

山东青岛搭建县域健康服务共同体，推行城区新门诊保障试点，开展家庭医生签约服务

# 让问诊之路不再“费时费钱”

## 阅读提示

近年来，青岛以提升基层卫生健康服务为医疗改革的重要突破口，通过搭建县域健康服务共同体、推行城区新门诊保障试点、开展家庭医生签约服务等工作，扎实推进分级诊疗，让百姓的问诊之路不再“费时费钱”。



图为青岛城阳区流亭街道卫生院三高共管基地健康驿站。陈方超 摄

本报记者 杨明清 张嫱 本报通讯员 陈方超

距离青岛西海岸新区9.6海里的灵山岛，岛上居民常年处于“盼医盼药”的困境。2018年6月，西海岸新区出资改建的灵山岛社区卫生服务中心正式投入使用，中心不仅配备了先进的医疗设施，还有上级医院下沉的专家长期轮岗坐诊，更开通了“互联网医院”，居民“足不出岛”即可享受陆岛一体化的医疗服务。

基层医疗卫生机构作为医疗卫生服务网络的枢纽和网底，承担着广大群众基本医疗和公共卫生服务的重要职能。据不完全统计，截至2020年底，我国基层医疗卫生机构970036个，仅占全国1022922个医疗卫生机构的9.5%，平均每10万人口拥有0.2个三级医院。

**县域健康服务共同体：“家门口治疗的感觉真好”**

家住西海岸新区泊里村的封志胜患有慢性肾功能衰竭，十几年前开始透析治疗，因为卫生院没有配备透析设备和专业医护人员，封大爷每周3次的透析都要到区人民医院进行，“我不会开车，子女都要工作，每次都是坐公交车，一个来回至少3小时！”积年累月的舟车劳顿，让原本身体不好的封大爷倍感疲惫。

“青岛现有10个区市，近70%三级医院集中在市内四区，人口分布密度与医疗资源布局不均衡的矛盾较为突出。”青岛市卫生健康委员会体改处处长李传荣告诉记者，为了改善这一现象，2016年，青岛出台文件，鼓励各县（市）以县级医院为枢纽，上接三级医院，下联乡镇卫生院，通过打造县域健康服务共同体，逐步构建三级联动共享的县级医疗服务体系。

以西海岸新区泊里中心卫生院为例，去

年以来，区人民医院与该卫生院在内的9家卫生院组成了县域健康服务共同体，人民医院设立药品耗材、财务医保、医疗质量、信息数据等统管部门，对人、财、物、药品目录、采购等实行统一管理。

“我们选派了41名业务骨干专家长期参与基层医疗机构日常诊疗工作，选派32名学科带头人，重点临床科室主任下沉到基层，让百姓不出乡镇就能享受三级医院专家的医疗服务，减轻患者就医的时间成本和经济负担。”西海岸新区人民医院党委书记、院长许学兵说。

今年1月份，在区人民医院的“结对帮扶”下，泊里中心卫生院新建的血液透析室投入使用，区人民医院肾内科主任刘永芹成为这里的常驻大夫，她介绍说，泊里中心卫生院的医疗设施和医护资源，完全符合青岛市区质控中心标准，周边3个乡镇20余万名居民可以就近诊疗。封志胜大爷高兴地告诉记者：“终于不用坐公交车到区里做透析了，现在从家到村卫生院只需10分钟，在家门口治疗的感觉真是太好了！”

截至目前，青岛已建成18个县域健康服务共同体，126家镇街卫生院、社区卫生服务中心和3600余家村卫生室、社区卫生服务站参与其中，围绕医学影像、远程医疗、检查检验、病理诊断等方面建成了60处集中服务中心。2020年，青岛城区医院住院人数较2018年同比下降5%，村镇就诊率达65%。

**城区新门诊保障试点：“买药更方便了，报销比例也提高了”**

今年7月以前，王玉华每次为母亲买药还得到15公里以外的医院，可如今步行3公里就能买到。

王玉华家住青岛崂山区周戈庄，60多岁的母亲患有哮喘、类风湿、糖尿病等多种老年病，需要长期服药，村卫生院药品有限，王玉华和妹妹只能轮流到青岛市第八人民医院开药，“坐公交车就要一个多小时，加上挂号、排队、取药，每次都得耗费大半天时间。”

“由于基层医院仅限在目录内开药，导致不少患者买不到合适的药后反而回到大医院看病，增加了市区医院就诊压力。”崂山区北宅卫生院医保办主任安玉霞道出了其中的原委。

今年4月，青岛正式启动新门诊保障试点工作，分别从崂山区、城阳区和西海岸新区筛选两个基层卫生机构作为试点单位，扩大村镇药品、诊疗、报销范围，从根源解决居民买药难、医保额度不够等问题。

