疗服务价格改革试点方案》,希冀以改革推动建立科学确定、动态调整的医疗服务价格形成机制,确保群众负担总体稳定、医保基金可承受、公立医疗机构健康发展可持续。

自去年以来,医保部门持续提升价格改革步伐,医疗服务价格项目立项指南成熟一批、规范落实一批、立项指南对存量价格项目进行系统性重塑,无论是项目名称、服务产出、价格构成,还是加收项、扩展项更加准确,边界清晰。

当然,立项指南仅仅是一项技术性的文件,要让指南发挥“把价格关”的作用,还有赖于各地医保部门做好对新立项指南的落地执行,有赖于医疗机构的积极配合。

保障人民健康,把好看病就医“价格关”需要协同发力。期待相关部门和单位从人民群众的健康需求出发,从医疗机构的可持续发展出发,积极落实指南,促进医疗机构依法依规合理收费,让医院收费更清楚,让患者付费更明白。

(本版有删节)

□ 孙秀艳

《人民日报》5月30日



素问

肠道菌群失调为何会引发骨关节炎?

日前,中南大学湘雅医院骨科关节外科主任医师雷光华团队和中国科学院上海药物研究所教授谢岑团队共同研究发现,全身代谢等系统因素是导致骨关节炎的主因之一,这一研究在世界上首次系统地揭示了肠道菌群引起的代谢紊乱会导致骨关节炎的发生,提出了骨关节炎发病机制新学说,突破了骨关节炎是一种局部因素所致疾病的传统认知,开辟了治疗骨关节炎的新方向。这一研究成果发表于《科学》杂志。

肠道菌群失调,除了可以引发骨关节炎外,还能引发哪些看似与肠道风马牛不相及的疾病?中南大学湘雅医院骨科关节外科教授谢岑表示,肠道菌群的状态也与抑郁症、糖尿病、肥胖和心血管疾病等多种疾病息息相关。

雷光华说,肠道内的微生物不仅能帮助消化吸收,还在调节免疫系统和全身炎症反应中扮演关键角色。当肠道菌群失调时,有害菌可能增多,肠道屏障功能受损,导致细菌产物进入血液循环,引发全身低度炎症。

□ 俞慧友

《科技日报》5月26日



▲ 山东省泰安市宁阳县东疏镇大伯集村卫生室

▲ 大伯集村卫生室的乡村医生戴文龙正在为村民测量血压

老村医在流失、新村医留不住
乡村医生脱“困”记

乡村医生的流失,不只是农村医疗人才资源的流失,更是农村居民医疗保障的损失。记者深入多个村庄,了解各地各部门为提高村医收入、补充和优化村医队伍做出的尝试,探寻纾解村医之“困”的路径。

乡村医生,最早被称为“赤脚医生”。从平原乡镇到偏远山村,数十年来,他们一边务农一边行医,为我国基层医疗卫生事业发展和保障农民身心健康作出了巨大贡献。国家卫生健康委数据显示,基层医疗卫生机构以占全国不到三分之一的卫生人力资源,提供了全国一半以上的诊疗服务量以及绝大多数的基本公共卫生服务。

然而,近年来,这一群体却面临着“老村医在流失、新村医留不住”的困境。收入偏低、保障不足、人员结构老龄化、后备力量不足……国家卫生健康委数据显示,过去8年间,我国乡村医生数量以每年减少3至5万人的速度持续下降。

乡村医生的流失,不只是农村医疗人才资源的流失,更是农村居民医疗保障的损失。记者深入多个村庄,了解各地各部门为提高村医收入、补充和优化村医队伍做出的尝试,探寻纾解村医之“困”的路径。

村医之“困”

“平均每个月只有两三千块钱工资,还得自己交社保。”在采

访中,从业30多年的乡村医生王强(化名)感慨道,村医这个行业越来越难了。

村医收入不高,工作却一点也不清闲。1971年出生的戴文龙,9年前接过父母的担子,成为山东省泰安市宁阳县东疏镇大伯集村卫生室的乡村医生。他通常早晨7点起床,然后忙着接诊、送药、入户访问,有时半夜还得处理紧急情况,手机从来不敢关机。除了为村民提供一般诊疗服务,村医还负责基本公共卫生服务、健康宣教、慢性病管理、上门服务为老人量血压……各项烦琐事务加起来,足以让他们忙得连轴转。“大年初一就上班,一直干到腊月三十,没黑没白,没有周末和节假日。”这是戴文龙和许多村医的工作写照。

据宁阳县相关数据显示,2024年度全县总诊疗量422万人次,村级(村卫生室+诊所)诊疗量212万人次,占总诊疗量的50.41%。但烦琐的工作并未给他们带来太多收入。

相比于收入困境,人才断层是影响更大、更深远的行业难题。“乡村医生队伍,近年来几乎是只出不进。”一位从事多年基

层医疗卫生事业的干部表示。

探索与尝试

怎样才能留住每年数以万计的“消失”的乡村医生?各地政府为了稳住村医队伍,纷纷做出了尝试。让村医当上村干部,既解决了部分待遇问题,还能提高职业的身份认同。戴文龙就是受益者之一。

