

健康焦点

山东积极推进国家中医药综合改革示范区建设

着力促进中医药传承创新发展

本报记者 杨彦帆

无影灯

近日,今年的医保基金飞行检查工作全面启动,飞行检查组已分赴地方,落实监管监督责任。医保基金是人民群众的“看病钱”“救命钱”,要进一步加强医保基金监管,时刻不能松懈。

医保基金的安全运行,基金使用效率的提高,是减轻群众看病就医负担的重要基础。因此,相关主管部门始终将加强医保基金监管、维护基金安全作为医疗保障首要任务,持续开展专项整治,严厉打击各种违法违规使用医保基金的行为。近年来,通过飞行检查、专项整治和日常监管相结合,医保基金监管的高压态势已初步形成,监管威力不断显现,长效机制逐渐健全。国家医保局数据显示,2018年至2022年,对违法违规的医药机构处理154.3万家次,追回医保基金771.3亿元,曝光典型案例24.5万件。

尽管“明目张胆”的骗保行为有所遏制,但“跑冒滴漏”等老问题尚未有效根治,骗保手段更趋隐蔽。据国家医保局发布的2022年度医保基金飞行检查情况公告显示,在飞行组抽查的48家定点医疗机构中,都存在重复收费、超标准收费、分解项目收费问题。将不属于医保基金支付范围的医药费用纳入医保基金结算,违反诊疗规范过度诊疗、过度检查、超量开药等问题也依然存在。这说明,目前医保基金监管形势依然严峻复杂,亟须建立健全常态化监管的制度和方法,坚决守住基金的安全底线。

今年以来,《医疗保障基金飞行检查管理暂行办法》《2023年医保领域打击欺诈骗保专项整治工作方案》等多项相关举措出台,进一步加强医保基金监管,守住医保基金安全底线。今年5月,国务院办公厅印发《关于加强医疗保障基金使用常态化监管的实施意见》指出,加强医保基金使用常态化监管,对保障医保基金安全运行、提高基金使用效率、规范医疗服务行为、减轻群众看病就医负担具有重要意义。这些都充分体现了国家对打击医保基金违法违规行为、维护医保基金安全稳定运行的坚定决心。

积极推行以远程监管、移动监管、预警防控为特征的非现场监管模式,通过事前提醒、事中预警、事后审核智能监管系统,让基金监管关口前移……目前,各级医保基金监管部门也正在进一步加大医保基金监管执法力度,切实落实各方监管责任,加强基金监管能力建设,综合运用多种监管方式,不断完善长效监管机制,加快构建权责明晰、严密有力、安全规范、法治高效的医保基金使用常态化监管体系。同时,以零容忍态度严厉打击欺诈骗保、套保和挪用贪占医保基金的违法行为,坚决守住医保基金安全底线,实现好、维护好、发展好最广大人民根本利益。

医保基金稳定运行关乎每个参保人的权益,监管部门要持续发力,全社会也要形成合力,继续保持打击欺诈骗保的高压态势,出重拳、用实招、求实效,更加高效、精准地保障人民群众的基本医药需求,共同守好老百姓的“救命钱”。

中医养生

秋季养生有四防

宗彼安

秋季昼夜温差拉大,尤其是在北方的体感更为明显。环境温度变化会影响身体,因此养生要有针对性的防护。

防凉。这个季节如不注意保暖,冷空气会刺激皮肤,人体因着凉而免疫力下降,无力抵御寒邪,容易出现肺部及呼吸道疾病。建议早晚添加衣被,不能袒胸露背;睡眠不可贪凉,应撤掉凉席,关上窗户和空调,换上长衣长裤入睡。

防燥。秋燥来袭,人体容易出现口干、唇干、鼻干、咽干及大便干结、皮肤干裂等症状,严重者会出现由于干燥导致的鼻腔出血。日常饮食中,应增加芝麻、蜂蜜、枇杷、西红柿、百合、乌梅等柔润食物的摄入,以益胃、养肺、生津。还应多喝水,以保持肺脏与呼吸道的正常湿润度。

