



邮箱:2373232113@qq.com

责任编辑 李京涓 胡雪

民生周刊

2025年8月13日 星期三

首项医疗保障领域国家标准发布

将于2026年1月1日起实施

近日,市场监管总局(国家标准委)发布《医疗保障信息平台 便民服务相关技术规范》(GB/T 45938—2025)推荐性国家标准,将于2026年1月1日起实施。该标准由国家医疗保障局组织研制,是医疗保障领域的首项国家标准,标志着我国医保标准化建设取得里程碑式突破。

《医疗保障信息平台 便民服务相关技术规范》在医疗保障信息平台工程实践的基础上研究制定,核心技术要求已在全国大规模应用,科学性、实用性和普适性经过充分验证,适用于定点医药机构、合作金融机构、第三方支付机构、政务服务部门和其他机构等合作应用机构。标准规定了医保码(医保电子凭证)、医保移动支付、医保电子处方、个人医保信息授权查询等医疗保障信息平台便民服务的接入方式、接入功能要求、性能要求和安全要求。

近年来,医保信息化发展有力促

进了医疗保障信息平台便民服务的发 展。在已接入医疗保障信息平台便民服务的定点医药机构,群众可通过手机验证或刷脸登录医保账户,轻松办理挂号、就医、检查化验、打印报告单、拿取药品、办理住院、电子处方流转及医保结算等全场景全流程就医购药业务。全时在线、渠道多元、全国通办的医保便民服务体系初步形成,为广大参保人提供了便捷的医保服务。截至今年7月,全国接入医

保码(医保电子凭证)的定点医药机构超过93万家、接入展码合作渠道的240余个,累计结算120亿笔;接入医保移动支付的机构达4.7万家;接入医保电子处方的机构超过35万家,累计开方6300余万张。

市场监管总局、国家医疗保障局将共同推进标准宣贯与实施推广,以标准引领医保服务高效便民,切实增强人民群众在医疗保障上的获得感、幸福感、安全感。 《人民日报》

早发现 早干预

红花岗区近10万名学生将接受免费视力筛查

本报讯 日前,2025年校园屈光筛查义诊启动仪式暨红花岗区中小学近视筛查培训会在遵义医科大学附属医院举行。记者了解到,从9月1日起,红花岗区将在全区67所中小学校开展免费视力屈光筛查,覆盖在校学生近10万人,实现区域内中

小学生视力筛查全覆盖。

当前,青少年近视呈现“发病年龄小、程度高、增长快”的趋势。此次大规模筛查,旨在提高家长与社会对近视防控的重视程度,早发现、早干预,有效降低儿童青少年近视发生率。此次义诊筛查内容涵盖视力、屈

光等项目,从往年的抽查升级为全员筛查,更具系统性与针对性。

“我们前期对医务人员进行了集体培训与严格考核,保障筛查质量与专业性。”遵义医科大学附属医院眼科副主任医师但婷婷接受采访时介绍,筛查数据将上传至贵州省常见病

监测系统,并建立学生屈光发育档案,为区域近视防控政策提供数据支撑。记者了解到,家长可关注“贵州省疾病预防控制中心”微信公众号,点击学生体检,视力筛查,输入孩子的姓名及身份证号,即可查询。(本报记者)



今年暑期,仁怀市鲁班街道积极响应辖区儿童看护需求,面向3至12岁儿童群体开展爱心教育活动,通过系统化课程设置与规范化管理,有效缓解辖区各位家长暑期育儿压力。活动持续四周,全程实行免费公益模式。

图为志愿者辅导孩子完成暑假作业。(仁怀融媒记者 胥慧敏 游正玉摄影报道)



关爱保护未成年人健康成长

近日,新蒲新区新蒲街道红星社区联合遵义医科大学附属医院开展“健康一夏·安全童行”健康科普宣传活动,通过角色体验、互动实操等形式,增强辖区未成年人暑期安全意识,提升家庭急救救护能力。

图为医护人员指导小朋友在人体模型上进行心肺复苏实操。(记者 张婷 摄)

健康解码

“更”好更年期,优雅下半程

月经紊乱、潮热多汗、情绪波动、胸闷气短……许多更年期女性,都面临着身心的双重煎熬。

最新研究显示,我国近半数40岁至60岁女性有更年期症状。更多的医学证据正在告诉我们,更年期不可怕,科学应对,也可以成为生命的新起点。

这些症状,当心是更年期“找上门”

根据北京协和医院牵头编制的《更年期患者指南》,更年期是指女性从生育期过渡到老年期的特殊阶段,多数开始于绝经前4年,平均在46岁至47岁,也有人在绝经前10年或更长时间开始。

北京协和医院妇科内分泌与生殖中心教研室主任郁琦介绍,在这个特殊的时期,随着卵巢功能逐渐衰退直至完全丧失,身体会因为雌激素水平的波动和下降,出现更年期症状。许多更年期女性经历过这样的时刻:突然心跳加快、手脚发麻,甚至怀疑发生了心梗;无缘无故出现潮热发汗,感到一股热气从胸前腾起……这些症状,都很有可能是更年期导致的。

“一些患者会将这些症状错误地识别为其他疾病,从而延误治疗。”北京协和医院妇产科学系副主任陈蓉介绍,女性在40岁后需要开始关注月经是否出现紊乱现象,50岁左右要开始了解哪些是更年期症状,而绝经后则要特别关注泌尿生殖道的问题。

