中国家庭报

2020年7月13日
星期一
农历庚子年五月廿三
总第470期

健康中国行动 从此刻 向未来



资料图片：今年6月18日开始，抗疫特别国债已经从第一期发行至第四期。

全民健康助力
全面小康生活 ▶ 3

加强心理健康促进
提升公众幸福感 ▶ 4

避开产后
这些“坑” ▶ 6

“四字诀”推进
贫困母亲“两癌”救助 ▶ 7

抗疫特别国债，1万亿！

7月9日，财政部发布通知，决定发行2020年抗疫特别国债（四期）。从6月18日开始，抗疫特别国债已经先后发行三期。

今年以来，新冠疫情席卷全国。3月27日，中共中央政治局召开会议，会议指出，要发行特别国债。5月14日，财政部部长刘昆表示，要通过抗疫特别国债、地方政府专项债券等多种渠道，增加政府投资。

抗疫特别国债是为应对新冠肺炎疫情影响，由中央财政统一发行的特殊国债，不计入财政赤字，纳入国债余额限额，全部转给地方，主要用于公共卫生等基础设施建设和抗疫相关支出。

5月22日，李克强总理在政府工作报告中提出，中央财政发行抗疫特别国债1万亿元，不计入财政赤字。政府工作报告中同时强调，发行1万亿元抗疫特别国债，这是特殊时期的特殊举措，将建立特殊转移支付机制，资金直达市县基层、直接惠企利民，主要用于保就业、保基本民生、保市场主体。

为何“特别”

在我国的历史上，这是第三次发行特别国债。

1998年发行的特别国债，所筹集的资金全部用于补充国有独资商业银行资本金，额度为2700亿元。

2007年发行的15500亿元特别国债，用于购买约2000亿美元外汇，作为中国投资有限责任公司资本金。

综观全球各国，特别国债只在应对重大自然灾害、金融危机或主权信用危机对冲时刻发行。和一般国债不同，特别国债是指特定时期发行，用于特殊用途，并形成特定资产的国债，它无需列入一般公共预算，而是纳入政府性基金预算管理。政府性基金预算的原则是“以收定支”，因此必须有受益性要求。

对于今年的抗疫特别国债，“增加政府投资”值得特别关注。财政部部长刘昆于5月14日在《人民日报》的署名文章中就明确指出了这一点。政府工作报告当中明确提到抗疫特别国债的具体用途，并强调建立直达市县基层、直接惠企利民的特殊转移支付机制。

对于此次抗疫特别国债的“特别”之处，财政部副部长许宏才在6月12日表示，将分配好、管理好有关财政资金，并抓紧将直达资金下达到位，健全资金管理制度和监督机制，有效发挥直达资金对“六保”特别是保居民就业、保基本民生、保市场主体的重要作用。

用在哪里

北京大学经济学院教授刘怡介绍，提高赤字率和发行抗疫特别国债是集中精力做好“六稳”工作、落实“六保”任务、实现政策有为和推动经济高质量发展的重要制度安排。

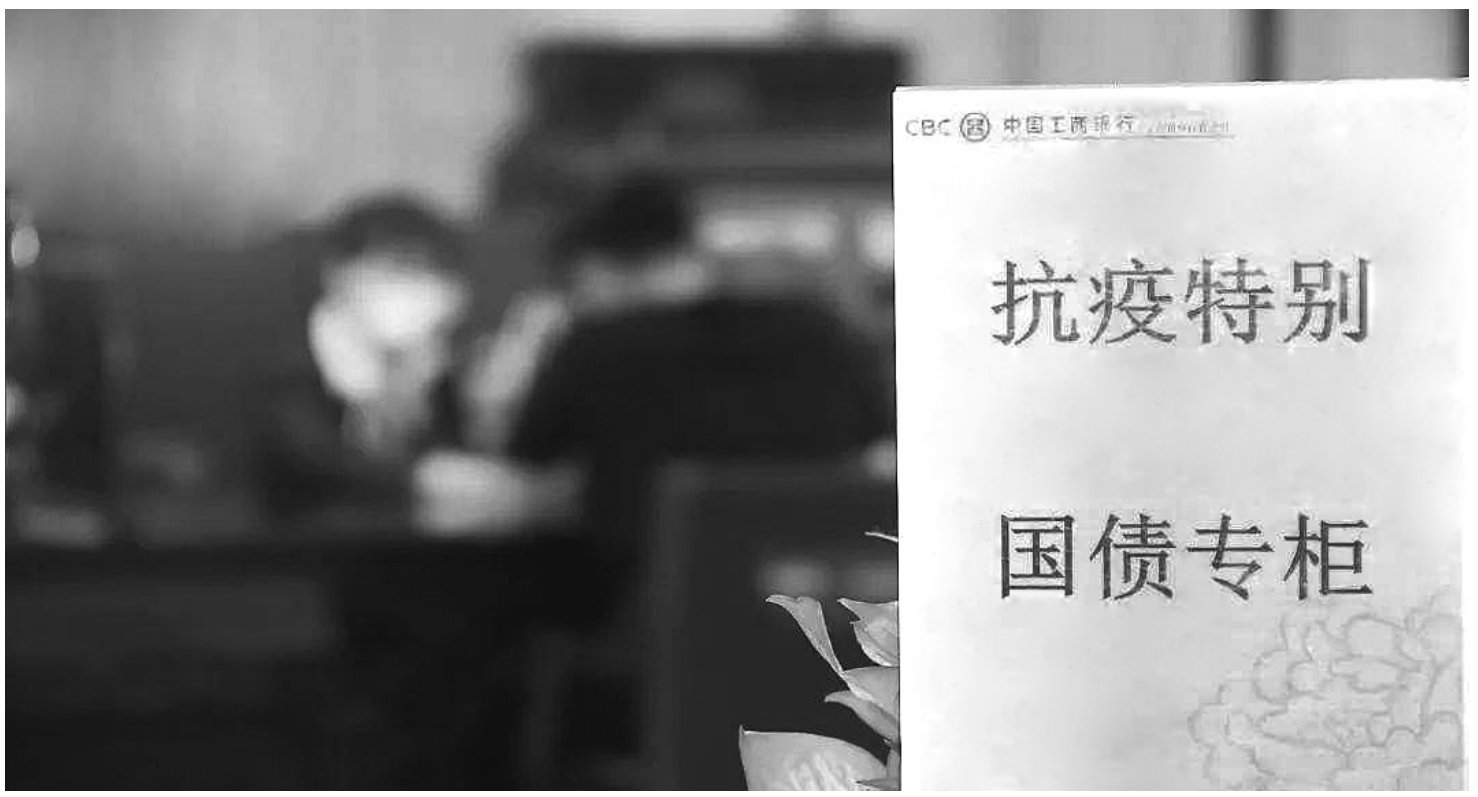
政府工作报告提到，要用好抗疫特别国债，加大疫苗、药物和快速检测技术研发投入，增加防疫救治医疗设施，增加移动实验室，强化应急物资保障，强化基层卫生防疫。

