

健康焦点

“互联网+医保”服务模式惠民利民，医保码全国用户超10亿人

医保码让就医更便捷

本报记者 孙秀艳 李蕊

无影灯

卧床老人在家“住院”，家庭医生上门服务，医护费用医保报销……近年来，上海积极推进家庭病床建设，200多家社区卫生服务中心提供家庭病床服务，设置家庭病床近8万张，每年服务近80万人次，让很多患病老人感到温暖。

统计数据显示，在我国，患有一种以上慢性病的老年人比例高达75%，失能和部分失能老年人超过4000万，老年人对健康服务的需求非常迫切。为了解决老年健康服务有效供给不足、发展不平衡不充分的问题，各地推出家庭病床、上门巡诊等居家医疗服务，推动医疗服务向家庭延伸，解决了行动不便老年患者的就医难题，大大提升了群众的获得感。

推进家庭病床建设，是促进医疗资源下沉的重要手段，也是提高家庭医生签约服务质量的有效途径。国家卫生健康委等部门发布的《关于推进家庭医生签约服务高质量发展的指导意见》提出：“对行动不便、失能失智的老年人、残疾人等确有需求的人群，要结合实际提供上门服务、随访管理、康复、护理、安宁疗护、健康指导及家庭病床等服务，加强医疗质量监管，确保医疗安全。”目前，一些地方家庭医生签约服务流于形式，存在“签而不约”现象，这主要是因为签约居民的健康状况千差万别，而签约服务内容比较单一，和居民的实际需求存在一定差距，难以满足多层次、多样化、个性化的健康需求。而设立家庭病床就是瞄准居民的“刚需”，根据患者的需求量身定制服务包，提供更精准、更细致、更周到的服务，从而使家庭医生签约服务落到实处。

办好家庭病床，需要完善医生激励机制和医保配套政策。与传统的门诊模式相比，上门服务需要医护人员付出更多的时间和精力。因此，必须建立有效的补偿激励机制，合理体现医护人员的技术劳务价值，科学确定家庭病床服务收费标准，充分调动医护人员的积极性，让医生从“被动上门”到“主动入户”。同时，不断丰富家庭病床服务项目，将更多中医适宜技术纳入医保。例如，推出家庭病床服务包，患者可自愿选择按项目付费或按服务包付费，相关费用纳入医保基金支付范围，减轻患者的经济负担。

办好家庭病床，需要严把医疗质量关，把居家服务做实做细。家庭病床提供的是介于门诊和住院之间的医疗服务。开展家庭病床服务，医护人员的服务质量参差不齐，存在一定的医疗安全风险隐患。因此，有关部门要建立家庭病床质量监管评估机制，将服务质量与绩效考核挂钩。要制定家庭病床服务标准和指南，规范医疗行为，确保医疗安全。国家卫生健康委等部门发布的《居家和社区医养结合服务指南（试行）》提出，居家服务的重点是失能（含失智）、慢性病、高龄、残疾、疾病康复或终末期，出院后仍需医疗服务的老年人。服务内容包括健康教育、健康管理服务、医疗巡诊服务、家庭病床服务、居家医疗服务、中医药服务、心理支持服务、转诊服务等。因此，医护人员需要根据患者实际情况，提供恰当的医疗服务，既不“缺位”，也不“越位”，不断提升患者的满意度。

提高家庭病床服务质量，是卫生健康事业高质量发展的迫切要求，也是积极应对人口老龄化的应有之义。希望有关部门进一步优化医疗资源配置，构建预防、治疗、照护三位一体的老年健康服务模式，让家庭病床更加贴近百姓实际需求，助力健康中国建设。

提高家庭病床服务质量

白剑峰

新年伊始，山东第一医科大学附属省立医院（山东省立医院）门诊大厅秩序井然。在这家年诊疗量接近400万人次的大型综合医院，手持医保码自助服务，已成为大多数就诊者的习惯。

医保码，即医保电子凭证，是医保参保人的统一信息标识。国家医保局2023年11月24日宣布，医保码全国用户超10亿人。小小医保码，给患者就医带来了极大便利。

医保码打通看病就医全流程，体现了以患者为中心的服务理念

“2008年，我还在济南上大学，去医院看病前，得先检查一下卡和证件带没带齐。做检查必须先刷就诊卡，没有卡就没办法往下走流程。”山东济南市民张先生表示，“不久前我去医院拔牙，从预约挂号、签到就诊、拍片拿药，拿着医保码顺利走完了所有流程，真是高效便捷。”

