

健康焦点

全国有7700家二级以上医院提供线上服务

# 互联网医疗,让看病更轻松

本报记者 申少铁 李红梅

2020年以来,在抗击新冠肺炎疫情过程中,全国各地公立医院纷纷推出互联网医疗服务,有效改善了患者就医体验。

国家卫健委公布的数据显示,目前,全国有超过1100家互联网医院,7700家二级以上医院提供线上服务。三级医院网上预约诊疗率已达50%以上,3300家医院将分时段预约诊疗精准到30分钟。90%以上的三级公立医院实现了院内信息互通共享。远程医疗协作网覆盖所有的地级市2.4万余家医疗机构。30个省份已经建立了互联网医疗服务监管平台。

### 手机复诊,操作简单快捷

网上复诊节约了患者和家属的时间和金钱,让患者免去了舟车劳顿之苦,有利于术后康复

“陈主任好,我有些咳嗽,是怎么回事?”“营养管放在咽喉处,会有刺激,偶尔咳嗽是正常现象。”

“手术已经过去一个月了,我能不能将管子拔了,自己吃东西?”“营养管是你的‘生命线’,如果拔了,直接吃饭会有障碍。插管子确实不舒服,但还是希望你再忍一忍……”

这是北京大学肿瘤医院胸外一科主任陈克能,正在通过网络给远在福建省厦门市家中的李女士进行术后复诊。

今年1月底,李女士在北大肿瘤医院做了食管癌切除手术,出院后返回家中休养。此前,李女士已经买好了到北京的机票,准备到北京进行复诊。朋友说可以通过网上进行复诊,她觉得很新鲜,想尝试一下,于是退掉了机票。在儿子的帮助下,李女士通过使用“北肿云病历”手机软件预约到了陈克能的复诊号,并成功完成了复诊。“手机复诊真是太方便了!”李女士通过视频对记者说。

手机复诊如何操作?北大肿瘤医院的工作人员点开“北肿云病历”向记者演示:在就诊当天,患者提前30分钟登录“北肿云病历”,在首页点击“在线复诊”,进入“网络诊室”就能候诊。之后,医生会主动发起回诊邀请,患者点击“接听”就能开始回诊。整个过程操作简单,就算是不会上网的老年患者,在家人的帮助下也能轻松完成。

2020年4月,北大肿瘤医院获批互联网诊疗资质,截至目前,累计在线复诊超4万人次,其中复诊3次以上的患者占比达22.8%。陈克能说,北大肿瘤医院的患者来自全国各地,初次诊疗和手术后,患者需要复诊,甚至多次复诊。如果每次复诊都长途跋涉到北京,有的还需要家属陪同,花费很大。许多复诊不一定要到现场,通过视频也可以解决。网络复诊节约了患者和家属的时间和金钱,让患者免去了舟车劳顿之苦,有利于术后康复。

首都医科大学附属北京儿童医院院长助理、门诊部主任医师赵成松介绍,北京儿童医院认可患儿在当地同级别医院或京津冀鲁检验互认项目结果。患儿在当地医院做完检查,将片子或检查报告上传到北京儿童医院互联网医疗平台上,接诊医生也能看到。

“保证医疗质量是互联网医疗的生命。”赵成松说,对于大型公立医院来说,开展互联网诊疗是必然趋势。为了确保医疗质量,应对医生进行互联网医疗培训,提升他们的在线诊断能力和沟通能力。“互联网医疗不是年轻医生的专属,经验丰富的专家应该带头拥抱互联网,让更多患者享受到优质的医疗资源。”

北大肿瘤医院信息部主任衡反修认为,大医院互联网诊疗的顺利进行离不开高效的信息管理系统。北大肿瘤医院的互联网诊疗系统上线以来已经更新版本38次,每次版本更新都是为了修补漏洞,提升系统运行效率和安全性。“医院的互联网诊疗数据应该加密

传输,并将之保存在独立的服务器上,保证患者就诊数据安全。”衡反修说。

### 网上开药,药品快递到家

医生在线开药时需使用电子签名,药师通过医院内部系统审核后签名,确保处方合理合法合规

“早上在网上开的药,不到天黑就快递到了家,真快!”家住天津的张先生带着患有性早熟的8岁女儿,用手机在微信小程序——“北京儿童医院服务号”上进行了复诊。医生在视频问诊后,在线开具处方。几分钟后,药师审核通过。