“疫情之下，经济社会发展面临的挑战前所未有，财政政策必须要有力度。”全国政协委员、中国财政科学研究院院长刘尚希表示，发行抗疫特别国债，是特殊时期的特殊举措，将有效拓展财政政策空间，积极对冲疫情影响。

“新增财政资金通过特殊转移支付机制直达市县基层、直接惠企利民，体现积极财政政策的执行效率；同时，在资金的使用上将更加注重逆周期调节，进一步发挥乘数效应和杠杆效应。”刘怡说。

文/本报记者 朱燕

主管/主办 国家卫生健康委人口文化发展中心 支持/联办 国家卫生健康委员会宣传司 人口监测与家庭发展司 基层卫生健康司 国内统一连续出版物号 CN 11-0287 邮发代号 1-172
出版 中国家庭报社 广告经营许可证 京丰工商广字第8016号 地址 北京市丰台区菜户营12号 邮编 100054 www.cfnews.org.cn 今日8版 零售2元



资料图片:财政部7月9日发布通知,为筹集财政资金,统筹推进疫情防控和经济社会发展,决定发行2020年抗疫特别国债(四期)。本期国债为10年期固定利率附息债,竞争性招标面值总额700亿元,不进行甲类成员追加投标。2020年7月15日招标,7月16日开始计息,招标结束至7月16日进行分销,7月20日起上市交易。

抗疫特别国债,受到“特别”关注,年轻人、老年人齐上阵抢购——

“我为抗疫出把力!”

本周,抗疫特别国债(四期)即将发行。抗疫特别国债发行总规模为1万亿元,发行期限以10年期为主,与中央国债统筹发行,利息由中央财政全额负担,本金由中央财政偿还3000亿元,地方财政偿还7000亿元,将主要用于地方公共卫生等基础设施建设和抗疫相关支出,并预留部分资金用于地方解决基层特殊困难。

如果从理财、投资的角度来看,抗疫特别国债固然有着安全性高、收益稳定、流动性强等优点,但利率并不算高,未必是最好的一种投资选择。

然而,从6月中旬开始发行以来的情况看,抗疫特别国债受到了“特别”关注。不仅有很多中老年人排队购买,很多年轻人也加入到了购买的行列当中。除了投资因素之外,“为国出力”的情怀也占据了很大比重。

作为投资:安全、稳定、流动性强

中国工商银行某支行副行长李佳对本报记者表示,“抗疫特别国债的特殊优势,是其他投资产品不可比拟的”。

他介绍,个人购买抗疫特别国债,需要开立证券账户或国债专用账户,如果投资者在持有期间卖出债券,需要通过二级市场投资交易,交易价格根据市场情况波动。“基本不会亏及本金,对于稳健型投资者是非常好的投资品种”。

抗疫特别国债是记账式国债,除了具有常规柜台债券安全性高、收益稳定、流动性强、投资交易起点低的共同优势外,还具有支持疫情防控和经济社会发展的积极意义。

李佳表示:“特别国债购买方式很简单,有银行账户或者证券账户就能买,和买股票差不多,买完了如果想提前用资金,也能在二级市场转让。”他认为:“虽然单看利率,记账式国债要逊色于储蓄国债,甚至现在很多主流理财产品和银行大额存单的收益也要比抗疫特别国债高。但是,抗疫特别国债有它特殊的优势。”

首先,抗疫特别国债能够无损失提前兑现。储蓄国债在到期前兑取除要损失一部分利息外,还要支付手续费。李佳说:“以三年期的储蓄国债提前兑取为例,至少要扣3个月的利息,另外需付银行1‰的手续费。而记账式国债由于能在二级市场交易,提前兑现时,仅需支付少量交易手续费,仍可享受持有期利息。如果价格没有大幅下跌,投资者不仅不损失本金,也不损失利息。”

其次,记账式国债利息能“利滚利”。“储蓄国债是到期一次性支付本金及利息,获得的是单利。而记账式国债一般采用年付或半年付一次利息,这些利息可以用来再投资,相当于复利计息。一年一年滚动下去,也是一笔不小的收益。”李佳介绍。

此外,交易记账式国债可以赚取市场差价。“储蓄国债到期支付本金与利息,没有什么风险,但市场利率如果处于上升期,就等于变相损失了收益。记账式国债的价格,则按市场情况而定。当市场预期利率上升时可以抛掉换成高利率产品,当市场预期利率下降时则可以持有,享受市场价格上升带来的额外收益。”

李佳表示,“记账式国债相对于股票、理财产品的波动幅度是相当小的,基本不会亏及本金,无非赚多赚少的问题,对于风险厌恶型投资者来说是个比较好的投资品种”。

作为情怀:意义非凡、支持国家

“抗疫特别国债是政府‘信用背书’,意义非凡。”“国家发行国债筹集资金用于抗击疫情,每年还给我们利息,到期后本金返还,几乎没有风险,必须支持。”“国家发行的抗疫特别国债,比投资股票、基金之类的风险小多了。”抗疫特别国债开始发行后,引发了各界的关注。

在采访中,记者遇到了一位正在银行内咨询的北京大爷。他说:“抗疫特别国债是国家给咱们研发疫苗的,别管抗疫特别国债利率多少,咱都得买点支持国家!”

“都知道国债稳健,但是基本一到银行就被大爷大妈们排队买光了。”希望购买抗疫特别国债的上班族李女士对记者说,“我妈以前买国债都要连夜去排队,有人凌晨就在银行门口排队等着购买国债。”

在某大型国有银行工作的张毅表示,“老百姓理财有两点考虑,一个是收益性,一个是安全性,但是不同的投资人有不同侧重。抗疫特别国债投资最大的亮点就是安全性高、收益稳定,有国家信用做担保,没有偿付风险,受到机构、个人投资者,特别是中老年投资者的青睐。这次抗疫特别国债面向个人发行,可以说是为居民投资增加了一个不错的选项”。

张毅表示,“前些日子我一直担心,疫情之下全球经济不确定性增加,个人投资是不是应该配置一些国债。现在抗疫特别国债发行了,必须要关注一下,该出手时就出手”。

根据财政部消息,农行、工行、建行、邮蓄银行、中行、交行、招行等40家机构均为2018-2020年储蓄国债承销团成员。也就是说,目前大部分银行基本都可以购买特别国债。

文/本报记者 朱燕

责编:郭丹 美编:朱奎 责校:于潇枫

全方位全周期保障人民健康

“没有全民健康,就没有全面小康。要把人民健康放在优先发展的战略地位,加快推进健康中国建设,努力全方位、全周期保障人民健康,为实现“两个一百年”奋斗目标、实现中华民族伟大复兴的中国梦打下坚实健康基础。”