2019年11月24日，全国首个医保码在济南市激活，标志着就医购药正式进入“一码通”时代。国家医保局的信息显示，截至目前，医保码累计激活超10.8亿人。31个省（区、市）和新疆生产建设兵团均已支持医保码就医购药，接入定点医药机构超过80万家。从各省份激活情况来看，浙江和青海两省已率先实现全省参保人覆盖，半数以上省份的医保码激活率超过75%。

国家医保局法规司副司长谢章表示，自医保码上线以来，医保部门持续推动医保码“全场景通”“全流程通”“全国通”，实现群众看病买药“一码通”的三个“转变”：一是服务场景从“单点”向“全程”转变；二是服务范围从“本地”向“全国”转变；三是服务功能从“可用”向“好用”转变。

2020年，医保码被纳入全国一体化在线政务服务平台电子证照库，完成了与国家政务服务平台统一身份认证系统的对接，实现了在国家政务服务平台APP、微信、支付宝、手机银行等多渠道的激活使用。

2021年，国家医保局将“医保码激活应用”列入国家医保局“我为群众办实事”事项清单，创新“互联网+医保”服务模式，让便民举措广泛惠民。

2022年，全国医保系统广泛探索推进医保码线上线下应用，不断丰富应用场景，为提升群众医保服务体验、推进医保移动支付落地应用等进一步夯实基础。

以往，排队是患者就医过程中最头疼的事，挂号取号、缴费排队耗费了患者大量时间。如今，对于普通参保人来说，就诊前可通过诸多线上渠道实现预约挂号，结算时使用医保码完成线上医保支付。据腾讯健康测算，使用医保码相关服务，平均为每名就诊者节省了43分钟。

浙江大学管理学院数据科学与管理工程学系长聘副教授童显表示，推行医保码，打通看病就医全流程，体现了以患者为中心的服务理念。

各方力量协同推进，为实现医保码便捷服务提供保障

在医院就诊，可以打开国家医保服务平台APP，也可以打开支付宝、微信，还可以打开银行的APP……用自己习惯的方式使用医保码，是医保码的一个特点。

国家医保局有关负责人介绍，目前，医保码合作渠道包括支付宝、微信等互联网平台，农业银行、招商银行等银行渠道，以及定点医药机构渠道，总计达234个。比如在支付宝APP首页，通过“医保专区”、搜索、卡包等路径都可以使用医保码。

推广应用医保码是惠民利民的好举措。4年多来，无论是互联网平台还是商业银行，无论是地方政府还是医疗机构，各方都是赢家。

“浙江省从系统建设开始，就将医保码的应用推广一体谋划、一体推进，取得了很好的成效。”浙江省医保局副局长曹岑告诉记者，为推广使用医保码，浙江从3个方面着力。一是在优化使用环境上下功夫。建设智慧医保系统时，要求所有的定点医疗机构、定点零售药店对医院信息系统接口进行改造，必须做到全流程支持使用医保码。二是在宣传推广上下功夫。医保码一上线，各级医保部门想方设法，在抖音、微信公众号、人流密集的场合大力宣传，特别把宣传重点放在医院、药店、医保经办窗口，安排志愿者一对一帮助参保人使用医保码。三是在方便参保人激活医保码上下功夫。市县医保部门开展上门服务，逐一走访辖区内参保人数较多的单位，开展专题培训，指导激活医保码。

“当前，群众对医保服务的需求呈现多层次、多样化、个性化的特点。结合群众实际需要，医保部门推出了一批功能好用、群众爱用的‘互联网+医保服务’，如在线问诊、一键续方、复诊配药、线上结算、送药到家等，更好地满足了群众看病买药的需求。”谢章表示，国家医保局关注到老年人等一些运用智能技术较为困难群体的需求，将传统服务与智能方式有效融合，推出亲情账户、异地就医代他人备案等功能，并在医保经办机构增加了医保码线下激活服务，助力特殊群体获取并享受掌上医保服务，提高医保便民服务的可及性。



医保码不仅为就诊者带来了便捷，也有力地提升了医院的就诊秩序和运转效率。在浙江大学附属第一医院，门诊护士、导医、志愿者等都会主动在患者就诊前指导使用医保码。该院常务副院长裘云庆表示，医院实现了参保患者就医各环节全流程智能化便捷服务，2023年医保码结算率达45.67%。

拓展应用场景，不断提高“医保码、一码通”含金量

“我往那里一站，打开电子码，看镜头‘刷’一下，医药费就报销了。”不久前，在广东省东莞市的一家医院，“刷脸就医”让一名就诊者感到惊喜。这一应用以医保码为基础，将国家医保信息平台中的人脸识别数据和移动支付技术相融合，驱动人脸识别医保结算。

