2023年8月25日 星期五 编辑_陈荣汉 唐淑红 校对_杨晨辉 设计_柯伟仁 电话0595-82003110

《健康周刊》官方微信公众号

“家庭病床”渐普及 居家住院更便民

传递惠民健康服务 展示基层医界风采
基本公共卫生服务便民普及系列宣传

高峰时期，大医院“一床难求”已不是稀罕事。另一方面，长期住院离家也让不少老年群体难以承受。近日，新塘街道社区卫生服务中心推出首张“家庭病床”，为解决这一难题提供了思路。越来越多的群众可以在家“住院”，而且还能刷医保。这一举措的推行，将进一步惠及更多老年群体。届时，将有更多参与家庭病床服务的医疗卫生机构打造“无院墙”医院，打通医院与患者家庭中间的“最后一堵墙”，让相应的患者在家就能“住院”，并享受医保报销。

在家“住院”还可享医保

家住新塘街道上郭社区的柯大爷今年83岁，多年来身患哮喘、慢阻肺、高血压、心衰等多种疾病，5年前突发中风后一直瘫痪在床，今年春节期间又感染了新冠病毒，对柯大爷及家属来讲，更是雪上加霜。

“老爷子病情经常反复，需要不定期到医院就诊。对于一名瘫痪的患者来说，上医院是一项‘大工程’。近百斤的体重，平时挪动身体为他擦洗都比较费劲，何况是搬动下床、上车、下车，这些都比较费劲。”柯大爷的家属说。

“病床安在家，医保可报销。好事！”一次偶然的机会，家属看到新塘街道社区卫生服务中心推出关于家庭病床的宣传，于是，心动的他们主动找到医院的工作人员，并详细了解了“家庭病床”的办理条件和流程。

打造“无院墙”医院

据了解，经医务人员评估后，发现柯大爷目前的情况符合家庭病床的办理条件，院方随即安排人员为柯大爷建立家庭病床。而柯大爷，也成了新塘街道的首例家庭病床服务的受益者。

新塘街道社区卫生服务中心主任柯移新介绍，为深入推进咱厝医养结合发展，进一步增加老年人居家医疗服务供给，精准对接老年人群多样化、差异化的迫切医疗服务需求，新塘街道社区卫生服务中心在做好家庭医生签约等基本公共卫生服务的基础上，推出首张家庭病床。

“我们组织高年资经验丰富的医师对柯大爷的病情进行充分评估，发现柯大爷身患多种慢性疾病、年纪较大，且因中风长期卧床，非常符合我们办理家庭病床的条件。此后，双方签订协议并递交申请表，随后获得医保通过建立家庭病床。至此，新塘首例家庭病床建立。建立家庭病床后，我们的医护团队依据柯大爷的病情，为其制定了详细的治疗方案，接下去我们每周都会派医护人员上门巡诊。”

记者了解到，家庭病床转为“住院服务”，医保报销可省一大笔开支。为此，家庭病床服务的落地和实施，也获得群众称赞。

家庭病床服务热点解答

哪些人可以申请家庭病床？能享受哪些医疗服务？医务人员每天都上门服务吗……市民关心的家庭病床问题都在这里。

什么是家庭病床呢？家庭病床是指对那些高龄或者病情需要进行连续性治疗，但本人生活不能自理或者因行动不便，到医院就诊比较困难的病人，在家中为其设立病床，由医务人员根据病人的治疗需要，定期上门开展查房、开药、治疗、护理等操作的一种便捷的医疗服务方式，并可享受医保报销待遇。

什么人群可以享受家庭病床服务？家庭病床收治范围为：长期卧床不起、行动不便，属于中风瘫痪康复期、恶性肿瘤晚期、骨折需要进行牵引和卧床治疗，以及符合住院条件的高龄老人(70岁以上)因特殊情况需设立家庭病床者。家庭病床服务对象的居所应当符合护理环境要求，其居住房间应安静明亮、通风良好、环境清洁。

家庭病床可以享受哪些医疗服务？医疗服务项目包括针灸、推拿等中医服务项目，外科换药、肌肉注射、皮下注射、口服化疗、导尿、物理理疗、导管护理造口护理、治疗性灌肠、雾化吸入治疗、压疮的预防及护理、与收治疾病相关的医疗康复项目等医疗护理服务项目。还可以进行血常规、尿常规、大便常规及隐血、心电图、血糖、动态心电图、动态血压、生化、电解质、床旁超声等项目检查。

