

内蒙古将重症精神症纳入本级门诊特殊慢性病病种范围

从自治区医疗保障服务中心传来消息,3月1日起,内蒙古决定将重症精神症纳入内蒙古自治区本级门诊特殊慢性病病种范围,此举将进一步减轻重症精神

症参保人员就医购药费用负担。参保人员在门诊特殊慢性病定点医院发生的符合政策范围内的医疗费用,一个年度内基本医疗保险统筹基金起付标准为

300元。年度支付限额在基本医疗保险统筹基金和大额医疗费用补充基金支付范围内合并计算,一个年度内最高支付限额30.5万元。

据介绍,重症精神症(M02100)待遇申报认定和诊疗方案变更工作由内蒙古自治区精神卫生中心办理。患有重症精神症的参保人员(或代办人)可向内蒙古自治

区精神卫生中心提出申请,申报时需提交诊断证明书原件、与申报病种相关的完整住院病历、有效身份证件。
(刘欣荣)

呼和浩特市开展药品领域安全风险隐患排查治理

为深入贯彻落实“两品一械”领域安全生产大排查大整治行动,近日,呼和浩特市市场监督管理局聚焦药品经营使用环节,持续开展药品领域安全风险隐患排查治理工作。

连日来,呼和浩特市各旗县区市场监管局迅速组织开展“两品一械”安全风险隐患排查大整治行动,引导企业开展自查自纠,努力将安全风险隐患消除在萌芽状态。同时,结合药品安全监管工作,持续加大对重点领域、重点企业、重点品种、重点企业的药品安全监管力度,查找药品经营使用过程中的薄弱环节和突出问题,

有针对性地制定药品安全防范措施,持续有效推进药品安全巩固提升行动。

检查中,执法人员通过提醒和教育,强化从业人员的主体责任意识,强调企业严格落实好药品质量安全主体责任,提升员工安全意识和应急处置能力,有效防范药品经营和使用环节存在的安全生产风险和产品质量风险。

截至目前,共检查药品经营使用单位300余家,出动执法人员1000余人,对发现存在安全隐患的单位及时提出处理意见并持续跟踪企业整改情况。(祁晓燕)

“社医联动”让群众享受家门口的健康服务

近日,包头市稀土高新区民馨路街道居民王先生来到盛唐路社区,为该社区送来一面锦旗。王先生激动地说:“是你们给我们一家又带来了生活的希望!”“热心为民做好事,心系百姓暖民心”,锦旗上的话语不仅是对于工作人员尽职尽责、为民服务的真诚感谢,更饱含着居民群众对社区党委工作的认可与信任。

王先生的妻子因患帕金森病常年卧床,大笔的治疗康复费用让这个家庭陷入了困境,一度想要放弃。得知此情况后,盛唐路社区党委积极对接社会公益组织,与华青公益基金会一起争取到免费筛查治疗的机会。经过近2个月的检查和康复治疗,王先生妻子的病情有了很大改善,部分生活可以自理。王先生一家对社区满怀感激,于是发生了文章开头的的一幕。

民馨路街道相关负责人表示,王先生一家的经历是该街道探索“社医联动”模式的一个典型案例。

“社医联动”医疗救助公益项目,是通过慈善基金支持社区开展健康治理等服务,加强医疗机

构、社区与慈善组织的紧密联系,为一线社区工作人员、社区志愿者、社会工作者、社区社会组织与社会公益慈善力量搭建共建共享平台,让社区居民直接享受医疗救助资源。

同时,赋能社区工作者、社区社会组织、社区志愿者常态化开展民生服务,倡树文明健康生活方式,提高居民健康水平。该项目围绕治疗脑瘫患者、开展防疫知识宣教、健康知识传播慈善文化等内容开展工作,提升社区居民对危重症疾病的快速识别能力及自救能力,搭建社区与医院危重症患者快速救治通道,助力构建兜底保障民生的服务体系。

“突出‘社医联动’机制,一方面可以满足居民多种健康需求,另一方面可以搭建资源共享平台,有利于活跃志愿者队伍,促进社区组织建设。”民馨路街道相关负责人表示。

据了解,截至目前,依托“社医联动”机制,民馨路街道已有4名患者得到救助并已康复出院。
(潘佳 李宝乐)



