

健康焦点

广东、四川、江苏等地推广家庭病床服务

居家医疗服务跟得上暖人心

本报记者 李红梅 王伟健 王明峰

随着我国老龄化不断加剧,居家医疗服务需求日益迫切。截至2019年底,我国60岁及以上人口数2.54亿人,占总人口数18.1%。其中,65岁及以上人口数1.67亿人,占总人口数11.9%。我国失能、半失能老年人超过4000万,他们对居家医疗服务存在巨大需求。

2020年12月,国家卫健委办公厅、国家中医药管理局办公室印发《关于加强老年人居家医疗服务工作的通知》,明确提出重点由二级及以下医院、基层医疗卫生机构等,对有居家医疗服务需求且行动不便的高龄或失能老年人、慢性病、疾病康复期或终末期、出院后仍需医疗服务的老年患者等提供相关医疗服务。目前,广东、四川、江苏等地积极推广家庭病床服务,让更多百姓享受到居家医疗服务的便利。

病床可以设在家里

越来越多的城市开展家庭病床服务,节约了患者的就诊成本,缓解了看病难问题

家住四川省成都市的黄婆婆是一名“老病号”,患高血压、糖尿病、房颤等疾病,几乎每个月都需要到医院进行一次抽血复查。她家到医院的来回路程需要1个多小时,再加上挂号、排队等,看一次病通常需要消耗半天时间。黄婆婆今年70岁了,每次去医院都觉得力不从心,家里人也跟着受累。

最近,黄婆婆申请了成都市第三人民医院“后医疗服务中心”服务。中心医护团队上门采集血样并送检,再依据她的病情进行随访,黄婆婆在家就完成了复诊,享受到了专业医疗服务。

从1984年开始,成都市第三人民医院就建立了家庭病床科,如今称为“后医疗服务中心”。中心主任傅晓辉介绍,这里负责患者出院后的管理和服务,服务人群囊括了入院治疗后的患者、出院患者、有后续治疗需求的患者,提供相应的治疗服务,例如换管、抽血、肌肉注射、拆线、换药、出院后病情监测等。近年来,成都市探索整合民政部门的家庭照护床位、卫健部门的家庭医生、家庭病床、基本公共卫生服务以及医保部门的长期照护保险,将老年医疗、护理、康复、营养健康管理等服务延伸至家庭。

如今,越来越多的城市开展家庭病床服务,节约了患者的就诊成本,缓解了看病难问题。

4月14日上午,在江苏省苏州市吴江区七都镇望湖村郁郁葱葱的乡间田坎上,走来一群穿着红色马甲、背着灰色背包的人,他们是七都镇卫生院的医护人员。几分钟到了望湖村25组村民黄卫萍女士家。刚进门,医护人员就忙开了,测血压、做心电图、采血样……“老婆婆,您最近血糖都比较正常,但还是要多下床动动。”沈文仙医生一手拿着血糖试纸,一手慢慢地将病人扶起来。黄女士的婆婆今年80岁,瘫痪在床,11年前因脑血管瘤进行了两次开颅手术。公公也在7年前因脑中风而失去了生活自理能力。每隔两个月,黄卫萍就要喊亲戚朋友帮忙,用担架抬着老人去医院检查。2018年,七都镇卫生院和两位老人签订家庭病床合约后,两位老人就很少去医院了,医生会定期上门进行基础项目检查,在家里就能享受在医院一样的医疗服务。



“虽然病床设在家里,但医疗服务不打折扣。”黄女士说,公公刚瘫痪在床的那几年,身上很多地方都长了褥疮。但这两年来,在医护人员的悉心照料下,公公一次褥疮也没长过,身体也在持续好转。

医疗支出大幅下降

一些地方将家庭病床纳入医保,并推行长期护理保险,大大缓解了家庭的经济负担

家住苏州市姑苏区的老王今年63岁,因脑中风瘫痪在床已有多。2019年5月,在吴门桥街道润达社区卫生服务中心全科医生张继乐的帮助下,老王签约了家庭病床服务。此后,张医生每周都会到老王家查床、治疗、护理,并在特定病历上记录服务过程。

4月13日下午4点,当天的门诊工作结束,张医生骑上电瓶车来到了老王家。一进门,张医生就将家庭医生助诊包放在桌子上。助诊包容量不大,却是一个“百宝箱”,装满了各种小型医疗仪器、微型B超机、心电图仪、血压仪、血糖测试仪等。