防温差。秋季早晚温差大。对于不稳定型心绞痛甚至心肌梗死等心脑血管急性事件来说,太冷太热都是诱发因素。因此,在季节更替之时,心脑血管疾病患者更要特别注意。

防寒。饮食上要注意避免寒凉。白露后继续生食大量瓜果类水果容易引发肠道疾患。此外,冷饮、冰淇淋等要适当减少摄入。

本版责编:杨彦帆 版式设计:汪哲平

加强医保基金常态化监管

孙秀艳



《中共中央国务院关于促进中医药传承创新发展的意见》提出,围绕以较低费用取得较大健康收益目标,规划建设一批国家中医药综合改革示范区,鼓励在服务模式、产业发展、质量监管等方面先行先试。

国家中医药管理局综合司有关负责人在日前召开的新闻发布会上表示,国家中医药综合改革示范区建设开局良好,势头强劲,正从顶层设计加快向全面铺开、重点突破、示范带动阶段转变,取得明显成效。

2021年12月,山东、上海等7个省(市)首批获准建设国家中医药综合改革示范区。一年多来,山东在支撑保障中医药高质量发展,完善中医药发展体制机制方面有哪些创新举措?近日,记者赴山东济南、青岛、临沂等地进行了采访调研。

创新服务:打通中医药服务群众“最后一公里”

走进山东省临沂市临沭县中医药医共体共享中药房,一块电子屏幕实时显示中药处方总数量、最新处方动态。这是临沭县中医药医共体共享中药房的数据管理平台对外窗口,平台信息化系统稳定运行,处方来源、处方号及复核人员等信息一目了然。

“过去我们在乡镇看病,一般要抓药回家自己煎药。”临沂市沂河新区梁家庄村村民梁善雨患有高血压和糖尿病,平常用中药调理,他告诉记者,“医共体成立后,无论在乡镇还是县医院看病,大夫开了处方后我就可以回家,第二天有专业人员把药送上门。”

为解决基层中医药发展不平衡、中医药进货渠道不够完善等问题,临沭县搭建覆盖县域的共享中药房,实施统一中药饮片采购、中医药人员调配、中医医疗质量管理、中医诊疗规范等一体化服务管理。乡镇卫生院网上开方,由医共体提供中药饮片处方调剂、审核、代煎等延伸服务,24小时内即可完成配送,急煎处方2小时内送达。

共享中药房不仅方便患者,还为群众减轻了负担。临沭县中医院院长李承功介绍,统一采购中药饮片后,药价平均下降7%。医共体共享中药房还免除了中药调配、煎煮、配送等5项费用,患者每次可节省10元左右。自运行以来至今年8月,共享中药房已调配中药147.9万服,累计为群众减免费用900多万元。

目前,山东省多项中药药事服务创新模式落地,通过优化服务流程,不断提升患者的就医体验。全省建设智慧共享中药房48个,创建中医药特色医养结合示范基地12家,还建立山东省名中医健康服务云平台,帮助群众足不出户找到名中医……

针对中医医院发展不平衡、服务能力不均衡的问题,山东省创新开展齐鲁中医药优势专科集群建设,已建成15个专业28个集群657个成员专科。在专科集群的基础上,推广适宜技术的临床应用,开展技术培训和人才培养,有力带动了省内诊疗水平和救治能力提升。

山东省卫生健康委党组书记、主任,省中医药管理局局长马立新说,山东省134家二级以上公立中医医院全部实施“中医经典、治未病、外治、康复和护理”五个全科化,制定66项中医药适宜技术和19项中医治未病干预方案,在全省推广普及。乡镇卫生院、社区卫生服务中心中医馆建设实现全覆盖,中医类医师数平均分别达到4.52人、3.42人,确保基层“有馆、有人、有服务”。