家庭病床如何收费？家庭病床的收费标准经上级医保部门批准，除了因治疗或护理产生的正常费用外，只收取少许的建床费跟巡诊费，并且医保可以报销结算，对有需要的群众来说无疑是一项惠民、便民的好政策。

建床后，医务人员每天都上门服务吗？家庭病床建立后，医务人员按照下列时间要求为建床患者提供家庭病床服务：责任医师和护士应当在建床24小时内完成对患者的首次访视。责任医师或者护士应当根据查床计划，定期开展家庭访视。家庭访视一般每周1~2次，病情较为稳定、治疗方法无须调整的患者可每两周家庭访视1次，患者病情需要或者出现病情变化时，可以增加家庭访视次数。责任医师或者护士可以运用智能医疗健康装备，以远程诊疗、远程健康指导等方式，对患者进行家庭访视(具体服务时间，也与患者个人身体健康情况有关)。

基本公共卫生服务便民宣传 厝边医讯

永和镇卫生院 “两癌”筛查进入倒计时 预约咨询电话：88072302

本报讯 记者从晋江市永和镇卫生院了解到，近期，该院2023年度“两癌”筛查已接近尾声，目前仅剩最后100个名额，有需要的市请须提前预约。

“两癌”筛查是指妇女宫颈癌和乳腺癌的筛查，它是保障妇女健康的重要措施。近年来我国乳腺癌、宫颈癌的发病率和死亡率居高不下，而且年轻人患癌增加，“两癌”已经不是中老年人的专利了，通过筛查，以期达到早发现、早诊断、早治疗及防治其他妇女常见病的目的。

据悉，今年“两癌”筛查人员需是本地户籍的已婚妇女，年龄满35~64周岁(出生日期1959年8月10日-1988年8月10日)且五年未做过免费“两癌”筛查的人群(2019-2023年度内未做过免费“两癌”筛查)。筛查项目包含妇科检查、白带常规、宫颈HPV检测、乳腺彩超，筛查地点为晋江市永和镇卫生院综合楼二楼妇产科。

温馨提示：若要参与“两癌”筛查，应携带本人身份证及医保卡，佩戴口罩；已确诊为乳腺癌、宫颈癌者不在免费筛查范围内。

陈埭中心卫生院 西滨镇卫生院 同获文明单位荣誉称号

本报讯 日前，中共泉州市委、泉州市人民政府印发《关于表彰泉州市2020-2022年度精神文明建设各类先进的决定》，公布了2020-2022年度精神文明建设各类先进。其中，晋江市陈埭中心卫生院和西滨镇卫生院同获殊荣，被授予泉州市2020-2022年度文明单位荣誉称号。

据了解，晋江市陈埭中心卫生院始创于1958年5月，是一所集医、教、研、防为一体的二级综合性医院。2019年4月，陈埭中心卫生院与西滨镇卫生院建立紧密型医疗次中心医共体；2019年10月，成立洋埭院区，最终形成了“一院三区”的布局。

“从与西滨镇卫生院建立紧密型医疗次中心医共体，到成立医院洋埭院区，再到创建康复医学科、盆底康复中心、血液净化室、慢病管理中心等特色科室，成立各学科名医工作室，陈埭中心卫生院一直在大胆探索‘大镇小医院’的发展出路。”陈埭中心卫生院党支部书记、院长，西滨镇卫生院院长洪文挺表示，“未来，我们将不断提高诊疗能力和水平，全方位推进医院高质量发展，持续提升群众就医满意度、幸福感。”

本期聚焦

流感季到来 收好这些预防妙招

“阿嚏、阿嚏……”发热、畏寒、嗓子痛、流鼻涕，可能是患上了流行性感冒？近日，记者从晋江市中医院急诊科获悉，每年夏秋之交，早晚温差逐渐增大，流行性感冒易发，患者有所增多，广大市民朋友应注意预防流感。

流感不是普通感冒

流感季即将来袭，你准备好如何预防了吗？

记者了解到，流感是流行性感冒的简称，是由流感病毒引起的急性呼吸道传染病，主要的临床症状为发热、头痛、鼻塞、流鼻涕、咽喉疼痛、咳嗽、全身乏力，严重者可并发肺炎、支气管炎、急性心肌炎等，更有甚者会威胁生命。老年人、婴幼儿、孕妇和慢性基础疾病患者是高危人群。

