

医保在线

中医日间病房,开启“随治随走”住院新模式

□ 鞠圣娇

得了颈肩腰腿痛,选用中医适宜技术治疗,可以不用住院,随治随走,还能享受住院报销待遇?是的,这就是近期我市各医疗机构陆续推出的中医日间病房住院新模式。

中医日间病房住院模式是指参保患者符合住院条件,以针灸治疗为主,配合穴位贴敷、督灸、隔物灸、拔罐、耳穴压豆、中药塌渍、推拿、中频脉冲等中医适宜技术,且在非治疗期间不需住院观察,经患者和医疗机构双方同意,在当日治疗结束后即可回家的一种治疗模式。

中医日间病房住院新模式适合前期经门诊或住院检查明确诊断,病情相对单一,具有住院体征、符合入院条件的患者或适合中医适宜技术治疗的患者。参保居民(居民医保、职工医保)就诊,符合中医日间病房疾病标准,均可按照中医日间病房政策报销。

在前期试点的基础上,我市于2023年11月开始全面推行中医日间病房医保结算。目前,这一模式已经在越来越多的医疗机构得以应用,一部分满足条件的一级公立医疗机构也在推广这种结算模式,极大方便了参保群众就医。

中医日间病房有哪些好处呢?一是

省时,减少患者的住院时间以及家属的陪护时间;二是省力,患者可灵活选择就医时间,随治随走,最后进行联网结算;三是省钱,患者在中医日间病房治疗,可以享受住院报销待遇,减轻治疗负担。

目前,我市将21个病种纳入中医日间病房医保结算,分别为腰疼、骨痹、项痹、肩痹、中风病、不寐、郁病、脏躁、面瘫、面痛、面风、耳聋、耳鸣、头痛、胃脘痛、蛇串疮、眩晕、筋痹、痿病、肌痹、骨折、咳嗽、哮喘病、月经病、带下病、产后病、遗尿病、胁痛。中医日间病房所用治疗方式包括普通针刺、穴位贴敷治疗、温针、耳针(包括耳穴压豆、耳穴埋针、磁珠压耳穴)、

头皮针、微针针刺、拔罐疗法、芒针、关节粘连传统松解术、眼针、推拿疗法、中药塌渍治疗、手指点穴、浮针、埋针治疗、小针刀治疗、火针、刮痧治疗、雷火灸、隔物灸法、中频脉冲电治疗、督灸等。

按照规定,参保人员(不区分参保居民、参保职工)在中医日间病房治疗期间产生的医疗费用,按一次住院结算,其中床位费、护理费(限三级护理)按现行标准30%收取。参保人在中医日间病房治疗期间产生的与本次治疗相关的辅助检查费用,一并纳入该次费用结算,对应在门诊实施的针灸类治疗以及入院前发生的费用,不纳入中医日间病房结算。



5月22日,北京积水潭医院聊城医院和聊城市人民医院的医护人员为高新区第二实验小学的学生进行脊柱侧弯检查。

当日,高新区开展“预防网络沉迷 拒做‘低头少年’”活动。北京积水潭医院聊城医院脊柱外科主任冯硕通过PPT,给学生介绍了长时间沉迷网络对脊柱的危害。医护人员现场为学生进行脊柱侧弯筛查,并根据筛查结果给出专业的健康指导。

本报记者 商景豪
本报通讯员 李冉 摄

医者说

远离代谢综合征,从“管住嘴、迈开腿”开始

□ 张文慧

一、代谢综合征的定义

代谢综合征,是指人体的蛋白质、脂肪、碳水化合物等物质发生代谢紊乱的病理状态,是一组复杂的代谢紊乱症候群,严重影响人们的健康与生活质量。《中国成人血脂异常防治指南》指出,符合以下三项者即可诊断为代谢综合征。

- 1.腹型肥胖:男性腰围>90cm、女性腰围>85cm。
- 2.甘油三酯 $\geq 1.7\text{mmol/L}$ 。
- 3.高密度脂蛋白胆固醇 $< 1.04\text{mmol/L}$ 。
- 4.血压 $\geq 130/85\text{mmHg}$ 。
- 5.空腹血糖 $\geq 6.1\text{mmol/L}$ 、餐后2小时血糖 $\geq 7.8\text{mmol/L}$ 或有糖尿病史。

二、代谢综合征的病因及危害

代谢综合征与不良生活方式密切相关,饮食过量、缺乏运动等不良生活方式会导致免疫异常,再加上先天基础因素,

很容易导致代谢综合征。代谢综合征会明显增加心脑血管疾病、糖尿病的患病率和病死率。

三、代谢综合征的防治

代谢综合征如何治疗尚无统一标准,重点在于改善生活方式。健康的生活方式有助于控制体重、血糖、血脂、血压等与代谢相关的各种因素。代谢综合征可用以下方式进行防治:

(一)饮食治疗

1.保持合理膳食结构
每日摄入的总热量中,碳水化合物应占55%—65%,蛋白质占15%—20%,脂肪占15%—25%。

每天的膳食应包括谷薯类、蔬菜水果类、畜禽鱼蛋奶类、大豆坚果类等食物。平均每天摄入12种以上食物,每周摄入25种以上食物。

保证每天摄入300—500g蔬菜,深色蔬菜应占1/2,每天摄入200—350g新鲜

水果,饮用液态奶300g。鱼、禽、蛋和瘦肉摄入要适量,少吃肥肉、烟熏和腌制肉制品。

2.减重

超重及肥胖者需限制能量摄入,使能量供给量低于消耗量,轻体力劳动者摄入20—25kcal/(kg·d)能量,一日三餐定时定量,晚餐不宜吃得过多过饱。

限制脂肪摄入,适当减少碳水化合物摄入,蛋白质供给应满足需要,并提供充足的无机盐、维生素和膳食纤维。减重应循序渐进,一般以每月减重0.5—1kg为宜。

3.少盐少油、控糖、戒烟限酒

清淡饮食,成人每天食盐摄入量不超过6g,每天烹调油摄入量25—30g,每天反式脂肪酸摄入量不超过2g。

控制糖的摄入量,每天不超过50g,最好控制在25g以下。

戒烟限酒,男性一天饮用酒的酒精量

不超过25g,女性不超过15g。

(二)运动治疗

运动可以增加胰岛素受体对胰岛素的敏感性,从而改善胰岛素抵抗,降低血糖,减轻体重,纠正血脂异常,缓解轻、中度高血压,并能够促进血液循环,改善心肺功能。

运动时间:每周至少运动3—5天,每次30—45分钟,或一周的体育锻炼时间累计达到150分钟;减少久坐时间,每坐一个小时就起来动一动。

运动方式:宜进行强度适中、时间较长、有节奏的全身有氧运动,避免强烈、竞争性运动,运动适宜心率=180(或170)—年龄。

总之,养成健康的生活方式,改善膳食结构,适度增加体力活动,戒烟限酒,才能降低代谢综合征及心脑血管疾病和2型糖尿病的患病风险。

(作者单位:聊城市人民医院)