《中国家庭报》特别开设“健康速递”专版,面向全社会征集关于“普及健康生活”“优化健康服务”“完善健康保障”“建设健康环境”“发展健康产业”5个维度的新闻热点稿件。

投稿邮箱:zgjtbbjb@163.com

◆加大实施优生促进服务

7月9日,新疆生产建设兵团第一师七团阿拉尔市玛滩镇计生协会进行优生优育政策宣传,要求持续做好国家“三项制度”、独生子女退休父母奖励金、独生子女保健费等生育政策宣传、申报、发放工作。

连队计生专干通过在人员密集处设立计生政策宣传栏、入户走访普及和电话随访等形式进行大力宣传,做到家喻户晓,并建立健全长效奖励机制,用足用好各项惠民政策。例如年初按照独生子女死亡、伤残家庭特扶政策,及时将符合政策的6名人员上报国家人口信息平台,申报落实全年特扶资金35000元;利用节假日、“5.29”计生会员活动日,对七团9户独生子女死亡及伤残特别扶助家庭进行走访慰问等。

文/张万成 俞文波

◆优质医疗资源下沉惠及山区患者

近日,湖北省宜昌市兴山县人民医院开展了首例永久性心脏起搏器植入手术,成功救治一名严重心律失常的患者。

患者为88岁的老人,送到医院经急救恢复心跳后,转入ICU病房进行治疗,需立即安装心脏起搏器。在宜昌市第二人民医院专家的带领下,兴山县人民医院医护团队精心操作,历时3个多小时,顺利完成该院首例心脏起搏器植入术。目前,患者症状好转,身体正在恢复。

此次兴山县人民医院成功开展该项手术,是借助上级医院对口帮扶政策,让优质医疗资源下沉,全面提升医疗技术的一个典型。 文/陈蓓蕾 胡晶

◆“卒中筛查”义诊走基层

近日,新疆生产建设兵团第一师医院外科11名医护专家来到第一师五团3连连部,开展“卒中筛查”走基层义诊活动,为当地各族群众开展疾病筛查,将优质的医疗服务送到群众家门口。

义诊现场,专家们为群众答疑解惑,针对检查出的问题给予了专业诊断、治疗建议以及用药指导等。同时,还为前来咨询的群众进行基础体格检查。由于前来诊病的大多是中老年居民,医护专家们就糖尿病、高血压等老年人易患的常见疾病,向各族群众普及卫生保健、健康饮食、合理用药等卫生常识。系统的专业知识、丰富的临床经验为群众带去了实用的卒中诊治常识,受到了当地群主一致好评。 文/黄叶叶

◆让医共体家庭医生签约惠及百姓

7月4日,安徽省阜阳市颍东区第四医共体牵头医院——阜阳市第四人民医院神内内科、心内科医务人员深入医共体成员单位,来到正午镇卫生院所辖村卫生室附近的村民家中,开展家庭医生“1+1+1”签约服务。

以往,病人出院后就与医院终止了服务关系,病人用药、护理等都由病人及家属负责。而对于已签约家庭医生的村民来说,家庭医生对其病情、治疗情况的信息获取渠道直接、快速,可以第一时间接受正确的用药、康复指导。同时,为了及时了解签约病人的动态,签约医生会下乡进村进行精准的随诊服务,为每一位出入院病人,特别是慢性病病人与家庭医生之间架起了一道互通有无的桥梁。 文/杨东强 徐芳芳

■图片新闻



7月3日,云南省楚雄彝族自治州禄丰县开展产后出血抢救及新生儿窒息复苏演练,全县妇幼医生共80余人参加了演练。

演练现场模拟了一名因巨大儿、子宫收缩乏力等原因发生产后大出血的危急孕产妇,立即启动危重孕产妇应急抢救预案的施救过程。随后,现场观摩人员在老师的指导下也纷纷进行产后出血抢救及新生儿复苏的实操练习。通过演练,全县孕产妇及0-5岁儿童管理团队熟练掌握产后出血、新生儿窒息的抢救流程和注意事项,为降低孕产妇和婴幼儿死亡率夯实了技能基础。 文并图/鲁艳

◆餐饮场所核酸检测,确保游客健康

目前,河北省秦皇岛市已进入旅游旺季,该市卫生健康部门持续做好重点餐饮单位、农贸市场等区域的环境和食品检测,确保全市人民和广大游客的身体健康、生命安全。

7月3日,秦皇岛市疾病预防控制中心对海港区、北戴河区重点餐饮单位、农贸市场开展环境和食品样本的新型冠状病毒核酸抽样检测。据悉,此次检测共采集样本91份,其中环境样本75份、食品样本16份,检测结果均为阴性。 文/张乐 么士晨

◆树立正确理念,维护青少年身心健康

近日,吉林省辽源市东辽县云顶镇卫生院在云顶镇中学开展青少年心理健康知识讲座,校内50余名中学生及教师参加了此次活动。

青少年的心理问题越来越受到社会关注。讲座上,健康教育讲师从提高青少年心理素质、保持心理健康的重要性出发,针对青少年成长中容易出现的厌倦学习、行为习惯不良、多动综合征等问题,通过一问一答、互相讨论和开展心理测试互动等活泼有趣的方式,对青少年和教师进行思维引导,帮助青少年树立正确的健康生活理念,有效维护了青少年身心健康。

文/东辽县卫生健康局

◆“两癌”筛查提升健康意识

7月4日至8日,云南省昆明市第一人民医院派出9名专家组成的健康扶贫帮扶队,自带B超等设备,帮助禄劝彝族苗族自治县乌蒙乡开展免费“两癌”筛查工作。昆明市第一人民医院已经连续3年帮助乌蒙乡卫生院开展“两癌”筛查工作,共为乌蒙乡符合条件的妇女检查1500余人次,不仅让群众在家门口享受到三级医院的优质服务,也不断提升了乡卫生院的服务能力和水平。

文/宋冬梅

◆下乡筛查均配有副高职称专家

近日,甘肃省天水市秦州区妇幼保健所与辖区各镇卫生院通力协作,不断扩大“两癌”检查的受益面。

在疫情防控的特殊时期,为确保项目工作高质量开展,由分管领导带领医疗队深入乡镇检查,并保证每次下乡时都有1名副高职称专家参与。同时,抽调业务骨干组成检查医疗组,分片包干,携带仪器设备,下乡开展检查。针对农村户籍的城区常住妇女回乡参检困难的情况,在妇科门诊设立“两癌”检查点,安排专人组织城区参检妇女按时、有序接受检查,为参检妇女提供了便利。截至目前,共免费检查16镇农村适龄妇女10244人次,目前正在对初筛阳性人员进行取样复检和钼靶检查。