就诊结束后,张先生点击“在线购药”按钮,选择待支付处方,点击“立即支付配送”,选择“配送方式”中的“快递到家”服务,填写地址、电话等信息并支付后,就完成了购药过程。“操作简单,支付快捷。在线购药也很轻松!”张先生说。

2020年4月,北京儿童医院开通互联网诊疗服务,患者只需通过手机即可享受在线复诊、在线开药和处方药配送到家服务。目前,北京儿童医院绝大多数科室都开展了互联网诊疗,医院配备了相应的设备,方便医生出互联网门诊。

医生在线开处方药,如何确保安全?赵成松介绍,北京儿童医院建立了较为完备的互联网管理制度,推行了电子签章制度及药物前置审核制度等。医生在线开药需使用电子签名,药师通过医院内部系统审核后签名,确保处方合理合法合规。

开好处方后,如何将药品安全、快速寄到患者家中?赵成松说,北京儿童医院与华润医药集团合作,开发了处方流转平台。在平台上,医院负责审核处方,之后将处方推送给华润医药。华润医药再根据患者的所在地来安排最近药店,使用专业化的医药物流发送药品,将药品及时送到患者家中。

2020年9月,北京协和医院的互联网诊疗药品配送服务正式上线。为了让快递更准确到达,医院遴选优质药品配送承接商,签订长期合作协议。全国非医保患者在北京协和医院线上复诊开药后,可享受药品“点对点”配送到家服务,并可在北京协和医院手机客户端上查询处方和用药指导,如有疑问,还可以在线咨询协和药师。

一些中医院也在探索线上开中草药处方快递配送服务。2020年4月,上海中医药大学附属龙华医院开出了上海首张中草药互联网线上处方。这张处方通过医院中医药饮片配送体系,在两天内免费送达江苏省盐城市的患者家中。此前,龙华医院已经建成了较为成熟的中医药饮片配送体系。龙华医院有关负责人表示,将延续江浙沪皖免费送药举措,为患者提供更多便利。

“当前,医院互联网诊疗平台还需要不断完善,比如一些医院的互联网诊疗平台的药品种类不够全,无法开具化验单、检查单等。”赵成松建议,为了更好地服务于患者,医院与药品配送企业加强合作,优化互联网诊疗平台,提供更多优质服务,进一步提升患者就医获得感。

### 线上支付,医保实时结算

“互联网+”医疗服务纳入医保支付,线上、线下医疗服务公平对待

家住山东省济南市的景阿姨今年69岁,患有高血压,平时需要定期复诊取药。她在

“山东医保大健康”公众号上完成医保身份核验和医保绑定,选择就诊的互联网医院,即可使用医保支付。“手机微信支付费用,医保实时结算,操作也不复杂。”景阿姨说。

为方便慢病患者就医,山东省建立山东省医保大健康平台,依托互联网医院,为入驻平台的互联网医院开通医保在线支付,医保信息可即时核验。目前,山东省建成了“互联网+医保+医疗+医药”综合医疗保障服务体系,实现医保认证、复诊核验、在线处方、送药到家等关键环节的无缝衔接。山东省内参保人足不出户,就可通过手机获得在线复诊、开药、医保在线支付等一站式便捷服务。

针对部分老人手机操作不流畅等问题,山东省医保大健康平台还开通了人工客服热线,帮助慢病患者完成首次签约和复诊服务。偏瘫卧床20多年的蔺大爷就用上了这一服务,蔺大爷老两口只有一部老人机,蔺大爷的女儿用智能手机为他完成平台首次签约,并把热线电话存到了老人的手机上。今后老人复诊只需打个电话,在家等待送药上门即可。医保在线实时结算,自付部分由配送员上门收取。

2020年3月,为解决新冠肺炎疫情防控期间慢病患者用药需求,国家医保局会同国家卫生健康委印发了《关于推进新冠肺炎疫情防控期间开展“互联网+”医保服务的指导意见》,明确符合要求的互联网医疗机构为参保人提供常见病、慢性病线上复诊服务,线上开具电子处方、线下配药,参保人可按规定享受如同在实体医院就医的医保支付待遇。“互联网+”医保服务开通后不久就受到患者欢迎。以上海市为例,截至2020年6月,就有12家医疗机构实现医保在线实时结算,结算人次超过1.78万,总费用259.82万元。

