

健康焦点

因地制宜提升托育服务质量

本报记者 申少铁 孙超 王沛

近日,2024年全国托育服务宣传月在湖南省长沙市启动。国家卫生健康委在全国范围内组织开展主题为“放心托育 方便可及”的系列宣传活动,旨在提高托育服务知晓度,鼓励各地因地制宜办托育。

“十四五”规划纲要提出,鼓励有条件的用人单位提供婴幼儿照护服务,支持企事业单位和社会组织等社会力量提供普惠托育服务。今年4月,全国总工会、国家卫生健康委联合印发通知,公布首都医科大学附属北京友谊医院、湘电集团有限公司、青岛恒星科技学院等100家单位为“2023年全国爱心托育用人单位”。如何因地制宜提升托育服务质量,记者进行了采访。

用人单位办托育,上班带娃两不误

“单位有托育,上起班来安心多了。”下午6点下班后,湘电集团女职工杨郁佳换掉工作服,来到与厂区一墙之隔的朵俊湘机幼儿园,接上自己刚满3岁的孩子回家。

前两年,由于杨郁佳丈夫在外地上班,双方老人又都不在身边,眼看着孩子一天天长大,杨郁佳没少操心托育问题。她将湘潭市区的托育机构跑了个遍,还带着孩子试过课,不是太贵就是服务不好。

2020年,湘电集团工会组织了一次面向职工的问卷调查,发现大家对托育的需求比较强烈。“企业建立起了包括职工育儿托管中心在内的8个服务中心,为职工提供更贴心的服务。”湘电集团工会常务副主席葛洪说。

托育机构并不是说办就能办,软硬件方面都有严格的要求。湘电集团工会主席陈鹿介绍,朵俊湘机幼儿园以前招收的是3岁以上儿童的幼教班,要想新增托育班,还需要进行一系列改造。幼儿园严格按照托育机构的要求来装修,配置教具。2021年,朵俊湘机幼儿园的托育班正式开班,首批报名的幼儿有13人,目前托育班已经扩大到了22人。

湘电集团对于报名托育班的职工,给予每学期280元的职工优惠,同时集团工会又给予每学期500元的补助。“算上补贴后,每个月托育费只要1050元,比市场上的托育班便宜很多。”杨郁佳说。

2022年8月,北京友谊医院在西城院区和通州院区分别建设了一个托育所,去年开园以来分别收了14个孩子和18个孩子,每月收费分别为3900元和3500元,相较附近同等条件的市场化托育机构,费用只有不到一半。

“对于西城院区来说,场地紧张,寸土寸金,办托育所难度最大的是选址。最后,医院把体检中心辟出一块空间改为托育所。”北京友谊医院党委委员、工会专职副主席龚迎光介绍,从场地选址设计、施工改建,到职工需求调研,医院领导高度重视,前期已投入400余万元。

“用人单位托育服务是普惠托育服务体系的重要组成部分,是扩大普惠托育供给的有效方式。”中国人口学会副秘书长、中国人民大学人口与发展研究中心副主任宋健说,目前,托育服务的社会供给明显不足,主要依靠家庭内部解决。用人单位提供托育服务,职工上班顺便把孩子带到单位,下班后带孩子回家,工作时间由专人看管,能够实现上班带娃两不误。

完善体系建设,提高服务质量

“女儿到单位托育所已经7个月了,变化很大。孩子以前怕生人,不善于表达,对家



长也比较依赖。现在,经过托育所的生活,孩子胆子更大了,性格也更活泼了,社交能力明显增强,生活自理能力也提高了。”北京友谊医院康复医学科治疗师吴坚家住北京北五环外,上班日就把孩子带到医院西城院区托育所。

在吴坚看来,相比市场化托育机构和家里老人带孩子,单位的托育所环境更安全,孩子能得到更好的锻炼和学习,有利于个人成长。如果孩子生病了,还能第一时间送到医院儿科治疗。

北京友谊医院托育所采取第三方运营模式,其中西城院区托育所的运营商是北京乐融托育服务有限公司。公司总经理郭曼妮介绍,托育所根据医务人员上班特点来提供服务。早上7点半,托育所就开门了。上午,老师们会带孩子做一些轻松的运动、玩玩具、听音乐、绘画、阅读绘本、讲故事等。教室的墙面和地板都是软包装,孩子还可以进行一些体能活动,如翻跟头、爬行、跑跳等。午饭后,孩子可以午睡一段时间。起床后,安排孩子做一些互动类的游戏,如过家家、自由探索等。下午6点左右,职工下班后就可以接孩子。