文/孙涛

◆预防手足口病正当时

夏季炎热潮湿,非常适宜手足口病病毒滋生、传染,为切实做好全县手足口病防治工作,确保幼儿及儿童身体健康,河北省石家庄市元氏县疾控中心于7月6日开展了预防手足口病宣传活动。

宣传活动采用摆放宣传展牌、设置咨询台等方式,为来到现场的儿童家长耐心详细讲解什么是手足口病、手足口病症状有哪些、如何传播、怎样预防等相关知识,让广大群众了解手足口病的同时,提高自我保健意识,建立健康生活方式,为养成更好的卫生习惯与提高防病意识打下良好基础。 文/郭彩娟

◆42个社区卫生站构建基层医疗网络

近日来,为推进医疗卫生资源下沉,为群众提供安全有效、方便价廉的公共卫生和基本医疗服务,广东省肇庆市大力推进社区卫生服务体系建设,提升社区卫生服务能力,真正解决基层群众看病难、看病贵问题。

据统计,近3年来,肇庆市各级财政共投入3993.33万元支持社区卫生服务中心(站)标准化建设。全市现有21个社区卫生服务中心和21个社区卫生服务站,社区卫生服务中心(站)医护人员共1213人,形成了功能完善的城市卫生服务体系。社区卫生服务中心(站)为城乡居民提供多种服务,主要包括城乡居民健康档案管理,健康教育,预防接种,0至6岁儿童、孕产妇、老年人、慢性病患者(高血压、糖尿病)等人群的健康管理。

文/叶剑如

◆情系学子,医护人员为高考护航

为在高考期间更好地服务考生和家长,7月7日,安徽省蚌埠市蚌埠医学院第二附属医院分别在蚌埠铁路中学和蚌埠市第二中学、第五中学高考考点设置了爱心服务站,向考生及家长提供医疗和饮水服务。

在爱心服务站里,医护志愿者们携带了急救小药箱,药箱中备有体温计、小剪刀、创可贴、镊子、风油精、清凉油、消炎止痛片、消毒棉签、胶布等。现场,医护人员对考生和家长开展心理疏导、科普保健知识、开出营养膳食配方等系列服务。不少家长称:“在高温闷热的天气中,考生及送考家长随时会出现一些不适症状,有专业的医护人员在旁边,我们真是放心不少。”

文/陈杨

加强心理健康促进,提升公众幸福感

心理健康是人在成长和发展过程中,认知合理、情绪稳定、行为适当、人际和谐、适应变化的一种完好状态,是健康的重要组成部分。习近平总书记在党的十九大报告中指出,要“加强社会心理服务体系建设,培育自尊自信、理性平和、积极向上的社会心态”。

当前,我国社会心理服务体系建设取得了长足进步,但与广大人民群众的期望尚有一定差距。我国常见精神障碍和心理行为问题人数逐年增多,个人极端情绪引发的恶性案(事)件时有发生,公众对常见精神障碍和心理行为问题的认知率仍比较低,更缺乏防治知识和主动就医意识,部分患者及家属仍然有病耻感。

《健康中国行动(2019–2030年)》将心理健康促进行动列为专项行动之一,旨在提升人们维护心理健康的意识和能力,促进社会稳定和人际关系和谐,提升公众幸福感。 文/本报记者 冯超



资料图片:近日,江苏省徐州市大马路小学开展了以“花开阳光下,抗疫‘心’动力”为主题的心理健康月活动,图为一名学生正在进行心理“沙盘游戏”。

政策解读

健康倡导

《健康中国行动(2019–2030年)》将心理健康促进行动列为15项专项行动之一,并提出以下健康倡导:

个人和家庭

1.提高心理健康意识,追求心身共同健康。主动学习和了解心理健康知识,科学认识心理健康与身体健康之间的相互影响。

2.使用科学的方法缓解压力。保持乐观、开朗、豁达的生活态度;学习基本的减压知识和心理调适方法;建立良好的人际关系,适当倾诉与求助;保持健康的生活方式,培养健康的兴趣爱好。

3.重视睡眠健康。每天保证充足的睡眠时间,注意起居有常。

4.培养科学运动的习惯。在出现轻度情绪困扰时,可结合运动促进情绪缓解。

5.正确认识抑郁、焦虑等常见情绪问题。一过性或短期的抑郁、焦虑情绪,可通过自我调适或心理咨询予以缓解和消除,抑郁障碍、焦虑障碍可以通过药物、心理干预或两者相结合的方式治疗。

6.出现心理行为问题要及时向医院的相关科室、专业的心理咨询机构和社会工作服务机构等寻求专业帮助。

7.去精神专科医院或综合医院专科门诊,确诊后及时接受正规治疗,全程、不间断、按时按量服药,按时复诊。

8.关怀和理解精神疾病患者,减少歧视。为精神疾病患者及其家属、照护者提供支持性的环境。

9.关注家庭成员心理状况。营造相互理解、相互信任、相互支持、相互关爱的家庭氛围和融洽的家庭关系。

社会

1.各级各类医疗机构和专业心理健康服务机构对发现存在心理行为问题的个体提供规范的诊疗服务。

2.精神卫生医疗机构对各类临床科室医务人员开展心理健康知识和技能培训,普及心理咨询和治疗技术在临床诊疗中的应用。

3.各机关、企事业单位、高校和其他用人单位把心理健康教育融入员工(学生)思想政治工作,通过设立心理健康辅导室、建立心理健康服务团队或通过购买服务等形式,为员工(学生)提供健康宣传、心理评估、教育培训、咨询辅导等服务。

4.鼓励老年大学、老年活动中心、基层老年协会、妇女之家、残疾人康复机构及有资质的社会组织等宣传心理健康知识。

心理健康故事

迎战高考,和压力做朋友

“之前我在学习和生活上有一定压力,感觉很紧张。”四川省北川羌族自治县七一职业中学18级综合班的唐静表示,“一方面是疫情的影响,一方面是因为马上进入高三了。”

为了让许多像唐静这样即将进入毕业班的高二学子调整好备战心态,该校心理咨询室特别为同学们准备了心理解压专题讲座,以游戏的方式导入,引导同学们正确处理焦虑和压力,在学习中保持积极主动、乐观向上的良好心态。

唐静说:“这次培训使我收获很大,掌握了一些心理调整和放松的方法、技巧,对接下来的学习和生活更有信心了。”



资料图片:四川省北川羌族自治县七一职业中学心理健康讲座现场。

全国掠影

北京 继续做好在观人员心理疏导

7月6日,北京新冠肺炎疫情防控工作领导小组第七十四次会议暨首都严格进京管理联防联控协调机制第三十四次会议召开,会议指出:当前防控工作容不得半点闪失,要抓实抓细各项防控措施,巩固拓展防控成果,有序恢复生产生活秩序。