而普通感冒常由于受凉或鼻病毒、冠状病毒、细菌等病原引起的呼吸道疾病，传染性不强，症状较轻，呈自限性。流感主要通过其近距离呼吸道飞沫传播，也可以通过口腔、鼻腔、眼睛等黏膜直接或间接接触传播，在人群聚集的场所发生聚集性疫情。流感主要通过呼吸道飞沫和接触传播，常出现局部暴发流行。

那么，得了具有传染性的流感会怎样？晋江市中医院急诊科负责人张转喜介绍，多数人表现为轻症，可在一周内自愈。部分人群特别是孕妇、儿童、老年人、慢性病患者等高危人群感染流感后，危害不容小觑，可导致并发症并出现严重临床后果。

如何预防流感是关键

面对流感，如何做到“防患于未然”？“流感治疗措施有限，如何预防流感才是关键。”张转喜建议，要保持良好的个人及环境卫生，及早接种流感疫苗(10月份之前)，饮食均衡营养、适量运动、充足休息，避免过度疲劳。

接种流感疫苗，是预防流感及其并发症最有效、最经济的方式。目前，针对流感的疫苗有不少，市民可自愿接种任何一种流感疫苗，符合条件的高风险人群应趁早接种。

平衡膳食，提高免疫力，也是预防流感的关键。鸡蛋、奶类、鱼类等均可为人体提供优质蛋白质，新鲜的蔬菜、水果则能补充人体所需多种维生素。我们应多吃优质蛋白质和富含维生素的食品，增强我们的免疫力，以预防流感病毒的侵入。

坚持合理运动，有益身体健康，可增强自身抵御流感病毒的能力。针对一些活动范围较小的学生、上班族等群体，应适当减少久坐时间，每隔一段时间起来动一动；建议长期坚持适量、规律的运动。

养成良好的个人卫生习惯。在日常生活中，应勤洗手、勤晒衣服被褥、勤通风，根据天气的变化注意加减衣物，外出去人群密集场所应戴口罩，咳嗽、打喷嚏时注意遮掩口鼻。在流感流行季节，减少去人群密集场所。

最后，预防的同时也要避免与呼吸道感染患者密切接触。若与患病者发生接触，使用肥皂和清水清洗双手15~20秒，使用含酒精的清洗剂擦手也很有用。

萌化了 咱厝小朋友手绘画作致谢医护人员

“珊珊阿姨，谢谢您！我画了一幅画，手工制作成一束花想要送给您，谢谢您，帮我打跑了小怪兽，我现在病好了，准备出院啦！”近日，在晋江市医院晋南分院的儿科病房里，一名3岁4个月的小宝贝小海带(化名)送来了一份特别的礼物，表达了她对于责任护士刘珊珊和儿科医护人员在她住院期间给予的诊疗与关心的感谢。

儿科

小患儿送来『萌萌哒』手工花

据了解，小海带因支气管肺炎住院治疗。就诊时，她咳嗽比较厉害，身体不适，加上打针、抽血的疼痛，总是感到不安。责任护士刘珊珊在查房过程中注意到了这一点，经常与其多互动，关心孩子的饮食、睡眠情况，还鼓励她勇敢坚强，奖励她小红花。护士的一天，就是忙碌的一天。但在这样忙碌的工作间隙里，刘珊珊还是特别抽出时间，陪小海带做手工游戏、画画，让她在住院期间慢慢消除恐惧的抵触心理，积极配合治疗。经过该院儿科团队细致的护理，孩子终于治愈出院了。

出院前，小海带给照顾她的“珊珊阿姨”送上了一份特别的礼物——自己亲手制作的鲜花束，表达了她对刘珊珊和儿科医护人员的感谢与喜爱。

“感谢宝贝！”收到这份礼物时，刘珊珊很开心，她表示，“安抚小海带的情绪，让住院的每个宝贝治好病，回归健康是我的工作，也是我当初选择成为一名护士的初心。这样分内的工作，没想到能得到孩子这样暖心的礼物。孩子的画，充满最纯真、最质朴的心意和祝福。我想，我和我的同事们，也会更加努力，为为病区患儿提供更好、更满意、更周到的就医环境和就医服务。”

普外科

收到小朋友『手绘』感谢信

纸短情长，温暖人心。近日，晋江市医院晋南分院服务中心收到一封特别的感谢信。这封信上，画有三位护士及一名医生的卡通形象，信的底部还有宝贝亲笔附上的文字，“谢谢普外科李静远医生、林榕榕护士姐姐、陈美兰护士姐姐、林新新护士姐姐，帮我把伤治好啦!爱你们哦!”