青岛恒星科技学院教育学院在学前教育、早期教育、婴幼儿托育服务与管理领域,拥有丰富的专家资源和教学资源。早在2016年,学院就在学校内部设立了一家托育中心——青岛恒星托育中心,目前拥有120个普惠型托位。托育中心依托教育学院专家团队、研究智库、关键课题以及丰富的课程资源,创立了“幸福教养工程课程特色体系”。“通过践行先进的教育理念和教学方法,确保孩子们不仅能得到照顾,还能接受高质量的早期教育。”托育中心执行园长蔡巧玉说。

“随着早教、托育观念的发展和家庭教育理念的转变,现在的托育不仅是‘看孩子’,也不只是保证安全和健康。这两年,我们围绕健康、语言、社会、科学和艺术五个维度,构建起了自己的课程体系。”朵俊湘机幼儿园园长廖超说。

在湘电集团,职工点赞最多的是“周末托”。朵俊湘机幼儿园考虑到有的职工周末要轮班和加班,开办了“周末托”和“延时

托”。湘电集团则为“周末托”和“延时托”提供经费支持,职工可以免费享受服务,1岁半至6岁的孩子都可以报名。更贴心的是,“周末托”柔性设置入园和离园时间,与职工的上下班时间灵活匹配。

宋健说,现在的家长对托育的质量要求越来越高,希望托育所能够提供更周到的服务。用人单位办托育,首先要对职工的需求进行调研,以满足职工需求为出发点,在服务供给、队伍建设、质量保障等方面完善体系建设,提高服务质量。

增设相关专业,打造托育队伍

朵俊湘机幼儿园托育班教师楚娜,在幼教行业已经工作了5年多。作为托育教师,她觉得成就感和幸福感更高了。2021年,随着幼儿园开办起托育班,她也从幼儿园教师转型为托育班教师。目前,托育班包括她在内的两名教师和一名保育员,都由幼儿园教师转型而来。

“婴幼儿托育教师,既要掌握婴幼儿日常生活保健与护理知识,同时也能够针对0至3岁婴幼儿思维、语言等特点,科学地进行智慧开发与想象力培养。”廖超介绍,托育服务和幼儿教育有较强的专业性,对老师的要求各有侧重,现有幼儿教师师资力量无法“拿来就用”。幼儿园先后将楚娜等3人派往广州和长沙培训,系统学习育婴和早教等专业知识。如今,除了幼教资格证外,楚娜还有了育婴师证、营养师证、入户早教指导师证等证书和资质。

“我们除了要求从事托育的员工考取国家要求的资格证书,还定期给他们安排业务

培训。”郭曼妮介绍,公司建立了完整的培训体系,员工可以线上线下参加托育专业课程学习。北京市西城区卫生健康委也要求公司员工每个月参加区里组织的业务培训。双管齐下,增加员工托育技能。

记者在调研中发现,只有少数用人单位托育所的师资来自托育相关专业毕业生,其他大多是非专业师资。主要原因在于,我国托育专业建设起步较晚。从供给方面看,目前高等职业院校单独设置托育专业的还不多,托育人才供给还无法满足社会需求。

“发展托育服务,人才是最基础的要素。”北京城市学院校长刘林说,托育服务要遵循幼儿的身心发育规律。由于缺乏早期教育专业师资,有些托育机构幼儿园化甚至小学化,不利于幼儿的健康成长,也违背了科学的托育规律。早期教育服务对象为婴幼儿,不同于其他教育专业,涉及教育、卫生、心理、体育等多个领域学科。刘林建议,加强对高等院校设置托育服务相关专业的支持,打造一支专业化的托育队伍。

我国托育服务相关专业建设正在加快推进。2019年,教育部等七部门印发了《关于教育支持社会服务产业发展 提高紧缺人才培养培训质量的意见》,提出原则上每个省份至少有1所本科院校开设托育服务相关专业。2021年,“婴幼儿托育服务与管理”专业被纳入教育部印发的最新版《职业教育专业目录》。

