

便民惠民利民

——我市推进异地就医直接结算工作纪实

记者 王恬 实习生 王琛 通讯员 晏雄伟

“民为邦本，本固邦宁”。近年来，我市把医疗保障工作作为一项系统工程和民生工程来重点推进，市医保局树牢“情系民生、造福百姓”的核心理念，全力推进异地就医直接结算工作，奋力谱写我市民生改善新篇章。

异地就医结算需求快速上升

现居湖南长沙的王新全(化名)老人，是我市职工参保人员，已于2012年退休。退休后，跟着儿子媳妇长期定居在长沙，安享晚年。

随着年龄越来越大，难免会有生病的时候。2013年，他因身体不适在湖南的医院就诊，不幸诊断出恶性肿瘤，第一次住院治疗花费3万多元，医疗费报销的问题就

来了：虽然他参保了我市城镇职工基本医疗保险，但异地居住的他，医疗费用不能实时报销，仍需回参保地咸宁办理。

2013年出院时，王新全老人只好全额垫付了这笔医疗费，之后他委托家人从湖南赶到咸宁办理报销医疗费手续。经过受理、初审、复审、复核、结算等一系列报销流程，大半年后，医疗费报销款才汇入他的银行账户。

身患重病，治疗周期较长，治疗费不菲，又不能及时报销，这成了王新全的一大“心病”。

据了解，目前我市有万名退休职工分布在全国各地，和王新全一样，这类人群发生医疗费用后，需要先行垫付，再回到咸宁“跑腿”报销，因而异地就医实时结算就成了他们最期盼解决的问题。

“除此以外，对于我市来说，还有一类人

群也格外关注异地就医结算问题。”市医保局局长徐永春说，咸宁作为一个劳动输出大市，外出务工经商人数每年仍在增长，同时大部分人居住在北上广深等发达地区，其中广东为主要集中地，由于异地居住和异地就医，他们对跨省异地就医结算有着明显的需求。近几年，定居广东的咸宁参保群众异地就医需求也在呈快速上升态势。

11家医疗机构接入结算平台

群众的需求，就是改革着力点。市医保局异地结算工作相关负责人李玲告诉记者，事实上，为解决异地就医人员的就医报销难题，我市很早就已经开始筹备了。

自2010年起，我市各级医保经办机构推出一项特色服务——异地报销绿色通道，让异地就医人员“即来即报”。“这些办法从一定程度上方便了异地外出人员，但还是不能从根本上解决问题的‘症结’。”李玲坦言。

没有全民健康，就没有全面小康。为了回应百姓期待，市委、市政府将异地就医

结算工作提到了深化医保制度改革、保障民生需求和改善投资环境的高度，从各方面都给予了大力支持。经过广泛深入的调研、论证，我市启动了省内异地联网结算工作的序幕。

2011年11月，我市在全省率先实现市本级和下属6个县市区共7个统筹单位的市内联网结算；

2011年12月在全省率先开通省级能就医结算；

2014年10月与省内各州市之间联网结算对接成功；

2016年12月启动跨省异地就医安置

退休人员联网工作，年底调试成功；

2017年初在全省率先成功与国家平台和省平台对接，咸宁市中心医院与省本级15家医疗机构一并列入全国跨省异地就医直接结算定点医院名单……翻开我市医保大事记，市医保工作在一个个时间点有序推进。

功夫不负有心人，我市市医保直直接结算工作的扎实推进，取得了良好效果。2011年，咸宁被确定为湖北省内异地就医联网结算试点城市，2016年咸宁被确定为湖北省跨省异地就医联网结算试点城市，2019年全市11家定点医院接入国

家异地就医直接结算平台。

“跨省异地就医结算，不只联网那么简单，背后还需要强大的系统和技术支撑。”市医保局局长徐永春打了个“比方”，跨省异地就医实时结算就像架设一条“高速公路”，实现道路通畅首先要与全国网络互联互通，其次还需要有服务支撑，这有赖于技术的不断完善和经办能力的进一步提升。

“值得庆幸的是，这几年我们的城镇职工、居民医保市级统筹以及省内异地联网结算等工作为跨省异地就医实时结算工作奠定了良好的基础。”徐永春说。

备案成功即可持卡异地结算

2017年，当王新全老人因后续治疗再次住院时，惊讶而又欣喜地得知——跨省异地就医可以实时结算啦。他在湖南医院住院实现了跨省医疗直接结算，因为异地就医，王新全老人不仅省下了报销医疗费用的往返时间和路费，还不用拿出一大笔钱来垫资，非常便利。