在医保码应用推广过程中，各地不断探索医保码延伸服务，进一步提升参保人的获得感、幸福感、安全感。

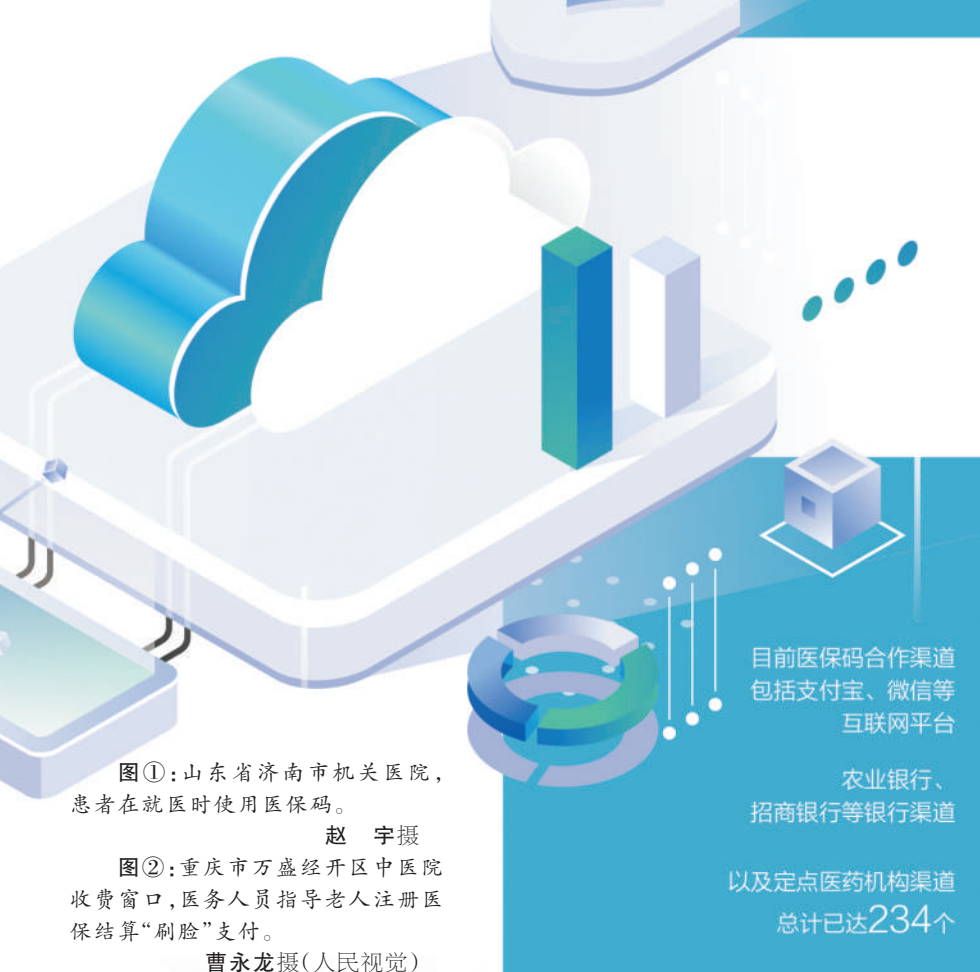
在吉林省，智慧医保“先医后付”便民服务试点已经启动。这一服务依托全国医保信息平台，使用医保码作为身份认证介质，由合作银行以消费金融产品方式，向符合条件的本省参保人提供限期免息、超期低息的专属授信额度，经本人签约授权后，可用于门诊自动扣费或缴纳住院押金，实现门诊看病“全场景无感付”和入院押金“免现金信用付”。

“‘先医后付’便民服务启动后，参保人在家里可以完成医保挂号，预约就诊时间。在诊室里或者检查、取药的过程中，就可以无感完成扣款交费。交费环节与原来相比，可缩短近2/3的时间。”吉林省医保局总会计师林吉说。

在浙江省，“智慧医保”系统全域接入国家医保平台，整合全省54套系统，实现全省医保结算在同一套系统。通过浙里办APP，参保人无需提供亲属证明，系统就能直接判断家庭成员关系，从而实现亲情账号快速绑定，为老人、小孩及特殊群体带来了便利，提高了医保便民服务的可及性。

“我们将医保码全流程应用拓展到‘一站式’入院服务，通过引入智能审核系统，对出院患者实行住院医保在线预审核制度、床旁结算的服务模式。”山东第一医科大学附属省立医院医保办相关工作人员介绍，患者可持医保码在病区护士站或在自己手机端完成出院医保结算，压缩了无效等待时间，提高了就医满意度。

谢章表示，目前部分医药机构还存在医保码无法全流程使用的情况。下一步，医保部门将持续优化完善医保码应用场景，持续优化简化各项服务，推出更多群众需要和喜爱的服务应用，不断提高“医保码、一码通”的含金量。