“利用家庭医生助诊包与智慧医疗,我们不仅可以在老年人家中实现体温、血压、血糖、脉氧、肝功能、血脂、尿酸、血红蛋白、尿常规、十二导联心电图和超声等检测功能,还能远程连线医联体专家,通过屏幕实现面对面会诊。”张继乐说。

润达社区卫生服务中心主任王黎介绍,中心自2007年开设家庭病床,主要针对因年老或者体弱而行动不便、住院就诊确有困难的患者。服务对象包括长期卧床不起的病患者、恶性肿瘤晚期患者、瘫痪在床患者、老年性痴呆患者等。中心建立了家庭病床管理网络,成立管理小组,由组长及各团队责任医生组团开展家庭病床服务。同时还对家庭病床服务质量、服务对象的满意度等定期评估。

自从签约了家庭病床,老王的儿媳杨女士明显地感觉到婆婆的医疗支出大幅下降,一个结算周期是180天,半年内共花费了4000元,报销3600多元,自费部分400元不到。过去婆婆每年在医疗上的支出都在1万元以上,如今减少到每年花费不到1000元,这让杨女士非常惊喜。

苏州市卫健委基层卫生与老龄健康处处长于可人介绍,原则上由具备开设家庭病床资质的社区卫生服务机构开展家庭病床服务。苏州市将家庭病床建设列入市政府实事项目,每年都有财政上的补贴。家庭病床纳入医保项目,除起付线、建床费50元、巡诊费每次自费25元外,其他费用按比例享受报销,超过起付标准累计在4000元限额内按90%的比例给付。

为了精准了解老人健康养老需求,2019年以来,成都市对老人健康状况和自理能力进行了专业评估。对有居家医疗需求的高龄、重病、失能、失智等特殊困难老年人,优先开展家庭医生签约服务,建立老年人群营养健康管理及照护制度,提供定期体检、上门巡诊、家庭病床、社区护理、健康管理、安宁疗护等服务。全市108家医

养结合机构中,有90家已纳入医保定点医疗机构。2020年5月,成都市将城乡居民纳入长期照护保险制度覆盖范围。截至2020年底,累计受理失能评定4.32万人,通过评定并享受待遇3.19万人。其中居家照护1.89万人,机构照护和机构上门照护0.31万人。

国家卫健委卫生发展研究中心研究员苗艳青认为,开展家庭病床服务有利于更好地照护失能老人,既可满足患者长期医疗服务的需求,又可在患者熟悉的家庭环境中康复、疗养,同时不占用大医院医疗资源,提高了医疗资源使用效率。一些地方将家庭病床纳入医保,并推行长期护理保险,大大缓解了家庭的经济负担。

苗艳青认为,对有家庭病床需求的65岁以上老人评估病情之后,将其纳入慢病管理服务项目中,由基层医疗卫生机构和当地的居委会进行专业照顾和管理,更有利于患者的康复。

探索社会力量参与

未来需要进一步完善家庭病床的价格机制,体现劳务技术价值,激励医护人员提供高质量的服务

苏州市吴江区横扇卫生院已有签约家庭病床24张。按照卫生院目前的人力物力,最多只能建200张,这与居民旺盛的需求不相匹配。院长任鸣炜告诉记者,卫生院开始寻求第三方力量的介入,与社会养老机构签订合作协议,共同推动家庭病床的建设。

横扇街道北横村22组村民老赵是家庭病床的受益者。7年前,双目失明的老赵从家中楼梯上摔下后一直瘫痪在床。签约家庭病床后,横扇卫生院的医生会定期上门提供医疗服务,与卫生院签约的苏州久春晖养老服务有限公司也会派遣义工上门提供康复、理疗服务。“医生工作忙一点,如无特殊情况,基本上只能保证每周去一次,但我们义工每两天就会去一次。”苏州久春晖养老服务有限公司的义工徐永宝说。

4月14日下午两点,横扇卫生院的孙春英医生来到了老赵家中。见到医生来,老赵慢慢地从床上移动,短短几秒钟时间便坐了起来。“老赵恢复得真好,才半年多工夫,他就能自己坐起来了。”老赵的妻子说。

“正是因为有了社会力量的参与,才能让我们更好地拓宽家庭病床的服务深度,让患者真正在家里享受到全方位的医疗服务。”任鸣炜说。

随着“互联网+”技术的发展,一些互联网平台和医疗机构或是护理人员合作,发展“互联网+护理”服务,满足居家康复等人群的需求。

苗艳青认为,家庭病床服务是由医疗卫生机构医务人员提供的一种延伸服务。未来需要进一步完善家庭病床的价格机制,体现劳务技术价值,激励医护人员提供高质量的服务。一些地方探索在医保、长护险之外提供社会化的家庭病床类服务,明确标价收费,服务项目更多,可以满足群众多层次、多样化的需求。