收到这封字数不多，却充满童趣的感谢信后不久，这则消息就在医院内传开了。“看到这样的感谢信，心里觉得暖暖的。”“这个小宝贝画得还不错!”“刚忙完，经历了一次比较紧急的患者抢救，看到这样的感谢信，我的心情顿时舒缓了不少。”

据了解，这封感谢信由一名就诊于普外科的小朋友亲手绘画而成。这名患儿因身上多发褐色痣，近期有变大的情况，前往该院普外科就诊。后来，经过李静远医生的诊疗及三位护士的精心换药，患儿恢复良好。为了表达对医护人员的感谢之情，患儿在家属的陪同下，亲手将这封感谢信交给了服务中心的工作人员。

“这封感谢信的简单朴实，流露出小小患者对医院的信任和感激之情，这是患者家属对我们医护人员最大的肯定，对医护人员工作态度的高度赞誉。纸笺传心意，温暖人心。这封感谢信对每个医护工作者来说，既是责任更是鞭策。我们将继续提升患者就医体验，为患者提供更优质、更贴心的医疗服务。”晋江市医院晋南分院副院长蔡秀群表示。

晋江市中医院举行 职工子女暑托班闭班仪式

本报讯 8月22日，晋江市中医院“快乐成长·爱心辅导”2023年职工子女暑托班闭班仪式暨汇报表演在该院康复楼四楼举行。本期暑托班7月13日起开班，由晋江市中医院、晋江市中医院工会、泉州职业技术大学四实书院联合组织。

活动中，志愿者老师们带领孩子们回顾整个暑托班的特色课程、实践活动和课堂点滴，分享暑托期间所教所悟。现场进行了巧渡顿顿桥、愤怒的小鸟、你画我猜等互动游戏，趣味横生的小游戏极大地调动起小朋友们的热情，一张张快乐的小脸，将欢快的气氛在小小的教室点燃。汇报表演中，小朋友们还精心准备了文艺汇演。韵美的舞蹈、优美的歌声、神奇的魔术、精彩的武术、灵动的故事表演、洪亮的朗诵声，纷纷展现了孩子们昂扬向上的精神面貌。

晋江市中医院工会相关负责人坦言，将继续精准对接广大职工需求，探索创新工会服务职工新模式，让广大职工充分感受到工会“娘家人”的温暖和关爱，不断提升职工群众的获得感、幸福感和安全感。

健康问答

大量出汗是否有益健康？

读者问：据说夏天是减肥的好时期，这时候多运动，大量出汗，是否会有益减肥及身体健康呢？

陈埭中心卫生院中医馆负责人康锦明医生答：夏天出汗，有两大好处。一是可蒸发散热，维持人体体温的恒定；二是可排出多种有害代谢废物，如乳酸、碳酸、肌酐、尿素及细菌毒素等。因此，如果在暑天运动，稍微出些汗，小便通利，就不大会得病。如果此时人体无汗少尿，常为暑病先兆。老年人汗腺萎缩，所以也容易得暑病。

那么，为何运动出汗多了又对健康不利呢？原因是蒸发散热的效果以少量出汗为最佳；若是汗珠大滴流淌，其散热效果反而不佳，反而会损伤人体津液和元气。同时，大量出汗可能会使人体丢失许多有用物质，导致机体缺钾、钠，脱水体虚。另外，大量出汗，还可能使得人体血液浓缩，血黏度增高，对动脉硬化者有诱发血栓和心肌梗死的危险。因此，在酷暑盛夏出汗较多时，要随时补充水分和盐分。平日三餐应多喝些菜汤，多吃些含水分多又富含维生素和钾盐的水果、蔬菜，如西瓜、黄瓜、菠菜、丝瓜等。

本版由本报记者吴清华、通讯员洪依依采写