会议强调,要做好新发地批发市场相关人员医学观察期满后续工作。严格分类解除医学观察,认真做好日常健康管理。继续做好在观人员健康监测、心理疏导和服务管理。做好新发地后续处置工作。

河北 推进心理健康社区康复服务

健康河北领导小组近日印发《健康中国·河北行动(2020—2030年)》,明确将实施心理健康促进行动。该行动提出,到2030年底,80%以上的县(市、区)开展社区康复服务,在开展精神障碍社区康复的县(市、区),60%以上的居家患者接受社区康复服务。

山东 关注学生心理健康教育

6月23日,山东省济南市教育局启动“觉察接纳,涵育未来”学生心理健康教育主题行动,具体举措包括:开通由专职心理咨询师负责接听的“全市学生心理关爱24小时热线”,借力高校和医院专家资源组建济南市学生心理健康指导中心,组建全市青少年心理健康教育专家团队,聚焦学生、家长、教师三类主体,通过不同层面的活动,帮助学生获得更好的成长,帮助家长学会接纳、引导孩子;帮助教师看到不同学生的需要和价值。

四川 启动心理健康流行病学调查

6月23日,“健康四川——心理健康促进专项行动”启动仪式举行,倡议全省居民提升心理健康水平,护航心身健康、助力幸福生活。

据悉,心理健康促进专项行动由四川省卫生健康委发起,多个部门参与。包括积极开展心理健康宣传和促进、推动社会心理服务、开展心理危机干预和心理援助工作、开展常见心理疾病的预防治疗工作、全面推进严重精神障碍救治和管理工作、加强心理健康服务体系和能力建设6个方面的任务。行动启动后,将在全省范围内开展为期2年的心理健康流行病学调查。

责编:宋安琪 美编:朱奎 责校:耿静

走向我们的小康生活

全民健康助力全面小康生活

2020年是全面建成小康社会之年,也是“十三五”规划收官之年。你还记得搬入新居的喜悦吗?还记得迈入心仪大学时的激动吗?还记得全家坐高铁去旅行的幸福吗?……在追求梦想、奔向小康的道路上,总有一些故事和瞬间让人铭记和感动。为记录全面建成小康社会的伟大壮举,中国家庭报设立“走向我们的小康生活”专栏,通过一个个鲜活的故事,展现人民群众共建美好家园、共享幸福生活的生动实践。

文/本报记者 郭丹

中国家庭报编辑部投稿邮箱:zgjtbbjb@163.com

保障村民健康“最后一公里”

要奔小康,先保健康。如何防止因病致贫返贫?近年来,黑龙江省通过进一步健全完善政策、加强制度衔接,大力纾困因病致贫返贫户,“一人生病,拖累全家”正逐渐转变为“一人生病,多方保障”。

入夏以来,黑龙江省海伦市双录村村民周茂华麻利地穿梭在自家菜园间,垒石、浇水,忙个不停。20多年来,他的双腿从未这般自在过。“双腿的股骨头坏死有20多年了,没日没夜地疼,更别提干活儿了”。周茂华没想到,这“老毛病”还有能治愈的一天。去年年底,得知自己能享受人工髋关节置换术的补贴时,他格外高兴,“那可能会省好几万块钱啊!”

在海伦市,像周茂华这样患有股骨头疾病的建档立卡贫困户有将近200人。经过基本医疗保险、大病保险和城乡医疗救助三重保障制度,一台花费4.5万元的手术,周茂华仅需自费5641元。“不能干重活是他们因病致贫的主要原因,手术之后,可以减轻这些家庭的负担。”海伦市医疗保障局副局长李克兢说。

去年,黑龙江省将大病病种由23种增加到25种以上,同时按照新增病种的救治能力增设了定点医院。黑龙江省医保局扶贫办工作人员岳海为介绍,通过“三重保障线”之间的政策衔接,以全额或定额资助方式,将所有建档立卡人员全部纳入城乡居民基本医疗保险参保范围,实现了建档立卡贫困人口参保全覆盖、无死角。

此外,为村民健康的“最后一公里”做好保障,村里医疗基础设施也进行了升级换代。目前,黑龙江省基本医疗贯彻“三个一”原则——每个贫困县有1所县级公立医院、每个乡镇有1所公办卫生院、每个行政村有1个卫生室,各级医疗机构还需配有相应资质的合格医师,做到“三合格”。

村民看病不麻烦,报销不再“跑断腿”



图为迤那镇卫生院医生正在进行远程医疗会诊。 受访者供图

6月17日,贵州省毕节市威宁县迤那镇中心村的170多名村民来到村卫生室进行健康体检。

近年来,威宁县的贫困人口、四类慢病人群以及65岁以上的老年人等都可进行免费体检,其中包含身高、体重、血压、B超等项目。

村医唐荣表示:“曾经,健康体检最大的困难是村里的老年人普遍害怕抽血,经过多年的健康科普工作,现在接受抽血检查的村民比几年前多太多了。”

除了免费的健康体检,如今,威宁县迤那镇村民的医疗条件也大有改观。74岁的村民陈玉英感慨道,现在看病不麻烦,什么时候来卫生室都有医生在。“常见的伤风感冒,只需开四五元的药,就能治好”。

在迤那镇卫生院健康扶贫办公室,一位背着孩子的母亲正在办理转院手续,因该卫生院治疗范围有限,他们要转去上级威宁县人民医院就医。据悉,为破解贫困地区看病远、看病难的问题,毕节市推进省、市、县医院与乡镇卫生院共建“医联体”,威宁县共有39个乡镇卫生院实现了“医联体”覆盖,让村民得到更好的医疗服务。

迤那镇卫生院与贵州省人民医院和威宁县人民医院共建了“医联体”,通过远程会诊,让老百姓在乡镇卫生院就能享受优质医疗服务。

此外,2019年迤那镇卫生院还实施建档立卡贫困人口“先诊疗后付费”政策,共计99人;截至2020年5月底已有30人享用该政策,贫困患者无需再因费用报销“跑断腿”。

以“110”模式提供健康服务



图为健康深入乡村,义诊扶贫小分队为贫困户健康服务。 受访者供图

自2018年起,陕西省西安市长安区依托对口帮扶工作,把15家二级医疗帮扶机构及区内11家驻区、民营医疗机构,合理调配给16家有扶贫任务的卫生院。每周四各健康扶贫小分队进村入户为贫困户健康服务,保证贫困户每季度至少享受一次上门服务。

同时,建立健康扶贫的长效机制,实现了贫困人口基本医保、四重保障、签约服务、健康体检、大病救治、慢病管理、政策宣传、八大行动、资料整理、医疗帮扶10个全覆盖,开辟了长安健康扶贫的“110”模式。