图①:青岛大学医学院松山医院的医护人员在整理便携式医疗器材,准备为家庭病床签约患者送医送药送检查。张磊摄

图②:江苏省苏州市姑苏区双塔街道杨枝社区卫生服务站的护士在为辖区内卧床老人提供上门护理服务。潘懋摄

无影灯

最近,国家医保局、公安部、司法部、国家卫生健康委联合召开全国医疗保障基金监管专题工作电视电话会议,动员部署2021年医保基金监管专项整治和《医疗保障基金使用监督管理条例》贯彻实施工作。

医保基金是人民群众的“保命钱”,关乎人民最关心最直接最现实的利益。目前,我国正逐步形成以基本医疗保险为主体,医疗救助为托底,其他保障措施共同发展的多层次医疗保障体系。其覆盖人数达13.6亿人,是世界上规模最大的基本医疗保险体系,对维护人民群众健康权益、缓解因病致贫、推动医药卫生体制改革发挥了积极作用。特别是在抗击新冠肺炎疫情过程中,把新冠肺炎诊疗救治纳入医保基金支付范围并预付部分资金,确保患者不因费用问题影响就医、救治医院不因支付政策影响救治,体现了我国社会主义制度的优越性。

然而,医保基金使用主体多、链条长、风险点多,欺诈骗保现象并不少见。2018年以来,全国各地医保部门对欺诈骗保行为频频亮剑,开展专项整治,进行飞行检查、曝光典型案例、联合多部门追责、组建监管队伍、开展智能监控……目前,超过1/3的省份成立了医保基金监管专职机构,全社会逐步形成共同打击骗保行为的氛围。仅2020年全年,国家医保局共接各渠道举报线索6000余例,经核查反馈,涉及金额1.7亿元,共奖励举报人1133人次,发放奖励金额214万元。2018年以来共查处违法违规定点医药机构73万家,追回医保资金348.7亿元。

做好医保基金监管工作,必须以零容忍态度严厉打击欺诈骗保、套保或挪用贪占医保基金的违法行为,守护好人民群众的每一分“保命钱”。零容忍意味着加大监管和惩处力度,发现一起打击一起。要让监管制度“长牙”,用法治来保障和威慑欺诈骗保行为。将于5月1日起正式施行的《医疗保障基金使用监督管理条例》,是我国医疗保障领域首部行政法规。《条例》对医保经办机构、定点医药机构、参保人员等使用医保基金情形作出规范,针对各类欺诈骗保情形明确追究相应法律责任,并首次具体明确参保人的义务,为医保基金划定了不能触碰的“红线”,真正让监管长出“牙齿”。除了法治手段,2018年国家医保局组建后,便开始运用第三方专业技术力量、多形式检查、开展有奖举报等创新手段进行监管。去年7月,国务院办公厅印发《关于推进医疗保障基金监管制度体系改革的指导意见》,明确建立健全监督检查、智能监控、信用管理、综合监管、信息披露和医保基金监管问责等方面制度。这些制度将构建起行政监管、社会监督、行业自律、个人守信四位一体的监管体系,形成全领域、全流程的“守护网”,全面织牢扎紧医保基金监管的“笼子”。

随着经济社会的发展,医保基金监管面临种种新挑战。应对挑战,满足人民群众不断增长的多层次多样化的需求,使每一分“保命钱”“救命钱”得到合理使用,将成为医保基金监管长期而艰巨的使命。只有始终保持零容忍态度,不断创新方式方法,才能有效遏制多种多样、不断翻新的欺诈骗保行为。同时,还要加快推进公立医院补偿制度改革,完善医务人员薪酬制度,从根本上确保规范诊疗、合理用药,彻底堵住欺诈骗保的漏洞。

中医养生

夏季养生重养心

毛国强

4月20日是谷雨节气,谷雨过后是立夏。俗话说:“立夏养好心,无病一身轻。”中医认为,心主夏,主血脉,火通于心气。夏季与心气相通。因此,夏季养生要注意养护心气。

在运动保健方面,可选择散步、慢跑、游泳等运动,活动强度以不感到疲惫为宜,减少心脏负荷。运动后还应及时补充水分,出汗较多可饮淡盐水。及时调整工作与生活节奏,适度减慢速度,多亲近自然,可去公园散步、郊游,也可选择绘画、书法、下棋、养花等活动。