“彻底去了这块‘心病’！再也不用全额垫付医疗费用，也不用为报销医疗费用奔波于长沙和咸宁两地了。”王新全说。

我市异地就医申报也是非常迅速。

在工作日期间，首先在异地参保地区经办机构进行备案，经办机构采集必要的信息，然后选择接入国家异地就医结算系统的医院，最后一定要带上全国统一标准的社会保障卡。”李玲介绍，参保人可以在全国社保网查询详细的异地相关信息，对于已经在参保地完成备案的人员，可以在网上注册，完成实名认证，即可在线查询本人备案登记和异地就医结算信息。只要备案成功，就可以持卡住院直接结算。

为了让异地居住人员知道和了解异地就医政策和规定，自实现跨省异地就医直接结算后，我市大力发放《给异地就医人员的一封信》，对这项惠民政策进行大力宣传。

异地就医告别报销难，持卡直接结算免去垫资压力。2018年，全市参保职工，居民异地就医备案3978人，全市参保职工，居民异地就医结算1405人次，涉及医疗费用总计达2683万元。省外病人在我市各医院跨省异地就医直接结算131人次。

2019年1-6月份，全市参保职工，居民异地就医备案4611人，全市参保职工，居民异地就医结算1684次，与去年同期相比，结算人数增长342%；省外病人在我市各医院直接结算231人次，与去年同期相比增长了824%。

三伏贴不是“万能贴”

“跟贴”需谨慎

核心阅读：近几年，中医“冬病夏治”的观念可谓深入人心。每到入伏，各大中医院中医科前贴三伏贴的人们都会排起长队，场面甚是火爆。

然而，与火爆的场面形成鲜明对比的是，每隔一段时间，三伏贴有反作用的报道就会见诸报端。近日就有媒体报道，江西省儿童医院在提供三伏贴敷贴服务中，部分儿童出现皮肤瘙痒、灼痛感、水泡等不良反应。经调查，江西省儿童医院此次部分儿童敷贴后出现皮肤不良反应的主要原因是三伏贴辅料配制欠合理。三伏贴的治病机理是什么，到底有没有反作用，哪些人群更适合贴三伏贴呢？

谈起三伏贴的渊源，周仲瑜表示，上世纪60年代，湖北省中医院老中医唐永济献出祖传秘方，对老年慢性支气管炎、哮喘两种冬病采取药膏敷贴方法治疗，把祖国传统医学的“冬病夏治”与呼吸系统疾病的预防结合。来年冬季，大多数接受治疗者发病症状明显减轻。“冬病夏治”自此被广为传播。“这是迄今我们了解到的全省乃至全国最早的冬病夏治。”周仲瑜说。

揭开包装，找准穴位……当前，三伏贴就像使用创可贴一样方便。殊不知，其制作过程远非这么简单。“三伏贴的制作有严格的要求。”湖北省中医院药事部副主任尹劲松说。

首先，处方经过中医辨证论治指导，儿科、针灸科、耳鼻喉科、肺病科、风湿科等会根据自己科室的病种开出处方，并不是“千人一贴”；其次，三伏贴药物的用法也有严格讲究，哪些需要炮制有严格限制。“拿白芥子来说，作为一味对皮肤有刺激性的药物，它的含量就有严格的比例要求。更重要的是，辅料的使用也很有讲究，多用嫩姜汁作辅料，有时也会加蜂蜜进行调和。”尹劲松强调。再次，从加工工艺上来说，药物加工得越细密，对皮肤的刺激性越小。并且还要严格把握用料的纯净度，药粉的微生物含量等，否则出现发泡现象时就易发生感染。最后，要根据各地气候调整处方，比如北京、广东、湖北等地的气候就存在较大差异。

用的报道，原因有很多。首先，贴三伏贴是一种医疗行为，不是任何地方都能开展的。作为一种治疗方法，具有严格的药物配比、穴位及适应症的选择。因此，要看敷贴的地点和使用的药物等，这个锅不应让三伏贴背。