长安区王莽街道土门峪村贫困人员王三虎,患有慢性阻塞性肺疾病,长期肺功能受损,帮扶干部联系医疗部门特给其配制了简易呼吸机。此外,王莽街道卫生院联合长安区中医院组建了健康扶贫医师团队,与王三虎进行了慢性病三级签约,医师团队每季度上门面对面随访一次。

土门峪村陈生乾一家同样也是健康扶贫的受益家庭。陈生乾和他的儿子都患有高血压,需要长期服药,区卫生健康局为他们免费发放了小药箱及常用降压药,三级签约医师每季度上门随访,检查他们血压控制情况,指导用药。此前,其妻的宫颈癌手术费通过四重保障一站式报销。

去年,在“110模式”的基础上,长安区还建立健康扶贫PDCA循环管理模式。形成“区卫健局检查、通报存在问题、医疗机构整改、核实整改效果”的闭环管理模式,一年完成4次循环,进一步提升健康扶贫服务质量,夯实政策落实。

长安区卫生健康局系统将继续探索完善健康扶贫模式,控制因病致贫增量,减少因病致贫存量,为全区人民努力提供全方位全周期健康服务。

“两步走”减轻百姓经济压力

“没有全民健康,就没有全面小康”,这是贵阳市第二人民医院呼吸科副主任牛毓茜时常激励自己的一句话。

刚到长顺县时,牛毓茜发现,长顺县医疗集团中心医院作为当地最大的县级医院,存在着医疗人才短缺、断层以及急、危重症病人抢救能力弱等问题。

为了让健康扶贫更精准,牛毓茜用了一个月的时间,走访了该医院全部临床及医技科室,查阅了大量数据。“经过系列调研后,我发现从2017年1月至2019年3月,医院神经内、外科病人转诊到上级医院共计130余人,转诊率很高。同时也给当地百姓带来了不小的经济压力。”牛毓茜说,针对这种情况,她制定了“两步走”策略。第一步,组织市二院帮扶专家团队,协助该院建立神经内、外科两个科室;第二步,从长顺县医疗集团中心医院派出16人到市二院神经内、外科进修学习,提升救治能力。“两步走”策略顺利实行后,该院神经内、外两个科室在2020年1月顺利开科。目前,两个科室整体运行情况良好。

在医院管理和学科建设方面,牛毓茜还要求该院各科室按照二甲医院服务能力标准,并针对该院现阶段医疗水平较弱的问题,制定出台《总值班夜查房制度》。同时,她还着手组建了急救医疗小组,对重症医学科、急诊科、麻醉科的全体医护人员进行心肺复苏、气管插管、电除颤等相关培训,实现任一医护均能高效配合、完成抢救任务。

避开产后这些“坑”

当产妇好不容易完成分娩这一坚苦卓绝的过程,殊不知,产后还有很多并发症。如果把产后出现的并发症称之为“坑”,那么产后一般会出现哪些“坑”?如何避免及处理?北京顺义妇儿医院产科医生黄丹带您了解和避免这些“坑”。



资料图片:疫情期间,必须到医院产检的孕妇,在进入候诊室前,都需要经过严格的体温测量和问卷填写(重点疫区旅居史与重点疫区人员接触史),再使用桌上的手消剂消毒后,才能进入。

如何避免产后尿潴留

孕妇在分娩过程中因宫缩疼痛、分娩镇痛等不能规律排尿,加上分娩过程中胎儿对膀胱的挤压,致膀胱过度充盈、膀胱水肿等,或产后膀胱的位置改变等,分娩后很多产妇会出现排尿困难或不畅,这称之为产后尿潴留。

黄丹介绍,为避免产后尿潴留,产妇在产程中也要规律排尿,尤其是有分娩镇痛的孕妇,麻醉剂会减弱膀胱胀满的感觉,孕妇感受不到自己想排尿。但即便没有排尿的感觉,也需要每隔2-3小时定时排尿。分娩后要及早地排尿,如果等到膀胱过度充盈时,很有可能就排不出来了。

黄丹表示,如果已经发生了产后尿潴留,首先通过增加腹压尝试排尿,也可以通过听水声、口哨声、热敷膀胱等诱导排尿,还可通过促进膀胱肌肉收缩的药物等促排尿。如果实在排不出尿,可以用导尿管辅助排尿。大部分产妇在保留尿管3天后便能排尿通畅。

对于慢性排尿不畅的患者,也可以去中医科进行皮内针治疗等。

如何避免伤口感染

伤口包括侧切、会阴及阴道撕裂以及剖宫产。伤口愈合不良的原因主要有感染、伤口止血不佳。伤口缝好之后依然有可能发生感染,一旦发生感染就会表现为伤口处的红肿热痛甚至化脓流液,且产后有恶露排出,所以会阴的伤口更容易发生感染。

黄丹介绍,为避免伤口发生感染,伤口在缝合过程中需进行严格消毒止血;产后6小时就可以用温水清洗,及时洗掉伤口表面的血痂等。很多产妇为了方便,使用又大又厚的卫生垫,隔很长时间才更换,这非常不可取,建议使用普通卫生巾且勤更换,保持伤口干净和干燥。

黄丹表示,如果已经发生了伤口愈合不良的情况,需要清理局部坏死化脓的组织,并冲洗伤口,这是一个持续反复的过程,需要多次清创换药。根据伤口大小需要1-4周不等,有条件者可以进行二次缝合。

如何避免形成血栓

产妇在妊娠期间就开始为分娩做准备,储备了很多凝血物质,防止产后大出血,所以孕妇相对普通人更容易形成血栓。加上孕妇到了孕晚期活动会减少,或剖宫产术后伤口疼痛长期卧床,都增加了血栓形成的风险。

黄丹介绍,为避免形成血栓,不管是剖宫产或顺产都需要多下地活动;如果实在不能下地活动,可以在病床上多进行翻身活动或做绷脚尖的动作。还可让家属时常按摩下肢,或利用一些下肢驱动的器械进行辅助运动。

对有高危因素的产妇,可以通过低分子肝素皮下注射来预防血栓形成。如果一旦形成血栓,就需要根据血栓的位置、大小等决定治疗方案。治疗方法从保守的药物治疗到手术治疗均有可能。

以上,介绍了一些常见的产后并发症,这些“坑”在出现以后都会增加产妇的不适,所以做好预防,防止其发生尤为重要。

文/本报记者 何娟

为啥要给孩子做基因检测

据统计,我国每年有3万名儿童患“癌”。儿童癌症中最常见的是白血病,占比近40%,其次是神经系统肿瘤、骨肉瘤和各种软组织肿瘤。国际儿科肿瘤学会指出,70%的儿童癌症是可以治愈的。

一位家长给2岁的孩子洗澡时发现,孩子肚子鼓出来一个包块,到医院检查后,病理诊断结果为神经母细胞瘤,经手术切除后,医生告诉家长,要再做一个N-MYC基因检测。

家长质疑,为啥要给孩子做基因检测呢?