2023年,宁阳县针对村医待遇低、诊疗能力弱、诊疗环境差等问题,开展了一场为期两年的乡村医疗卫生服务能力提升行动。针对村医待遇低的问题,当地创新引育留用乡村医生机制,将村医纳入村后备干部培养,符合条件的村医兼任村“两委”干部,并为这部分村医发放兼职工资。此举不仅让他们多了一份收入,还有效稳定了村医队伍。

稳定乡村医生队伍,既要留得住“老人”,也要引得进“新人”。在全国各地的尝试中,大学生乡村医生专项计划成效显著。

国家卫生健康委数据显示,截至2024年10月底,大学生乡村医生专项计划录用的近7500名大学生乡村医生均已陆续到岗。

除了“输血”,“造血”的长远意义更不容忽视。目前,宁阳县正在探索乡村医生“订单式”培养模式,有计划地引导更多年轻人加入乡村医生队伍。

□ 张稳 陈俞印
海报新闻5月31日

知心

中高考在即,这份考前“心理指南”请收好

中高考日益临近,有的考生可能会出现紧张、心情压抑、睡眠不佳、食欲异常等情况。天津市安定医院儿童青少年心理科主任孙凌表示,适度的紧张和焦虑有助于保持大脑的兴奋状态,可提高注意力和思维运转能力。考生和家长面对紧张情绪时不要害怕,应积极接纳自己的情绪、身体反应和睡眠状况。

孙凌说,考生要保证规律作息,不熬夜,建议午休时长不超过1小时;要合理饮食,均衡营养,避免摄入垃圾食

品,也要避免过度进补;要进行适度的户外运动,保证大脑供血供氧充足,有效释放不良情绪。“可以听一些舒缓的音乐,做一些自己感兴趣的事。这绝不是浪费时间,反而可以促进神经系统兴奋,是提高学习效率的必要保证。同时考生应与同伴保持交流和沟通,同伴间的倾诉、分享与共情是对彼此很重要的心理支持。”孙凌说。

此外,科学的解压方法可以有效缓解紧张焦虑。除了听音乐、洗热水澡、画画、做烘焙、



做家务、闭目养神等舒缓压力的方式外,考生可以尝试4-7-8呼吸法,即吸气4秒一屏息7秒一呼气8秒,重复3至4次。

□ 张建新 粟雅婷
新华网5月30日

医目了然

●我国首份《尼古丁替代疗法临床应用指南》发布

5月31日,中国首份《尼古丁替代疗法临床应用指南》正式发布。指南旨在深入探索尼古丁替代疗法作为一线戒烟治疗的应用策略,提高中国戒烟者的戒烟成功率。

国家呼吸医学中心、中日友好医院控制吸烟与呼吸疾病防控部主任、北京市控制吸烟协会会长肖丹指出,尼古丁替代疗法是一种用于戒烟的治疗药物,经

过严格的临床验证,通过替代吸烟者通常从烟草中获得的尼古丁,从而减少吸烟的冲动,使他们能够完全戒烟。

□ 姬薇

工人日报客户端5月31日

●国家医保局要求核查药师违规“挂证”等情况

近期,国家医保局筛查发现,部分药师姓名出现在多家定点零售药店的药品费用明细中,可能存在药师信息被假冒或药师“挂证”的违规情况。国家医保局发布公告,要求相关定点零售药店及其药师、相关地区医保部门配合核查相关信息。国家医保局表示,驻店药师应在岗在岗,不得挂名、兼职,营业时间内必

须有药师提供药学服务,保障参保人员用药安全、合理、有效。

新华社5月29日

●11月底前将实现三级公立中医医院儿科设置全覆盖

国家中医药管理局6月3日举行健康中国中医药健康促进主题发布会。国家中医药管理局副局长欧阳波介绍,到2025年11月底前,实现全国三级公立中医医院儿科设置全覆盖,二级公立中医医院80%以上设置儿科。不断加强中医儿科高层次人才培养,为儿童医疗卫生服务高质量发展提供中医药人才支撑。

□ 李斌
央视新闻6月4日

千金方

最佳运动时间不是“天刚亮”,更不是“临睡前”

很多运动的人会在两个极端现象,要么早上天刚亮就去锻炼,要么是晚上睡觉前去运动。但一项研究表明,这两个时间不一定对。广州医科大学和广东省人民医院的研究人员研究发现:早上太早运动全因死亡(全因死亡指一定时期内各种原因导致的总死亡,通俗的理解就是不论任何原因导致的死亡。)风险、心血管疾病死亡风险会更高。广东省中医院珠海医院成杰辉医生介绍,人体血压在早晨6至8点迎来第一个高峰期,运动会增加心脏负荷,升高血压,尤其对高血压

及心脑血管疾病患者来说不宜太早进行体育锻炼。除了早上“天刚亮”,晚上“临睡前”更不是最佳运动时间。一项研究通过对近1.5万名健身爱好者长达一年的追踪和睡眠分析发现:“临睡前”运动会导致入睡时间晚、睡眠时间短、睡眠质量低、夜间静息心率紊乱等“四重暴击”。