图①：山东省济南市机关医院，患者在就医时使用医保码。

图②：重庆市万盛经开区中医院收费窗口，医务人员指导老人注册医保结算“刷脸”支付。



②

名医讲堂

不少中老年人平时很注重养生，体检时却被告知血糖超标或者患上糖尿病。其实，慢性病都不是突然发生的。当血糖偏高时，或多或少都会通过身体发出预警。

俗话说：“人老腿先老。”人体在老化的过程中，腿部最先出现变化。可以说，腿部就是人体的“血糖仪”。当血糖超标时，腿脚可能会释放出如下信号：

1. 伤口不易愈合。伤口愈合需要伤口附近的细胞不断分裂生长出新的细胞，同时也要求血液中的免疫细胞发挥功效，防止病毒和细菌的入侵。而高血糖会破坏机体原本“舒适”的大环境，甚至引发血管病变和代谢异常，使伤口得不到充足的营养和自我修复能力，因而变得难以愈合。另外，老年糖尿病

血糖高不高，留意腿和脚

汪芳

患者的免疫力本来就差，处理不当可能引发足部细菌感染复感，最终导致伤口长期无法愈合。

2. 出现“糖斑”。“糖斑”也叫“胫前糖斑”，多见于男性糖尿病患者，主要表现为小腿前侧的一些不规则的褐色斑，不痛不痒。主要是由于持续高血糖导致血管内皮细胞功能紊乱，以及毛细血管高压和蛋白质代谢不畅等，使得皮肤血流量不足、营养不良，一旦有外伤刺激双下肢胫前，就会出现皮肤红斑、水疱、糜烂等症状。

3. 腿脚麻木。长期高血糖会对血管内皮产生不良刺激，导致“僵硬”的情况，阻碍正常的血液循环，引起腿脚麻木。有些糖尿病患者随着病情的加重，还会出现周围神经病变，同样导致下肢麻木，且随着神经病变时间的推移，症状也会越来越重。

4. 皮肤瘙痒。血糖过高会导致血管内产生更多的炎症因子，损害周围神经末梢，从而出现一系列不适症状，如皮肤瘙痒等。这种

瘙痒主要发生在手脚等部位，感觉像蚂蚁在皮肤上面爬一样，到了夜间往往会更加明显。皮肤瘙痒不仅影响日常生活和工作，还会降低睡眠质量。少部分患者出现痛觉过敏或下降等。

5. 皮肤皴裂。长期高血糖的人，身体的渗透压也会更高一些。皮肤血管处于扩张状态，组织中的水分会慢慢向血液转移。其中部分体会从皮肤中流失，引起皮肤脱水和干燥等。另外，血糖过高也会刺激微循环调节机制，使得皮肤自身出现循环障碍，导致皮肤干燥或皴裂。

慢性病预防重于治疗。在日常生活中，中老年人请多留意腿脚部的细微变化。如果高血糖长期得不到有效控制，可能引起非常严重的并发症。若有频繁出现以上症状者，应及时到医院就诊。

（作者为北京医院心内科主任医师）

中医养生

从头到脚做养护

刘伟 宣磊

冬季养生“藏”为先，从头到脚都需要做好养护，如叩齿、护尾、按足等。

中医认为，“肾主骨，齿为骨之余”。叩齿是古人重要的养生保健方法之一，叩齿之后配合吞咽口中津液，能固摄肾中精气、强壮脏腑、养阴生津。叩齿不仅能促进牙周组织的血液循环，使牙齿坚固有力，还能刺激唾液分泌，有助于促进消化和保持口腔清洁，并辅助缓解紧张情绪、放松身心。可选择空闲时间进行叩齿锻炼，每次50—100下，每日1—2次，上下牙齿轻叩出声即可。叩齿结束后，舌在口腔内贴紧牙齿，上下左右画圈搅动，待唾液分泌后缓缓咽下。“叩齿吞津”法适用人群广泛，尤其是体虚疲弱、口干舌燥的老年人，或中医辨证属于肾阴亏虚证的人群。

督脉为“阳脉之海”。按摩督脉上的长强穴（位于臀部尾骨端与肛门连线的中点处），能调节全身阳气，还能治疗急性尾骨痛、腰扭伤、慢性腰痛、脱肛或痔疮等疾病。平时腰臀和下肢冰凉明显等肾阳不足者，可于家中或车中座位上，备好温暖的坐垫，保护尾部阳气。

人体遇寒后气血凝滞会引发疼痛，特别是肢体末端血行不畅，症状尤为明显。可用温水泡脚后，进行足跟按摩和昆仑穴按压。此法具有舒筋活络的功效，可治疗腰部疼痛、足部疼痛等。