2020年10月,国家医保局印发了《关于积极推进“互联网+”医疗服务医保支付工作的指导意见》,明确门诊慢病、特病患者在线上复诊续方发生的诊察费和药品费,优先纳入医保报销范围,并支持“互联网+”医疗复诊处方流转,探索定点医疗机构外购处方信息与定点零售药店互联互通。

中日友好医院国家卫健委远程医疗管理与培训中心办公室主任卢清君说:“互联网+”医保支付政策明确“互联网+”医疗服务纳入医保支付的具体内容,线上、线下医疗服务公平对待,并优先保障门诊的慢病、特病复诊续方需求,支持外购处方流转,不仅方便了患者,也减轻了医院接诊压力。互联网医疗打破了患者就医的时空限制,让许多患者轻松实现了跨省异地就医,有助于推动医疗资源均质化,让偏远地区的患者也能便捷享受到优质医疗资源,更好地满足人民群众医疗健康的需求。

下图:北京大学肿瘤医院胸外一科主任陈克能(左)与助手在医生办公室给患者在复诊。  
本报记者 申少铁摄  
版式设计:张芳曼



数据来源:国家卫健委

### 截至目前

全国有超过 1100家互联网医院



7700家二级以上 医院提供线上服务



三级医院网上预约诊疗率 已达50%以上



3300家医院将分时段 预约诊疗精准到30分钟



90%以上的三级公立医院 实现了院内信息互通共享

远程医疗协作网覆盖所有的 地级市2.4万余家医疗机构

30个省份已经建立互联网 医疗服务监管平台



# 必须进一步改善医疗服务

白剑峰

近日,北大肿瘤医院开通“病历复印”邮寄服务,患者只需在手机上下载“北肿云病历”,就可以网上提交病历复印申请,享受病历邮寄到家的便捷服务。随着“互联网+”医疗的蓬勃发展,人民群众看病就医的体验感不断提升。

中国特色社会主义进入新时代,人民群众对美好生活有了新期盼,对卫生健康事业提出了新要求。当前,我国社会主要矛盾已经转化为人民日益增长的美好生活需要和不平衡不充分的发展之间的矛盾,具体到卫生健康领域,主要是人民多样化、多层次、个性化的健康需求和不平衡、不充分的医疗服务供给之间的矛盾,人民群众不仅要求看得上病、看得好病,还要求看病更舒心、服务更体贴,更希望不得病、少得病。

让百姓看得上病、看得好病,必须深化医药卫生体制改革,缓解看病难、看病贵问题。我国优质医疗资源总量不足,同时分布不均,人民群众与百姓就医需求不相匹配。当前,我国医改进入深水区,必须推进卫生与健康领域的供给侧结构性改革,提高健康供给对需求变化的适应性和灵活性。加快优质医疗资源扩容和区域均衡布局,推进国家医学中心和区域医疗中心建设,强化医联体网格化布局,持续提升县域服务能力。发展社区医院,推进家庭医生签约服务,促进医疗机构上下联动、分工协作。

让看病更舒心、服务更体贴,必须进一步改善医疗服务,提升患者就医体验感。公立医院既要重视医疗质量,更要重视服务质量;既要重视“硬件”建设,更要重视“软件”建设。要坚持以病人为中心,围绕人民群众看病就医反映突出的医疗服务问题,建立预约诊疗制度、远程医疗制度、临床路径管理制度、检查检验结果互认制度、医务社工和志愿者制度等,努力使诊疗更加安全、就诊更加便利、沟通更加有效、体验更加舒适。利用互联网技术不断优化医疗服务流程,为患者提供精准预约、移动支付、床旁结算、就诊提醒、结果查询、信息推送等便捷服务,实现线上线下医疗服务有效衔接。

让百姓不得病、少得病,必须把预防为主摆在更加突出位置,加快实现从以治病为中心向以人民健康为中心转变。2019年国务院印发了《关于实施健康中国行动的意见》,提出实施15个专项行动。针对人民群众主要健康问题和影响因素,完善国民健康促进政策,加强综合干预。普及健康知识,引导人们养成良好的行为和生活方式。实施国民营养计划,因地制宜开展“三减三健”行动,即减盐、减油、减糖、健康口腔、健康体重、健康骨骼。要在资源配置和资金投入方面向公共卫生工作倾斜,更多用在疾病前期因素干预、重点人群健康促进和重点疾病防治上。建立政府、社会和个人共同行动的体制机制,推进健康中国建设人人参与、人人尽责、人人共享。