“以往卫生院的西药和中成药只有363种，像来氟米特这类药品只有一两个品种，试点工作实施以后，卫生院西药和中成药目录增加了27个，居民买药再也不用跑到上级医院了。”安玉霞介绍说。

新门诊保障试点工作以后，新增设了彩超、X线数字化摄影(CR)等诊疗报销，报销比例在范围内根据费用逐档递增，像职工徐先生平时用药较多，试点后直接进入二档，使用基本药物报销比例由60%提高到70%。

**8万多名“三高”患者纳入信息化平台管理，整体治疗率平均提高7.3%**

城阳区东流亭社区的许兰英患有“三高”，往年每到夏秋两季都要到附近医院连续输液调理。2017年，城阳区推行家庭医生签约服务，许阿姨成为首批签约市民。

许阿姨告诉记者，签约家庭医生以后，医生定期提供上门服务，按时提醒到医院复查，还会根据检查结果制定治疗和日常保健方案。

“我们率先在全国探索长期护理保险制度与家庭医生签约服务相结合的机制，同时由基层机构向患有‘三高’并签约家庭医生的居民免费提供7种基本药物，费用由医保基金全额支付和财政专项资金承担，这在全国也是首创。”据青岛市卫生健康委员会基层卫生处负责人介绍，截至2020年底，青岛组建家庭医生团队1921个，常住人口签约349万人。

同时，青岛依托信息化平台，在城阳区试点开展“三高共管、三级协同”医防融合服务模式，将辖区内慢病患者纳入“三高共管”慢病管理信息系统平台，利用通畅的上下转诊为“三高”人群提供集饮食、运动、用药、教育、检测等规范化管理和全程保健。

“‘三高共管’慢病管理信息系统平台与区医院、基层医疗卫生机构的门诊电子病历、LIS系统、慢病随访箱系统互联，患者通过基层初诊、转上级医院治疗的方式，还可享受最高的基层报销比例。”城阳区基层卫生健康中心主任韩艳丽说。

截至2020年底，青岛共有82351名“三高”人士纳入信息化平台管理，高血压治疗率42.81%，糖尿病治疗率31.02%，高血脂治疗率53.44%，整体治疗率相比2019年平均提高7.3%。

# 伏天牢记“七个要” 防止中风来“敲门”

莫鹏

三伏天来临，高温高湿给人带来不适感，正是脑中风高发期，患有脑血管病和其他慢性疾病的人群要格外当心中风的发生。国际著名脑血管病介入专家、火箭军特色医学中心神经介入科主任医师姜卫剑教授告诉大家，具体要做到以下7件事：

**一、空调要慎用。**炎热夏季，室外温度很高，突然进入温度很低的空调房，人体表血管会迅速、大面积收缩，血压波动剧烈，导致诱发卒中。再热的天气，空调的温度也不能开得太低，应调在26摄氏度左右，千万不能图一时凉爽把空调温度开到20摄氏度以下。

**二、饮食要均衡。**要控制高脂肪和高胆固醇的摄入，少食肉类、虾类、禽类。可多食西红柿、苹果、香蕉、青菜等蔬菜和水果。另外，适量食用黑木耳和燕麦片，对降低血黏度、胆固醇也有较好的效果。尤其是早餐，要保证牛奶、鸡蛋、面包的摄入。

**三、水分要补足。**夏季高温，人体流失水分较多，易导致血液浓缩，机体血容量不足，造成重要器官供血减少，出现缺血性脑卒中。因此，高温天气一定要多饮温开水(30~40度为宜)，一下不能喝得过猛，要一口一口往下喝，一次喝水量不要超过400毫升。不宜喝冰镇饮料、可口可乐、吃冰镇西瓜等。