“青岛恒星科技学院教育学院开设学前教育、早期教育、婴幼儿托育服务与管理3个专业,目前在校生有2000多人,每年为社会输送优质托育人才700余人。”青岛恒星科技学院教育学院执行院长王清说。

图①:青岛恒星科技学院恒星托育中心,孩子们在体验包饺子。 王会摄
图②:湘电集团朵俊湘机幼儿园托育班,幼儿在做游戏。 莫榕摄
图③:北京友谊医院通州院区托育所,幼儿在做餐前小游戏。 韩卫坤摄

图无影灯

“去一家医院,做一遍检查”“刚做的CT,换家医院就不认了”……不少人曾有过类似的就医经历。近年来,福建省坚持以群众需求为导向,加快推进医学检查检验结果与影像资料共享互认,有效提高医疗资源利用率,基本实现省、市、县公立医疗机构间的检查检验报告调阅共享。

重复检查检验,是百姓看病就医的一大痛点,不仅加重了经济负担,而且影响了诊疗时间和就医体验。检查检验结果不互认,背后原因复杂。有的是医疗机构之间信息数据无法共享;有的是不同医院的设备和技术水平存在差异;有的是医生为了减少误诊漏诊;有的是医院不愿意放弃检查化验带来的经济利益……总之,既有“不能认”的问题,也有“不愿认”的问题,客观因素和主观因素并存。

近年来,我国努力破解医学检查检验结果不互认的难题。2022年2月,国家卫生健康委等部门联合印发《医疗机构检查检验结果互认管理办法》,要求“对符合条件的检查检验结果能认尽认”。从2023年起,国家卫生健康委等部门开展全国医疗机构信息互通共享三年攻坚行动。今年《政府工作报告》提出,深化公立医院改革,以患者为中心改善医疗服务,推动检查检验结果互认。目前,各地已出台一系列政策措施,成效初步显现。实践证明,打通检查检验结果互认“梗阻”,是一项复杂的系统工程,需要多管齐下、对症下药。

医疗机构之间打破“信息孤岛”,是结果互认的前提。各地应加快建设医学检查检验互认共享平台,推动数据互联互通,从技术上实现检查检验结果跨医院、跨层级、跨区域的智能检索、即时调阅、互认共享。通过建立医疗机构检查资料数据库或云胶片等形式,推进检查资料共享。医疗机构加强以电子病历为重点的信息化建设,逐步实现检查资料数字化存储和传输。

检查检验规范化、标准化、同质化,是结果互认的基础。各地应尽快制定统一的互认项目目录、项目编码和质控标准,促进区域检查检验水平同质化。医疗机构应加强检查检验科室的质量管理,建立健全质量管理体系。发挥区域医疗中心、紧密型县域医疗共同体等的作用,建成互联互通的医学检验、医学影像、心电、病理诊断等资源信息共享中心,实现基层检查、上级诊断和区域互认。

优化激励措施,强化全程监管,是结果互认的保障。各地要充分调动医疗机构开展检查检验结果互认的积极性,形成长期有效的运行机制。医疗机构要建立公益性为导向的绩效考核制度,将医务人员开展检查检验结果互认作为绩效考核的考核指标,使医务人员收入真正体现劳动价值和技术价值。有关部门要充分运用信息化手段对医疗机构检查检验结果互认情况进行实时监控,对高值高频、群众反映突出的检查项目进行实时监控,逐步实现对不合理检查的自动发现、自动提醒、自动干预。

当然,医疗具有复杂性和风险性,医学检查检验结果互认不能搞“一刀切”,既要减轻患者负担,又要保证医疗质量。在不影响疾病诊疗的前提下,医疗机构对检查检验结果能认尽认。如果有特殊情况,则可以进行重新检查。例如,因病情变化,已有的检查检验结果难以反映患者当前实际病情;已有的检查检验结果与患者临床表现、疾病诊断不符,难以满足临床诊疗需求等。

规范医疗行为,促进合理检查,是深化医改的重要内容。开展检查检验结果互认,既能有效减轻患者医疗负担,又能提高医疗资源利用效率,是一件利国利民的好事。希望有关部门把这项惠民工程落到实处,让医学检查检验结果能认尽认,不断改善患者就医体验,增强人民群众的获得感、幸福感、安全感。