深化改革:医疗保障支持中医药传承创新发展

青岛市第六人民医院中医日间病房里,不少患者正在针灸、推拿。“现在来中医理疗科针灸,医保可以报销,减轻了我们的负担。”来就诊的陈阿姨告诉记者。

这得益于青岛市医保局出台的中医日间病房医保支付方式政策。中医日间病房服务,是指符合住院条件且在非治疗期间不需住院持续观察的患者,以中医药特别是中医非药物疗法为主要治疗方法,在当日治疗结束后即可离院的治疗模式。青岛市第六人民医院中医理疗科副主任徐成振介绍,患者在当日治疗结束后可回家休养,医院办理中医日间病房的每个病种纳入统筹支付范围费用限额结算标准为3000元,统筹范围内医疗费职工和居民参保人的报销比例分别为75%和65%。

据了解,今年上半年,山东省共有590家中医医疗机构开展日间中医医疗服务,累计为10.76万人次报销医保费用4.41亿元。随着日间中医医疗服务范围的扩大,有更多群众享受到政策红利。

近年来,山东省密集出台一系列医保支持中医药传承创新发展的政策,近期省医保局又联合多部门出台《山东省医疗保障支持中医药传承创新发展政策举措》。

山东省医保局二级巡视员李元芝介绍,山东省协同推动中医药医保支付方式改革落地,中医优势病种收付费方式改革实现16市全覆盖。全省累计遴选中医优势病种99种,截至目前按病种治疗已累计开展3万余例,节约费用8500万元。

“这些政策措施都致力于让参保群众获得更多更好的中医药服务。”李元芝说,我们希望为群众提供更加丰富多元的中医医保服务,进一步降低群众中医药治疗个人负担,不断提升群众中医治疗医保报销的便捷度。

不仅在省级层面,一些地市也在积极探索。在威海,通过推动中医药综合改革,在坚持医疗、医保、医药“三医联动”的基础上,医疗技术和医疗价格等方面的改革统筹推进,形成中医医改“五医联动”模式。例如,开展中医优势病种支付方式改革,增加中医药收费项目数量,每年动态调整中医药服务项目价格,探索“以按定价”和“同病同效同价”,进一步体现医务人员劳动价值。

弘扬文化:大力推进中医药文化科普宣传

临沭县光明路小学校园里,随处可见中医药元素。文化长廊里摆放着学生中草药手抄报作品,中草药种植园里时常开展生长观察记录、中草药图谱绘画等活动。

光明路小学教师孙晓东告诉记者,平时,县中医药文化宣传教育基地的工作人员会进校园举办讲座,为学生讲解中医药典故,介绍日常生活中常见的中药。课堂上,五年级学生孙菲阳和同学们正在尝试用泥土制作中药罐,“我们还上过制作中药香囊的课,了解金银花等一些中草药的功效。”

在威海,中医药特色疗法科普活动开展得有声有色:组织中医药服务团队开展中医义诊、科普巡讲,将中医药健康知识和中医药适宜技术送到机关、校园、社区、乡村;在济南,山东中医药大学整合优质课程资源,加大中医药文化在线课程开发与利用,《中国饮食文化与健康》《中国传统文化与中医学》等课程,在山东省高等学校在线开放课程平台运行推广……

山东大力推进中医药文化科普宣传,印发《山东省中医药文化弘扬传承工程实施方案》,擦亮“儒医文化、扁鹊故里、针砭发源地”的齐鲁中医药文化“三张名片”。山东省卫生健康委有关负责人介绍,目前山东省公立中医医疗机构按照有阵地、有队伍、有平台、有机制的要求,打造文化传播主阵地,在乡村、社区建设中医药文化知识角,建成4家国家级、38家省级中医药文化宣传教育基地,协调社会力量建设中医药文化长廊、街区 and 主题公园,打造覆盖系统内外、便民利民的中医药文化科普传播网络体系。