通过《更年期患者指南》的线上版小程序“知更健康”,大众可以进行智能问答、自我检测,初步判断自己是否进入了更年期。

“更年期是每个女性都会经历的一段自然过程,不用害怕也不必排斥,而要用平和的心态迎接它。”陈蓉说。如果症状影响到日常生活,应及时寻求医生帮助。

更年期不“硬扛”,科学应对有方法

过去几十年间,随着妇科内分泌领域研究不断推进,对于更年期的认识从曾经的“更年期只是自然现象,无需干预”转变为“更年期健康管理是提升老年生活质量的关键环节”。

“很多女性会认为更年期‘扛一扛’就过去了,但实际上现在我们已经有了科学方法可以帮助改善更年期

症状。”郁琦说,默默忍受不仅生活质量得不到改善,还可能因为雌激素缺乏带来骨质疏松、心血管疾病和认知功能障碍等健康风险。

郁琦介绍,绝经激素治疗通过补充雌激素或雌孕激素组合,来弥补体内逐渐减少的雌激素,能够缓解更年期症状,预防因雌激素降低带来的健康风险,是更年期综合征的有效治疗方法。

一些患者担心,激素治疗会不会导致发胖?是否安全?专家表示,更年期女性随着雌激素水平的下降,往往会带来腹式肥胖,而补充雌激素并不会带来发胖。只要在医生指导下规律用药,定期随访,安全性很高。

但需要注意的是,治疗需要在专业指导下进行,已知或可疑妊娠、已知或可疑患有乳腺癌、严重肝肾功能不全等情况,不应使用绝经激素治疗。除激素治疗外,还可以采用中药、穴位按摩、针灸等非激素治疗方法缓解更年期症状。

呵护身心,优雅度过更年期

潮热出汗被认为是“体质差”,情

绪波动被认为是“故意找事”……许多更年期女性,经常在职场、家庭中被误解,进而也引发自身的“不安全感”。

“更年期女性既要及时关注自己的身体问题,也要呵护自己的心理健康。”陈蓉建议,家属可以共同学习更年期知识,消除误会,更好地帮助更年期女性面对这一特殊的时期。

“药物治疗是更年期治疗的主要部分,但不是全部,结合科学的生活方式调整,效果更好。”复旦大学附属妇产科医院妇科内分泌科副主任邹世恩说,规律运动是缓解更年期不适的“良药”,可以进行有氧运动,同时配合用哑铃、弹力带等进行简单的力量训练,预防骨质疏松,避免肌肉流失。

此外,要健康均衡饮食,不熬夜,不抽烟,限制饮酒,适当补充维生素D和钙。还可以通过冥想、瑜伽、认知行为疗法等方式,进行心理调节,让心情更加平和。

陈蓉呼吁,个人要储备更多更年期知识,社会要加强对更年期女性的理解,让身体的语言“被听懂”,让更年期“被看见”。

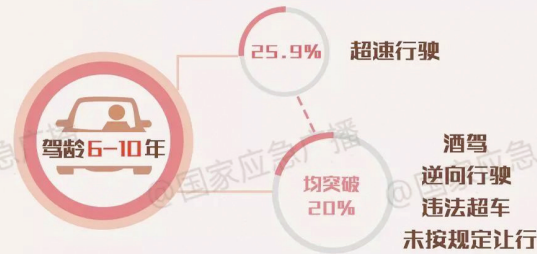
(据新华社)

一图读懂

这些危险驾驶行为 一定要警惕

危险驾驶行为主要包括酒后驾驶、追逐竞驶、吸毒后驾驶、超速行驶、疲劳驾驶、超员超载、闯红灯,以及强行变更车道、强行超车、违法抢行、占道行驶、未按规定让行等交通违法行为。

这些危险驾驶恶习最常犯



这些也是驾驶恶习

驾驶拨打手机

- 驾驶机动车时接打电话容易引发事故
- 单手握方向盘,对车控制力下降
- 分散驾驶注意力,不能及时判断行车危险
- 妨碍观察路况,容易导致操作失误

随意加塞变速

- 一旦有变道加塞的车辆,后边的车辆势必刹车减速,车流像多米诺骨牌一样依次传递下去,路口的通行速度就会受到严重影响。

前后车距过近

- 为防止他人“加塞”,不少人开车都紧跟前车。但车距过近,易发生危险。
- 前车突然急刹,后车刹车不及,造成追尾
- 上坡时车距过近,前车间后溜车,易出现事故

酒后任性驾驶

- 酒精会使人神经麻痹、迟钝,对外界的反应、控制能力下降,处理紧急情况的能力也随之减弱。

向窗外扔垃圾

- 驾车时随意乱扔物品危险性极大
- 当垃圾与高速行驶的汽车发生碰撞时,其威力不亚于手榴弹
- 塑料袋类物品易遮挡后方车辆司机的视线
- 路上的啤酒瓶、砖头等物品易造成车辆爆胎、失控、侧翻

随意变道转向

- 只顾着自己开车随意变道或掉头,这样的驾驶习惯不但会被开罚单,还很容易发生交通事故。

滥用远光灯

- 夜晚会车时,不关远光灯的司机最令人深恶痛绝
- 照明较好的路上不应开启远光灯
- 开启远光灯的车辆应在会车前150米切至近光灯

路上的车辆越来越多,各式各样驾车恶习随时可见。以上这些驾驶恶习会影响你我的生命安全,大家一定要注意!有则改之,无则加勉!

(来源:国家应急广播)