**四、午睡要充足。**天气炎热，很多人晚上休息不好，而且夏季人体也容易犯困，每天应午睡40分钟左右，因为午睡期间血压会下降、心率会减慢，可降低发生卒中的概率，也会有更好的精力投入到下午的工作中。

**五、锻炼要适度。**天气闷热，体育锻炼要控制，不能盲目运动，时间最好选在早晨5~7点或晚上8点后，以慢跑、走路、打太极为宜，时间控制在40分钟左右。运动结束后，要先休息10分钟左右，再洗澡和饮水。

**六、情绪要稳定。**炎热夏日，人体火气很旺，往往很容易焦虑或动怒，这是脑卒中发病的重要诱因。因此，越是天气炎热，越不能烦躁，避免与人发生争执，一定要保持心情愉快，积极乐观面对一切。可以听听音乐、看看书、下下棋等，以平缓心情。

**七、生活要规律。**坚持早睡早起，睡觉前不要玩手机、看电脑、喝浓茶。一日三餐要规律，不能暴饮暴食，尤其是晚上不要吃过多凉性食物，加重肠胃负担。



7月14日，在上海市奉贤区奉浦街道秦塘生活驿站，医生指导家长们学习小儿海姆立克急救法。新华社记者 刘颖 摄

## “校长妈妈”张桂梅：燃烧自己 点亮梦想

奋斗百年路 启航新征程

“七一勋章”获得者

新华社记者 庞明广

“姑娘们想我了，我得赶快回学校，守着她们学习。”在人民大会堂荣获“七一勋章”、参加庆祝中国共产党成立100周年大会后，云南丽江华坪女子高级中学党支部书记、校长张桂梅急匆匆从北京赶回华坪。

64岁的张桂梅，步履蹒跚，双手贴满止痛膏药，却无时无刻不挂念着她的学生，“让学生们远方有灯、脚下有路、眼前有光。”张桂梅以弱小的身躯，燃烧自己，点亮了大山女孩们的人生梦想。

**一所托举希望的学校**

6月23日，云南省2021年高考分数线公布，张桂梅的手机响个不停。“姑娘们来给我报喜了。”她滑动着手机屏幕，笑得合不拢嘴。

今年，华坪女高有150名高三毕业生参加高考。自2008年建校以来，这所位于华坪县城边一座小山包上的学校，累计让近2000名女孩考上大学，学校本科上线率、一本上线率稳

新华社记者 胡喆

在炮火下求学、在荆棘中拓荒，他用汗水、青春为祖国实现火箭升空、卫星环绕、九天揽月、踏足火星的壮丽梦想贡献了力量；至情至性，他是学生们眼中的“大先生”，更是我国自动化科学技术开拓者之一……他的足迹诉说着一代中国知识分子求索报国的曲折多艰，他的经历诠释着中国共产党人的拳拳初心。

生于1920年的他，是29位“七一勋章”获得者中最年长的一位。他就是中国航天科技集团有限公司科技委顾问，中国科学院院士、中国工程院院士陆元九。

**他是世界上第一个惯性导航博士**

1920年1月9日，陆元九出生在安徽一个书香人家，家庭给了他良好的熏陶。

20世纪30年代，在抗战的炮火下，陆元九和同学们艰难求学，经武汉、宜昌到达重庆接受大学教育，是中国本土第一批系统学习航空技术的大学生。

百岁两院院士陆元九：把一生精力献给祖国航天事业

居云南省丽江市茅草。

托举起无数希望与梦想的华坪女高，曾是张桂梅一个遥不可及的梦想。

张桂梅原本和丈夫一起在大理一所中学教书。1995年，丈夫因胃癌去世。不久后，张桂梅主动申请调到偏远的丽江市华坪县工作。

到华坪县教书后，张桂梅发现一个现象，许多女学生读着读着就不来了。“有的被叫回去干农活，有的是父母收了彩礼，让孩子辍学结婚。”

2001年，华坪县儿童福利院成立，因为张桂梅在当地教书小有名气，捐款的慈善机构指定要她当院长。担任院长后，她逐一了解福利院孩子们的身世发现，不少女孩并非孤儿，而是被父母遗弃的。

目睹一幕幕悲剧，一个梦想渐渐在张桂梅心中萌发——办一所免费女子高中，让大山里的女孩都能读书。

办一所学校困难重重。为筹款办学，她曾连续几个假期去昆明街头募捐。她把自己的荣誉证书复印了一大

兜，逢人便拿出来请求捐款，可换回的却是不理解与白眼。

2007年，张桂梅的梦想出现转机。那年，她作为党的十七大代表到北京开会。一天早晨，她正匆忙赶往会场，一位女记者突然把她拉住，悄悄对她说：“摸摸你的裤子。”张桂梅一摸，羞得脸通红，她的牛仔裤上有两个破洞。

“我平时家访走累了，经常席地而坐，裤子不知啥时磨破了。”张桂梅说。那天散会后，她和这位记者一直聊到深夜。没多久，一篇《“我有一个梦想”——访云南省丽江市华坪县民族中学教师张桂梅代表》的报道播发，她的梦想受到全国关注。