中医养生

合理饮食补心气

宣磊

夏季随着气温升高,热邪会耗损人体正气。气虚体质,特别是患心脏病基础病的人群,易出现心气虚证,表现为心悸、气短、疲乏、面色苍白和脉细弱等。依据“春夏养阳、秋冬养阴”的养生原则,心气虚者,此时宜补益心气,保证充足的睡眠,避免久晒和体力过度消耗。

夏属“火”,火邪伤津。汗为心之液,人体在高温下出汗增多,气随津泄,易有咽干口渴、精神倦怠等气阴两虚表现。此时宜关注补水生津、滋养气阴。除了饮用温开水,还可搭配西洋参水、马蹄芦根水、乌梅姜柚茶、莲藕汁、番茄汁等,清凉解热,生津止渴。

南方多雨湿热,应避免湿气郁积。在补水的同时,需防止湿邪泛滥,出现腹泻、湿疹、筋骨关节痛等病证。绿豆冬瓜汤、赤豆茯苓汤、丝瓜薏米汤、扁豆山药粥等都适合夏季食用。豌豆香菇炒牛肉、木瓜炖鲫鱼等食品,补气除湿,和中舒筋,适合腰腿乏力、抽筋、风湿痹痛者食用。

中医谓为“水谷之海”,此“海”宜通不宜满。补气药食多甘平或甘温,可选择生晒参(或党参)、黄芪、红枣、桂圆、灵芝、鸡肉、牛肉、糯米、核桃等食材加以搭配调养,如党参汽锅鸡、黄芪桂圆粥、灵芝红枣汤、核桃人参汤等,有补益心气、养血安神功效。(作者为北京协和医院中医副主任医师)

本版责编:申少铁 版式设计:张芳曼

推动医学检查检验结果能认尽认

白剑峰

名医讲堂

血管钙化就是在血管壁上形成了骨格样物质。正常的血管光滑且富有弹性,钙化后的血管变硬、狭窄、弹性降低,容易导致心肌缺血、左心室肥大和心力衰竭。

研究表明,血管钙化并不是一种独立的疾病,而是动脉粥样硬化、高血压、高血脂和糖尿病等的病理表现。钙化不是短时间内完成的,有许多内在和外在的因素,如激素、细胞因子、酶和蛋白质等,共同参与了这一过程。

人体血管分为3层,从外往里分别是外膜、中膜和内膜。当钙盐不断沉积其上,久而久之就会钙化。内膜钙化的典型特征是长斑块,中膜钙化多发生在老年人和糖尿病

改善生活方式,预防血管钙化

汪芳

患者、尿毒症患者群体。

研究显示,高血压、高血脂、糖尿病、慢性肾病、吸烟和衰老容易导致血管钙化。高血压患者长期血压偏高,对血管是一种不良刺激,血管为了对抗高血压,只好不断钙化变硬。高血脂患者的血液相对黏稠,血液中的杂质更易附着在血管壁形成钙化。糖尿病患者长期浸泡在高血糖血液当中,容易出现小血管硬化。肾病属于代谢性疾病,特别是需要透析的患者,钙磷代谢失常,也会导致多余的钙盐沉积在

血管壁上,这种钙化通常比冠脉硬化更严重。烟草中的有害成分会直接损伤血管内膜,影响血脂水平和凝血功能。多项研究表明,颈动脉斑块数量及主动脉钙化风险,在不吸烟者、戒烟者和吸烟者中呈现逐渐增加的趋势。

衰老是不可避免的,也是无法阻止的。老年人血管钙化就像皮肤变老一样,有快有慢,但合并各种危险因素后进展比较迅速。血管钙化是心脑血管疾病及不良事件的独立预后因素,需要积极干预。不

过,血管钙化一般是无法治愈的,重点是做好预防和控制。无论什么时候,都应积极改善生活习惯,包括戒烟限酒、适量运动、注重低盐低脂低糖饮食、控制体重等。

应避免长时间熬夜,建议多吃富含维生素K的新鲜蔬菜、水果和富含维生素C、维生素E的食物,不盲目服用钙剂。

合理用药对于治疗血管钙化很有帮助。规范使用抗血小板药物可以显著降低缺血性脑血管病的发生率,建议在医生指导下服用阿司匹林、氯吡格雷等予以缓解。他汀类降脂药物能够稳定斑块,显著降低心脑血管事件的发生率和死亡率。积极降压、降糖,对于保护血管也有重要意义。(作者为北京医院心内科主任医师)