研究表明,“最佳锻炼时间”一个是8点至10点,一个是16点至18点。一次锻炼30至60分钟,运动方式采取有氧+力量,中等强度,效果较好。

□ 刘欢

央视新闻微信公众号5月30日

经常口臭可能是身体在“求救”

你的口臭是临时客串还是疾病信号?生理性口臭:一、临时“小插曲”。饮食作祟:大蒜、洋葱、韭菜等含硫化化合物的食物,会通过血液循环进入肺部,说话时“带味儿”。口腔干燥:熬夜、吸烟、饮酒后唾液分泌减少,细菌滋生加速,产生挥发性硫化物。清洁偷懒:牙缝残留食物发酵,舌苔堆积过厚,都是细菌的“温床”。二、病理性口臭:疾病的“信号灯”。口腔问题:牙周炎、龋齿、

口腔溃疡等,细菌分解食物残渣和血液,产生腐臭味。鼻咽疾病:鼻窦炎、扁桃体结石会导致脓液倒流,散发腥臭味。胃肠疾病:幽门螺杆菌感染、胃食管反流会让胃酸和腐败食物气味上涌。全身疾病:糖尿病酮症酸中毒有烂苹果味,肝衰竭患者呼气带鱼腥味,肾衰竭则可能散发尿臊味。

□ 刘阳禾

“广东卫生信息”微信公众号

5月30日

你知道吗?咳嗽也分“干湿”

咳嗽一般分为两类:干咳:指咳嗽没有痰或者痰很少。经常伴随喉咙痒痒的,这种咳嗽常见于非感染性疾病:咽喉炎、过敏、气道高反应性等。湿咳:咳嗽有痰。咳黄痰常见于感染性疾病:感冒后期、急性支气管炎、肺炎、支气管扩张等。

咳嗽了怎么办?多喝水:保持呼吸道湿润,可以帮助稀释痰液。保持空气湿润:使用加湿

器或者放一盆水在房间里,可以缓解干燥引起的咳嗽。避免刺激:远离烟雾、粉尘等刺激性气体,可适当佩戴口罩。及时就医:轻度咳嗽一般不需要干预;如果咳嗽持续时间长、症状严重、有哮喘音或者伴有其他不适,一定要及时就诊。

□ 徐丹

(作者系中国医学科学院北京协和医院内科护师)

科普中国5月26日

“毒五月”应借草木之力运脾醒脾

农历五月正值长夏季,天气炎热、雨水增多,这种气候湿热交蒸,毒虫滋生,人体易受外邪侵袭,脾胃功能易受损伤。古人将这一现象归纳为“毒”,认为五月是“百毒之月”,又称为“毒五月”。

广东省中山大学附属第一医院中医科主任陈泽雄介绍:“中医里提到的湿毒、毒”,可理解为湿热之邪长期蓄积体内,若脾胃运化失常,水谷精微代谢障碍,可能生湿、生痰、化热,引发皮肤疮疹、肠胃疾病等。”

农历五月,民间有挂艾草、菖蒲,佩戴香囊等习俗。这些习

俗对于“毒五月”期间的运脾醒脾也是有辅助的。陈泽雄解释,艾草性温、芳香透达,菖蒲辛温化湿,二者皆具浓烈香气。中医认为“芳香入脾”,其挥发性成分可振奋脾胃阳气,化解中焦湿浊,改善因湿困脾土导致的脘腹胀满、纳差困倦等症状。此外,草药外洗也有助于脾胃运化。如兰草(佩兰、泽兰等)煎汤洗浴,借药气透皮吸收,可芳香化湿、疏通经络。脾胃经循行于下肢(如足三里、阴陵泉等穴位),洗浴时按摩相关部位,能调节脾胃气机,缓解湿困阻导致的肢体沉重。

□ 陈辉 吴锦镇 章智琦

金羊网5月27日

当心!儿童服用感冒药吃出肝衰竭

近日,记者从中山大学附属第三医院(以下简称“中山三院”)获悉,该院肝移植团队成功救治三名急性肝衰竭患儿,其中两位患儿因为吃感冒药引发了急性肝衰竭。专家提醒,儿童服用感冒药要遵医嘱,宁少勿多。

中山三院肝移植科主任易述红教授表示,两位孩子吃的感冒药中都含有乙酰氨基酚,是一种在感冒药、退烧药中常见的成分。该药物在正确剂量使用情况下一般是安全的,在少数情况下,会出现

过敏性皮炎、粒细胞缺乏、血小板减少、高铁血红蛋白血症、贫血及肝、肾功能损害等,其中引起急性肝衰竭是最为致命的毒副作用。在成人和儿童中均可能出现。易述红提醒,儿童服用感冒药时一定要严格遵医嘱,并按照药品说明书使用,服用剂量“宁少勿多”,忌多种感冒药混着吃,服药时间不宜超过3天。孩子在服药后若出现乏力、纳差、尿黄、身目黄染等情况要及时就医。

□ 徐依励 任珊珊等

《广州日报》5月29日

声明:由于部分稿件作者地址不详,无法及时发放稿费,请作者与本报联系。电话:010-84772978