络体系。

中医药典籍是中华优秀传统文化的重要载体,中医古籍保护与利用是弘扬中医药文化的重要一环。山东中医药大学中医文献与文化研究院院长王振国表示,近年来,中医文献与文化研究院整理出版了重要古典医籍,许多古籍是第一次校注出版,一批孤本、稿本、抄本得以整理面世。

建立中医药文化研究保护机制,成立山东省中医药文化协同创新中心、山东省非物质文化遗产传统医药研究基地,实施齐鲁中医药名家理论精华整理传承工程,将文化研究纳入科技奖评选……山东持续采取有力举措,传承和弘扬中医药文化。

图①:山东省临沂市临沭县中医药医共体共享中药房,药师正在调剂中药。

图②:青岛市第六人民医院中医科医生在为患者把脉。

以上图片均为本报记者杨彦帆摄

名医讲堂

使用电子设备要注意保护眼睛

孙卫锋

手机、电脑等电子设备的使用,在给人们带来便利的同时,也带来了健康方面的威胁。特别是眼睛,每天都要经受考验。如何保护好眼睛呢?

保护视力当然排在第一位。使用电子设备时保护好眼睛要做到以下几点:

姿势正确。眼睛与电脑屏幕的距离应在30厘米以上。应将显示器适当放低,使双眼水平或微微向下注视显示屏,即视线向下10—20度。此时,眼睛的肌肉处于比较松弛的状态。

光线充足。太强和太弱的光线都不利于保护视力。长期低照度用眼,会使视网膜产生不可逆的废用性退化,导致视力下降。若照明光线太强,会引起强烈的反射,刺激眼睛,也会造成不适。我国对于不同室内场合的光线亮度有严格的标准,普通

人读写时的照度应大于300勒克斯(指反映光照强度的单位,即照射到单位面积上的光通量)。

选择大屏。优先选择屏幕大的电子设备,能用电脑就不用手机,能用台式电脑或者笔记本电脑就不用平板电脑。字体要适当大,字体太小,也容易对眼睛造成影响。

注意休息。注意用眼卫生,常做眼保健操。有意识地多眨眼,每分钟眨眼应在25次左右,不低于15次。多注意休息,每用眼1小时应休息5分钟,可转动眼球或远眺。

改善工作环境。室内要经常通风换气,保持空气清新,增加空气湿度。对人体健康来说,合理膳食非常重要,

保护眼睛也是如此。要均衡摄取营养,适当补充富含维生素A和B族维生素的食物,有益于缓解视疲劳。维生素A的最好来源是动物肝脏、奶类、蛋类、胡萝卜、绿色蔬菜及水果等。维生素A是人体必需营养素,但也不能过量补充。B族维生素的最好来源是谷类、酵母、小麦胚芽和豆类等。

坚持户外活动对改善视力也有显著效果。要积极锻炼身体,多带孩子进行户外活动。户外活动时,眼睛一直处于看远的状态,睫状肌比较放松,可以消除视疲劳。每天2小时以上的户外活动,有利于眼睛放松,是成本最低且最有用的预防近视

方法。

如果眼睛出现不适,症状比较严重,就要采用医疗方式进行缓解。

——矫正屈光不正。视疲劳和调节疲劳常常是由于远视和散光等屈光不正未矫正引起的。建议根据年龄和调节状况,配戴适合电脑操作距离的眼镜,以缓解不适症状。

——可以采用针对性功能训练,来改善眼睛的调节和集合功能,提高双眼的协调运动能力,维持双眼的视功能。例如,可以使用翻转拍进行调节灵敏度的训练。

——有效热敷可促进睑板腺分泌脂质,缓解干眼及视疲劳症状。建议使用一次性热敷贴,干净卫生,温度控制在42摄氏度左右,时间控制在20分钟。

——采用传统医学治疗方法。中药超声雾化眼浴、中药熏蒸、穴位按摩、敷眼贴、针灸、针刺法、刮痧、中药离子导入等混合式中医疗技术,临床治疗效果也不错。

(作者为河北省眼科医院主任医师)