2008年，在各级党委政府关心支持下，全国第一所公办免费女子高中——丽江华坪女子高级中学正式成立。2008年9月，华坪女高首批100名学生入学。

一双贴满膏药的手

在“七一勋章”颁授仪式上，张桂梅

双手贴满止痛膏药，让无数人心疼不已。华坪女高建校13年来，她就像不知疲倦的陀螺，日复一日从不停歇。

多年来，她一直住在学生宿舍。每天清晨5点多，学生还在熟睡，她就要从床上爬起来，第一个来到教学楼，打开楼道的灯；白天巡课，监督学生做操、自习；直到深夜，学生都已入睡，她才拖着疲惫的身躯，躺在宿舍的单人床上。

每年寒暑假，张桂梅一天都不闲着。利用假期家访，是她教书几十年来的习惯。今年2月6日，华坪女高放寒假。当天，张桂梅便从学校出发，开始到高三学生家里家访。

华坪女高成立以来，张桂梅已家访超过1600户，行程11万多公里。

学校办学头几年，她还可以跟着学生跑操。但长年累月的过度操劳，让她的身体渐渐不堪重负。

“只要还有一口气，我就要站在讲台上，倾尽全力，奉献所有，九死亦无悔。”张桂梅在“七一勋章”颁授仪式上说。

一种润物无声的信仰

如今，华坪女高的毕业生已遍布全国各地。“许多学生告诉我，上大学后第一件事就是申请入党，要成为一名光荣的共产党员，毕业后哪里需要就到哪里去。”张桂梅说，女高学生有的成为乡村教师，有的成为乡镇卫生院的医生，还有的主动报名到艰苦地区当兵。

2020年9月，张桂梅接到两名学生的电话。在大连读书的冉梦茹和在桂林读书的刘敏相约去西藏当兵。几个月后，两名学生正式入伍。

“我很心疼她们，但这更让我坚信，我们的教育是对的，我们没有辜负党的嘱托，我们要培养的是合格的社会主义事业接班人。”张桂梅说。

受张桂梅精神所感染的不只是学生，还有她的老师。年轻教师勾学华，婚礼当天早上还在上课，中午办完婚礼后，晚上又赶回来给学生上课；教师韦堂芸脚踝受伤，因担心学生高考，每天坚持拄着双拐来教室上课……

“学生们能够用知识改变命运，有能力去帮助需要帮助的人，把革命先辈的旗帜传扬下去，这就是我对她们的期望。”张桂梅说。

(据新华社电)

“我国航天事业，从无到有，从弱到强，每一步前行都离不开党的领导和支持。在中国共产党成立100周年之际，我很荣幸获得了‘七一勋章’，这不仅是我个人的荣誉，更是全体航天工作者的荣誉。”陆元九说。

不久前，在陆元九曾经工作过的中国运载火箭技术研究院，一场名为《感动我们》的颁奖典礼在北京东高地隆重举行，以表彰那些在平凡岗位上做出不凡贡献的航天人。

他们中，有改变半个多世纪的火箭弹性载荷设计方法的青年设计师曾耀祥；还有和陆元九一样留学归国后攻克世界难题的复合材料专家李军平……

作为新一代航天人，他们用实际行动接过以陆元九院士为代表的老人航天专家的接力棒，越过艰难险阻，勇攀科技高峰。

“希望新一代的科技工作者们，把创新当作一场没有终点的长跑，不忘初心、牢记使命，砥砺前行、科技报国，把人生最宝贵的年华奉献给我们伟大的国家和民族。”陆元九动情地说。

(据新华社电)

**北京住房公积金所有提取事项均可本人申请办理**

据新华社北京7月18日电 (记者郭宇靖)北京住房公积金管理中心日前发布《关于进一步优化住房公积金归集业务提升便民服务的通知》，取消“购买北京市行政区域外住房申请提取住房公积金”和“使用商业银行贷款及使用异地公积金贷款购买北京市行政区域外住房申请提取住房公积金”两项仅可单位经办人办理的要求，进一步优化住房公积金归集业务服务流程。

北京住房公积金管理中心相关负责人表示，根据通知，目前住房公积金所有提取事项已均可由提取人本人申请办理。其中9项已实现全程网办“零跑动”，建议提取人无需通过中介机构，亲自使用北京住房公积金网上平台办理提取业务。

此外，通知还要求进一步简化办事材料，优化业务办理环节。例如，个人办理租房提取业务时，如租房发票信息齐全，无需再提供租房合同。同时，职工本人及配偶在京无自有住房且租房居住的，只提供无房产证明的，可以每月提取1500元的方式，按季度提取住房公积金。

**迎接冬奥倒计时200天 延庆赛区13支特色冰雪队亮相**

据新华社北京7月18日电 (记者魏梦佳)北京冬奥会延庆赛区迎接北京冬奥会倒计时200天特色冰雪队启动仪式18日在北京市延庆区八达岭国际会展中心广场举行，当地13