健康是人民永恒的追求。拥有健康的国民,意味着拥有强大的综合国力和可持续发展能力。我们要把保障人民健康放在优先发展的战略地位,坚持以人民健康为中心,不断满足人民健康新期待,让人民群众有更多获得感。

### 中医养生

## 多晒太阳 活动筋骨

春季运动量不宜过大

刘华一

“燕子来时新社,梨花落后清明。”临近清明,体内肝气逐渐达到最旺,要以“生发阳气,调肝健脾”为养生要点。在起居上,应早睡早起,以使阳气生发舒畅,但是晚睡并不是熬夜。可穿着宽松衣服,多到空气清新之处,如公园等地慢走、打拳、做操,选择动作柔和的锻炼方式活动,使阳气增长。

随着气温升高,人们的活动也增多,虽然春季养生以“生发阳气”为特点,但《素问·评热病论》云“汗者,精气也”,要注意运动时“勿大汗,以养肝脏。”可多晒太阳,活动筋骨,增加抵抗力。需要注意的是,不宜做运动量太大的活动。特别是平时活动较少的人群,做运动需要量力而行,运动量不宜过大。老年人活动时,心率应控制在可以承受的范围。患有心脏病、高血压等疾病的人,不要做强度较大的活动。

清明时节,多食清淡新鲜的蔬菜水果以清补肝脾,如芹菜、木耳、荠菜、香椿、苦菊等应季的野菜。有些地方,清明时节还保留着禁火吃冷食的习惯,但是脾胃弱的人不宜吃冷食。

清明过后雨水增多,尤其是南方,气候潮湿,容易产生疲倦嗜睡的感觉,这就是“春困”。而甜腻食物有助湿作用,饭后更容易使人产生和加重“春困”的感觉,应避免吃甜腻食物。

(作者为天津市中医药研究院附属医院主任医师)

不会的,因为地平类降压药引起的水肿多发生在用药初期,往往能够自行消失。如果水肿的程度不重,就不需要理会,可以继续服药。如果肿胀明显,影响了日常生活,可以考虑换成其他种类降压药或联合用药。

高血压患者出现脚肿,可以吃利尿剂吗?一般来说,心衰、肾衰导致的水肿源于体内血容量增多,利尿剂可以帮助减少血容量,达到消肿的目的。而地平类降压药对小动脉扩张效果非常好,但是对小静脉和毛细血管的扩张作用很有限,因而可能导致体液淤积。而人在白天站立活动,受重力影响体液容易在下肢淤积,到了晚上人躺下后下肢回流压力减小,水肿就会慢慢消退,所以就出现了“晚上脚肿,早晨复原”的情形。

脚肿会不会引起不良后果呢?通常是

### 名医讲堂

蔡先生今年56岁,因头晕胸闷到院检查,最终确诊为高血压,后遵医嘱吃降压药,饮食上也有注意。最近一段时间,他晚上睡觉前发现脚肿,用手压会有坑,开始以为是白天走路多导致,于是减少走路,以居家休息为主,结果依然有脚肿的情况。

医生检查后发现,蔡先生的肾脏非常健康,其他器官也没有任何异常。后经仔细询问,才找到了真相。原来,他服用的是地平类降压药(硝苯地平),虽然血压控制得非常好,但其副作用就是脚肿。

地平类降压药在临床中应用非常广泛,非常适合老年高血压患者,降压的同时还能起到抗动脉粥样硬化的作用。地平类降压药物是一个“大家族”,其成员非常多,如硝苯地

# 高血压患者为啥会脚肿

汪芳

平、苯磺酸左旋氨氯地平、非洛地平等。地平类降压药本质上为钙通道阻滞剂,即通过阻止钙离子进入血管平滑肌细胞,使血管得到扩张,达到降低血压的效果。多年的临床研究和用药评价显示,地平类降压药没有绝对禁忌证,安全性是比较高的。但是,无论一种药物多么有效,难免都有或多或少的副作用,地平类降压药常见的副作用就是脚肿。脚肿并非药物破坏了组织或攻

本版责编:李红梅