基因检测的作用

基因检测是一种实验室生物学检测技术,可以通过组织、血液、唾液对DNA进行检测。基因检测的结果一方面可以进一步明确肿瘤诊断或者提示预后;另一方面可以帮助医生选择一种合适的化疗药物或分子靶向治疗药物,从而实现癌症的个性化治疗。

儿童患癌与基因突变有关

小朋友之所以会患肿瘤,是由于身体内累积了许多有害的突变基因,引起正常细胞异常改变、增生,最终导致了癌症。有些突变是从父辈遗传而来,有些确是因儿童所处的环境引起体细胞基因突变。这些环境因素包括日常起居和饮食。家庭装修、除草剂等化学品也是儿童癌症的致病因素之一;其他的环境因素还包括:放射线辐射、被动吸烟等。

在显微镜下,肿瘤细胞与正常细胞表现不同,肿瘤细胞中部分基因是变异的。通过检测手段将变异的基因找出来,可以对临床诊断、指导治疗、辅助检测疾病复发和耐药、预估生存期等多方面提供帮助。

文/张建伟 尤国军(河北省儿童医院)

疫情期产检10大注意事项

在疫情防控常态化形势下,孕妇是否要定期产检,产检有什么注意事项和新的方式?北京市西城区月坛社区卫生服务中心,发布了疫情期间孕妇产检的十大注意事项。

孕妇产检需根据自身情况而定

如在孕早期和中期,无阴道出血、腹痛等异常情况,同时,无特定检查,如系统超声排畸、唐氏筛查等,孕妇可与产科医师协商,适当延后产检时间。

有妊娠并发症、28周以上妊娠晚期、妊娠过程中出现突发异常状况的孕妇,应及时咨询妇产科医生,遵医嘱产检。对于孕周大于37周的孕妇,则仍需按医嘱到医院进行产检。

自我检测很重要

遵医嘱产检延后的孕妇,在家应做好自我检测。孕妇要随时注意检测体重变化、胎动情况及分娩征兆等。血压、血糖异常的孕妇,建议增加检测血压、血糖。

意外发生尽快就医

如孕妇出现新冠肺炎可疑症状,且本人14天内有疫情高发区出行史、居住史或与确诊病人有密切接触史,应去指定医疗机构尽快就医。

就医注意事项要记牢

如果孕妇因发热就诊,首诊应去医院的发热门诊排查。在去建档医院就诊前做好预约和准备,尽可能缩短就医时间。注意做好防护,减少陪同就诊人员。

前往医院做好防护

需要到医院就诊的孕妇,要做好防护、提前预约、分时段就诊,避免集中候诊,尽量缩短就医时间。尽量避免乘坐公共交通工具。

减压平静,心情放松很重要

孕妇应合理关注疫情,减少因频繁接受各种渠道信息带来的恐慌、担忧和焦虑。如自我心理调适困难,可寻求专业人员帮助。

孕妇感染莫恐慌

根据现有经验,大多数抗病毒药物在妊娠期用药是相对安全的。医生会根据孕妇和胎儿的情况,全面考虑、慎重用药。

“新冠”不影响胎儿健康

目前,还没有足够的证据显示,新冠病毒感染有母胎传播的风险;也尚无证据显示,病毒本身对胚胎及胎儿有危害。但如孕早期感染,出现38.5℃以上持续高热,需特别关注。

疑似、确诊孕妇产后莫担忧

宝宝出生后,隔离至少14天,期间不推荐直接母乳喂养。建议母亲定时挤出乳汁,保证泌乳,直接排除或治愈病毒感染后,方可母乳喂养。

疫情期间,产后复查要注意

对于孕期及分娩期正常且产后也没有发生异常情况的产妇,可以通过网络、电话与医生商议,产后复查时间可适当延长。产后42天内如出现发热、晚期产后出血、腹痛等异常情况,应在做好防护的情况下及时就医。

文/本报记者 席念楚

责编:席念楚 美编:朱奎 责校:于潇枫

重庆市开州区妇联

“四字诀”推进贫困母亲“两癌”救助

开州区地处重庆东北,三峡库区与秦巴山脉交会地带,面积3963平方公里,辖40个镇乡街道,总人口169万,其中80.3万为女性。自2011年贫困母亲“两癌”救助项目实施以来,开州区妇女联合会累计投入专项资金586万元,免费筛查服务15万余人次,精准救助了患病妇女596名,惠及妇女群众20万余人次,农村贫困母亲“两癌”救助项目取得了良好成效。根据开州区的情况,区妇女联合会制定了“广、联、严、细”的四字方针。



两癌救助项目在重庆市开州区开展近10年来,逐渐深入人心,受到了大家的称赞。图为2019年,开州区开展的“两癌”义诊活动现场。

“广”字诀

“广”是指关于“两癌”健康知识和政策的宣传覆盖范围要广,采用的方式要多样化,同时,宣传培训工作也要深。为了实现这一目标,开州区妇女联合会广泛组织巾帼志愿者,开展“两癌”政策知识宣讲进村社进楼院进家庭活动,将国家对贫困“两癌”妇女的政策落实给每一个家庭。形式上,除了传统的村村通广播、宣传资料发放、义诊、健康知识讲座外,充分结合互联网时代的特色,采用线上主流媒体渠道,创办了“开州女性”微信公众号、微信群等,做到了“两癌”政策家喻户晓。另外,为了充分做到扩大培训指导对象范围,相关工作人员分级分批举办了“两癌”筛查暨救助工作专题培训,覆盖培训全部“两癌”筛查、救助经办人员,将“两癌”防治知识、“两癌”检查及救助政策、条件和流程等纳入培训指导内容,让基层“两癌”救助工作人员做到准确把握、精准摸排、筛查到位。

“联”字诀

在“两癌”救助工作中,开州区充分利用“联”字发力,筛查摸底力求高效。一方面,主动联系上级党政支持,在市妇联指导下,开展专题调研,形成调研报告,报送区委和区政府,争取将“两癌”救助纳入区民生实事范畴,加大资金投入,推进任务落地。另一方面,积极联动基层组织行动,联合区、镇、村三级妇联开展全覆盖摸底排查,强化人力保障,拉起摸排网。他们还特别注意横向联动相关部门共同参与。建立区级“两癌”救助联席会议制度,联合区卫生健康委、扶贫办等相关部门共享信息数据,共同参与农村“两癌”免费检查和资格审查,强化资源保障,做实筛查摸底工作。