天气炎热,气温升高易使人心燥,暑气渐起也易伤心气,容易导致心火过旺,尤其是中老年人,受到天气变化或情绪起伏的影响,夏季发生血压不稳、心律失常的情况也不少见。因此,要重视对精神情志的调养,保持神清气和、心情愉快的状态,使身心尽可能得到放松。

夏季阳气升浮,阴气渐弱,对应人体肝气渐弱,心气渐强。饮食方面宜以清淡、易消化食物为主,增酸减苦,补肾助肝,调养胃气。可多吃豆制品、芝麻、核桃、小米、竹笋等,多喝牛奶,少吃大鱼大肉及葱、蒜等辛辣之品。过量食用油腻、辛辣等食物,会引发痤疮、咽痛、便秘等病症。

进入夏季,要注意保护胃气。入夏后多数人胃口变差,消化功能受到影响,胃痛、消化不良、反酸等问题增多。由于天热,不少人贪凉嗜食生冷食物,这对胃肠是一种不良刺激,易伤脾胃阳气。预防胃肠疾病,要注意饮食卫生,少食冷饮,多补充新鲜水果蔬菜,还可将糯米、薏仁米、红豆三等份熬粥服用,祛除体内湿气。

本版责编:申少铁

守护好人民群众每一分「保命钱」

李红梅

名医讲堂

科学运动,预防半月板损伤

马勇

在膝关节的伤病中,半月板所占比例不低,门诊病例的30%左右是半月板损伤。临床上,一般青年、中年人发病较多,这个年龄段运动需求多,但运动条件和水

平参差不齐,不正确的运动方式以及意外伤害最容易导致半月板损伤。正常的半月板由两块月牙形的纤维软骨组成,一内一外,是膝关节内给大腿和小腿之间的关节软骨面提供填充减震的“垫片”,起着力量缓冲、减震、维持关节稳定和润滑膝关节活动的作用。

如果半月板受到了损伤,发生撕裂,有可能会造成关节卡压,膝盖疼痛,还有可能发生肿胀、弹响(膝关节活动时关节内发生异响并伴随痛感)、交锁(膝关节被撕裂的半月板卡住)。

力撞击或者膝关节扭伤导致。半月板最怕膝关节屈伸时发生过度扭转。半月板在膝关节屈伸时会跟随小腿移动,而旋转时,则会跟随大腿移动,这就是半月板的“矛盾运动”。当这种“矛盾运动”过度了,就会导致半月板受伤。因此,运动前最好对自己的肌肉力量有所了解,如果力量不太好,尽量不要从事剧烈运动,如果想运动,要先把肌肉力量练好,膝关节的运动协调性才能得到保障,半月板损伤的风险才能降到最低。

如果有长时间跪坐、盘腿坐、卫生间蹲坑、过度屈膝等习惯,半月板长期处于高压牵张状态,很容易发生劳损,从而导致退变性

损伤。有的人蹲下捡东西时,突然感觉膝关节内响一下,随即膝关节后方内侧有痛感;有的人膝关节猛一发力跑步,也会发生这种情况。这两种情况看似有外伤,但根本原因是膝关节和半月板退变,这样的半月板在正常的压力或者牵张力下也会发生撕裂。还有一些患者,并无外伤或者某个动作诱因,膝关节逐渐开始疼痛不适,一检查是内侧半月板撕裂,也属于半月板退变性损伤。

一般认为,半月板损伤就要接受手术治疗,因为半月板损伤很难自愈,不手术没法愈合。最需要手术的是年轻人因外伤导致的半月板复合裂,因为年轻人运动需求高,对半月

板要求也高。建议早接受手术,避免损伤的半月板在运动过程中进一步加重,也可以防止损伤的半月板卡坏关节软骨。

半月板缝合能够最大程度保留半月板,但半月板能否缝合并不代表手术技术的高低。很多时候切除或者部分切除比缝合要难得多,因为缝合需要的操作空间不大。如果半月板本身质量很差,撕裂严重,勉强缝合反而会适得其反,术后半月板仍然有症状需要再次切除。因此,缝合半月板不仅需要好的手术技巧,还需要把握好适应症。

当膝关节出现疼痛、弹响,不要忍着疼痛运动,一定要找医生检查半月板有无退变和损伤。如果发现半月板退变,最好做膝关节负荷不太大的运动,比如骑自行车、游泳。

(作者为北京大学第三医院运动医学科主任医师)