“在正规中医医疗机构进行冬病夏治是有作用的，没有副作用，但有可能发生起泡等不良反应。”周仲瑜说。

专家解释，穴位敷贴疗法的疗效主要由药物的透皮吸收和经络的刺激作用激发。实际操作中，采用一些手段是可以兼顾治疗效应与皮肤反应的。具体来讲，敷贴治疗是有时间限制的，一般敷贴2—4小时即可，有些患者觉得贴的时间越长越好，24小时还不撤换，肯定会出现比较明显的皮肤反应；再就是针对对皮肤敏感的成人患者和儿童，可以采用“油膏”制剂，在不更换药物的前提下选取刺激性比较小的介质，从而既保证疗效，又减少皮肤刺激。

“冬病夏治是临床医学治疗，不是一般的商业性养生保健服务，患者一定要选择具备正规资质的医院就诊，才能保障疗效和医疗安全。”周仲瑜建议。

不是“万能贴”，这几类人不宜使用

此前，北京市针灸学会曾做过一项调查，以3年为一观察周期，对2014—2016年共1.9万例三伏贴患者进行跟踪调查。数据显示，连续3年参加冬病夏治三伏贴的患者，其呼吸系统疾病的年发病次数、年急诊次数、住院次数及年哮喘或过敏总天数呈逐年递减趋势。相较于2014年，2016年的年发病次数减少49.5%，年急诊次数减少66.5%，年住院次数减少37%，年哮喘或过敏总天数减少54.1%。

“冬病夏治基本是围绕慢性病，这类病都比较难根治，治疗时间长短不一。”湖北省中医院儿科主任向希雄说。此外，冬病夏治主要针对虚寒体质的人群，而有内火、湿热体质的人不适合冬病夏治。简易的判断方法是观察分泌物和舌苔。如果痰或鼻涕为黄色，且比较黏稠；舌质发红且舌苔干燥，或舌苔黄腻就不适合贴敷。他建议患者在敷贴之前先到正规医院请医生辨证。

周仲瑜也提醒，三伏贴有禁忌症，有些人不适合使用，如体热、火旺、常口舌干燥的人；孕妇、严重心脏病、糖尿病血糖控制不佳者、严重肝肾功能不全者、恶性肿瘤患者也不适合；皮肤易过敏、皮肤娇嫩、瘢痕性体质的人也应谨慎贴敷；2岁以下的婴幼儿皮肤娇嫩，也不适合。

三伏贴敷贴后一般会有一定程度的温热感，甚至会有皮肤刺激反应，极个别病人会有水泡等严重的接触性皮炎表现。专家解释，这些不同程度的皮肤反应都与三伏贴组成以及炮制方法相关。有严重过敏史的人一定要慎用，不能盲目跟风。

(本报综合)



这项研究显示，若能以个体最大肌肉力量(1RM)70%至85%的强度，每周规律进行2至3天、每天2至3组的训练，无论是否患有慢性病，老年人的日常活动能力都会有所改善。此外，抗阻力训练还有助于改善平衡、保持骨密度、增进心理健康，并降低心脏病、关节炎、糖尿病和骨质疏松症等慢性疾病的发病风险。

研究提到，在多数情况下，开展适当的训练，益处远大于风险。然而以美国为例，年龄在75岁以上的老人中只有8.7%的人在闲暇之余进行肌肉力量训练，不参加训练主要是由于安全考虑、恐惧、疼痛、疲劳、缺乏社会支持等原因。

美国国家体能协会在声明中对老年人进行抗阻力训练给出11项具体指导建议，主要分为运动计划设计、生理适应、功能性益处和慢性病情况4部分，以帮助老年人克服心理等障碍，达到更好的培训效果。

(本报综合)