“严”字诀

在追求工作高效率的同时,开州区妇女联合会还坚持“严”字当头,关爱救助求实。首先,对救助对象的资格审核严格。建立村妇联、乡镇妇联、区妇联逐级审核制度,逐级把关机制,压紧压实工作责任,做到层层审核、级级把关。其次,是救助名额分配严谨。逐人核实户口性质、患病程度和贫困标准等基础数据,召开党组会专题研究部署,综合考虑乡镇申报人数、救助人数比例、患者贫困程度、年龄大小等基本情况,集体讨论决定救助名额分配。为了切实保障被救治者的权益,开州区妇女联合会还制定了规范的救助程序。按照建档立卡贫困患者和农村低保患者优先入库、优先救助的原则规范救助,救助金发放采取由区妇联直接打卡到人的方式,确保救助精准精确。

“细”字诀

由于“两癌”的病灶位置敏感,很多农村女性讳疾忌医,心理负担很大。一些家庭情况特殊的病患,还会因为担心治病要花钱而躲避检查。为此,开州区妇女联合会提出坚持“细”字托底,跟踪服务求精。一方面,及时开展心理辅导,适时跟踪了解患病妇女的心理状况,以购买社会服务的方式,定期分片开展心理团辅和个辅服务活动。另一方面,注重对术后患者的保健指导,建立区级农村“两癌”妇女救助工作的互助组和微信群,给“两癌”患者提供一个情感倾诉、病情交流的暖心平台。同时,邀请妇科专家进入群内进行治疗保养等专业指导,常态化开展“两癌”防治常识在线视听讲座。与此同时,还提供细致专业的志愿服务,成立“红围巾”志愿服务队,开展“温馨服务手拉手·关爱妇女心连心”“情系母亲·唯爱同行”等系列情感关爱线上线下志愿服务活动,对患病妇女用心用情用力进行关爱。

文并图/本报记者 席念楚 通讯员 李娇

甘肃省陇南市武都区

多方救助让她重拾信心

孙雪萤53岁,家住甘肃省陇南市武都区两水镇,全家务农,没有固定收入。2017年,孙雪萤感到身体不适,但她觉得是小毛病,又怕给家庭增加负担,没有去医院检查。

直到2018年,当地乡镇政府、卫生院开展“两癌”普查宣传工作时,孙雪萤才和丈夫怀着忐忑的心情一起来到陇南市妇幼保健院,检查的结果很不好,全家人商量后又赶紧去甘肃省肿瘤医院做进一步检查,最终被确诊患有Ⅱb期宫颈癌,需要尽快进行手术。孙雪萤得知检查结果后,第一个想到的是高昂的治疗费用和家庭的经济状况,一向坚强的她经受不住这沉重的打击,对生活失去了信心,一度非常绝望。

经家人劝说,孙雪萤在丈夫的陪同下,带着从亲戚朋友处借来的钱前往甘肃省肿瘤医院治疗,经过手术切除和多次化疗,总共花去医疗费用10多万元。丈夫因为要照顾妻子,不能外出打工,家里已经债台高筑,使得这个原本就不富裕的家庭雪上加霜。手术后,靠着亲情温暖和自己坚强的意志,孙雪萤的病情渐渐好转。

让孙雪萤没有想到的是,出院时,新型农村合作医疗给她报销了近10万元。之后,又在当地政府的帮助下申请了民政大病医疗救助,区民政局对“两癌”患者材料快速审批,及时为孙雪萤拨付了民政大病救助金。

2019年,她又向区妇联上报申请“贫困母亲两癌救助专项基金”。经过审核,妇联工作人员及时给她进行了网上申报。多方救助让这个不堪重负的家庭经济压力大大减轻,也让孙雪萤又燃起了对生活的信心。

如今的孙雪萤,病情虽然已经好转,但是还需要长期吃药并定期去医院接受化疗,但她怀着对于党的好政策的感恩,已成为“两癌”普查救助工作的义务宣传员。她相信,有党的各项帮扶救助政策和先进的医疗技术,她一定会战胜病魔,这个突生变故的家庭也会恢复往日的欢声笑语。

文/本报记者 席念楚 通讯员 惠子卿

湖南省凤凰县

请勇敢走进“两癌”检查室

“检查还要脱裤子?不行不行,我不去了!”来的时候,兴致勃勃;真轮到自己了,村里的大妈们扭头就跑——在外人面前脱裤子,这可是心头的“大忌”!由于最初的认识不够,多年前湖南省凤凰县第一支由县里医生组建的“两癌免费检查小组”在沱江镇坐了一整天,前来检查的妇女寥寥无几。

“村里开展‘两癌’免费检查,我带着36名妇女参加。前面的检查都挺好的,但检查阴道B超时,她们很害羞,你推我,我推你,都不肯去。没办法,我带头走进了检查室!为了让大家打破旧思想,只有身体力行,用行动感染大家。”52岁的花垣县双龙镇排料村村妇联主席吴珊珊曾在工作日记中这样写道。她还制定了三个“统一”:统一村里组织,统一安排免费车辆,统一安排免费午餐。

为了使农村妇女更好地参与“两癌”检查,全省像吴珊珊一样的村妇联干部不计其数,她们走家串户,宣传党的好政策,传播“两癌”防治知识,“嘴皮子磨破”说服村里的妇女勇敢走进检查室。凤凰县吉信镇联欢村70多岁的退休老支书,听说要开展“两癌”免费检查,还每天挨家挨户上门宣传。

这些农村妇女有居住偏僻、完全听不懂普通话的苗族阿婆,也有聋哑及有智力障碍的妇女。“吴珊珊们”就牵着她们的手,一个科室一个科室地做检查,还提供免费午餐,检查完又坐车一个个把她们送回家。

现在,无论什么时候,去到哪个村里,妇女们都会告诉你“两癌”检查使她们真正得到了实惠,提高了健康意识。

文/通讯员 郑能颖

2020年全国首届
“海峡·成大杯——健康中国预防先行”

儿童青少年绘画大赛



2020年春节，新型冠状病毒肺炎疫情突如其来，让我们明白了健康防护知识的重要性。为了促进儿童青少年学习健康知识，了解健康防护技能，提高自身健康素养，中国家庭报社向全国的儿童青少年们发出招募令，快拿起手中的画笔，描绘多彩世界，一起做守护健康的逐梦人。

指导单位： 中华预防医学会 中国科普作家协会 国家卫生健康委人口文化发展中心

主办单位： 中国家庭报社

承办单位： 福建省预防医学会及相关各省预防医学会
福建省医学会科学普及分会
福建省科普作家协会及相关各省科普作家协会

公益支持： 辽宁成大生物股份有限公司

征稿时间： 即日起至2020年8月30日

邮寄地址： 福建省福州市鼓楼区华林路福寿巷3号7楼

邮编： 350003　**联系人：** 陈翔老师 雷梅珠老师

联系电话： 0591-87825495 13805068690 13696830513

扫一扫二维码
了解大赛详情