生活顾问

夏季如何预防哮喘

本报讯 记者陈希子报道：近日，家住咸安青龙社区的市民董爹爹想咨询，夏季该如何科学祛湿呢？

青龙社区卫生服务中心相关医务人员介绍，夏天也是哮喘的高发季节，因为气温不断升高，容易滋生细菌。哮喘有可能会因为细菌的过多而严重。

居民日常生活中应尽量保持室内空气新鲜，没有一氧化碳、粉尘、化学药品等刺激气味。不可抽烟。保持空气流通，湿度要适宜，注意防寒流保暖。

患者哮喘发作时应在床上，半卧位。不要使用鸭绒之类的当枕头，绒绒有可能会加重哮喘。有条件的话，家中可以买个氧气瓶，适当吸氧。

注意饮食清淡，不要吃辛辣、生冷瓜果、海鱼之类的腥发食物，禁止喝酒，避免过咸、过酸及过饱。饮食上可多食些高蛋白食物，如鸡蛋、牛奶、瘦肉、家禽、鱼等，多吃含维生素C的蔬菜和水果，如柑桔、橙、猕猴桃、西红柿、菠菜、小白菜、青菜等。哮喘患者不可以做太过激烈的运动，避免呼吸困难。但是并不代表就可以不进行锻炼了，只是做一些不是太猛烈的运动，适当的参加体育锻炼，提高身体抵抗力。让自己的身体保持在一个健康的状态。

夏天来临的时候，因为天气热，很多人都会开空调。而对于有哮喘的患者来说，这无疑会引发疾病复发的诱因。因为哮喘患者不能受冷空气的刺激，如果遇到冷空气刺激就容易复发哮喘。

哮喘是生活中较为常见的一种呼吸道疾病，不管是小孩、成人或者是老人都可能长期被哮喘所困扰的。哮喘具有突然发病的特点，会让患者与家人不知所措。要知道，如果哮喘急性发作时治疗不及时，再加上病情的反复发作，就会严重影响到患者的生命，后果是非常严重的。所以希望患者能够慎重对待，积极的到医院进行专业的治疗。

健康教育

jian kang jiao yu

警惕先天性青光眼 危害幼儿眼健康

有不少人觉得青光眼是种老年病，上了年纪的人才会上这种疾病，其实这是一种认识误区。眼科专家提醒，一些幼儿也可能患上青光眼，面对这种疾病千万不要拖延，需及早诊断，及时治疗。

最近，重庆爱尔眼科总院接诊了一名8个月大的幼儿，这名小患者一直有畏光流泪的症状，经专业检查，发现其所患眼病是先天性青光眼。“先天性青光眼是由于胚胎发育障碍，胎儿眼睛里的房水外排通道发育不正常，导致眼压升高，眼球增大的一种致盲性疾病，常被称作‘水眼’或‘牛眼’。”重庆爱尔眼科总院青光眼科主任王薇介绍，由于幼儿无法用语言准确表达自己的疾病感受，很多家长往往难以及时发现孩子患上了青光眼。

但是先天性青光眼还是有“症”可循的，根据临床表现，可以做到早发现、早治疗。例如，随着患儿眼压升高，角膜颜色会出现异常，可能会偏向灰白色。同时除了黑眼仁大、颜色异常外，青光眼患儿还会出现畏光、流泪的症状。

王薇介绍，青光眼是进展性眼病，患者应定期检查，建立档案，以方便对病情进展数据进行对比。对先天性青光眼推荐手术手术，以改善眼内房水引流问题，降低眼压，术后青光眼患儿还需定期复查。

老年人也需适当“撸铁” 或有助于健康长寿

在健身房“撸铁”增肌的似乎都是年轻人，上了年纪的人即便锻炼也不怎么进行这类训练了。不过，一项新研究表明，老年人用正确的方法进行这类抗阻力训练，增强肌肉力量也有助于健康和长寿。

美国国家体能协会在新一期《力量与调节研究杂志》发表声明说，老年人容易在生理机能、心理健康、生活质量等方面出现减退，一项由这家协会支持的研究表明，抗阻力训练是抵御这些减退现象的有力干预方法。

这项研究显示，若能以个体最大肌肉力量(1RM)70%至85%的强度，每周规律进行2至3天、每天2至3组的训练，无论是否患有慢性病，老年人的日常活动能力都会有所改善。此外，抗阻力训练还有助于改善平衡、保持骨密度、增进心理健康，并降低心脏病、关节炎、糖尿病和骨质疏松症等慢性疾病的发病风险。

研究提到，在多数情况下，开展适当的训练，益处远大于风险。然而以美国为例，年龄在75岁以上的老人中只有8.7%的人在闲暇之余进行肌肉力量训练，不参加训练主要是由于安全考虑、恐惧、疼痛、疲劳、缺乏社会支持等原因。

美国国家体能协会在声明中对老年人进行抗阻力训练给出11项具体指导建议，主要分为运动计划设计、生理适应、功能性益处和慢性病情况4部分，以帮助老年人克服心理等障碍，达到更好的培训效果。

(本报综合)