集宁区:义诊活动进社区

2月29日,乌兰察布市集宁区泉山社区卫生服务中心走进永安社区为老年人义诊。活动中,医护人员为居民提供检查血压、血糖和心率等服务,并耐心解答大家关于常见疾病的疑惑。此次义诊,有效帮助居民及时发现疾病的早期迹象,了解自身的健康状况,增强健康意识。
(王伟 摄)



海勃湾区:医疗志愿服务有声有色

2月27日,乌海市海勃湾区开展“感党恩、听党话、跟党走”医疗志愿服务健康活动,将优质、便捷的医疗服务送到居民“家门口”。图为:海北街道办事处社区卫生服务中心的医护人员在狮城社区居家养老服务站为居民提供医疗服务。
(姚远 摄)

明安镇做大做强中药材产业

近年来,巴彥淖尔市乌拉特前旗明安镇按照“合作社+公司+农户”的形式,通过组织化、规模化、高品质特色种植,做大做强中药材产业。

2023年,明安镇打造1700亩黄芪标准化机械化种植示范基地,实施黄芪加工产业园扩容提质工程,建设黄芪饮片加工厂和收购仓储基地,年内收购、加工可达30000吨鲜货,10000吨干货,产值可达3.7亿元,可为村集体年增收13.5万元。积极实施“党建赋能百亩园”书记项目,建设1500亩防风野生种质资源圃,试种防风、桔梗等中药材2000余种。目前,明安镇中药材种植面积约56000亩,已初步形成以种植、加工和销售为依托的中药材产业

链,逐步走上建设“草原药谷”和国家蒙中药材经济强镇这条高质量发展道路。六月份户等5个村集体经济收入达到20万元以上,台梁村等5个村集体经济收入增幅达到10%以上。

今年,明安镇从提升产业发展质效,培育经济增长新动能着手,全力推进产业链链长制工作,做优“一村一业”。积极引进和推动国内知名药企与本土企业、合作社+农户“利益联结机制,把黄芪产业链延伸做强、做大做强。做好品牌升级,借助国内知名企业的销售、宣传渠道,加强报道宣传,推动黄芪、山植等农产品走向全国。
(周文廷)

“金牌教练”哈斯劳:愿更多残疾人通过体育运动改变人生

走进位于鄂尔多斯市的内蒙古残疾人田径训练基地,只见十几名残疾人运动员正在教练哈斯劳的指导下进行训练。

内蒙古残疾人田径训练基地针对有培养前途的运动员进行长期专业训练,从这里走出去的残疾人运动员,在残奥会、残疾人世界杯、全国残疾人等国内外重大比赛中多次摘金夺银,屡创世界和全国纪录。一项项出色的成绩,离不开内蒙古残疾人田径训练基地教练哈斯劳长期的悉心指导。

东京残奥会标枪项目金牌得主、杭州亚运会夺金项目金牌得主孙鹏祥、北京残奥会铁饼项目金牌得主孟根吉素素、全国第十

一届残奥会暨第八届特奥会链球项目金牌得主高永强、全国第九届残运会暨第六届特奥会铁饼项目金牌得主米雨露高娃……这些在国内国际赛事上争金夺银的优秀残疾人运动员,都是哈斯劳教练倾心挖掘、潜心培养出的体育人才。

哈斯劳不仅是一位优秀的教练,他本人更是一位杰出的运动员。在1996年举行的亚特兰大残奥会上,哈斯劳夺得了男子标枪项目冠军,成为第一个在残奥会上斩获金牌、第一个打破残奥会标枪项目世界纪录的内蒙古籍运动员。截至目前,哈斯劳在国内国际赛事中累计获得奖牌70余枚。

谈到过往,哈斯劳回忆说:“我从1991年开始参加比赛,从市运会到自治区级比赛,到全国残运会、亚残运会,再到登上残奥会的赛场,可以说是体育改变了我的一生。所以10多年前我就在想,我们不能建立一个训练基地,能不能通过开展体育训练改变一部分残疾人的命运?2005年,我们建立了内蒙古残疾人田径训练基地,到现在已有100多个残疾孩子在这里训练过,也走出了孙鹏祥、孟根吉素素等世界冠军。”

在去年8月举办的内蒙古自治区第六届残疾人运动会暨特奥会赛场上,来自内蒙古残疾人田径训练基地的运动员们在田径

项目比赛中夺得了20多枚金牌。已经52岁的哈斯劳也作为运动员上场比赛,夺得了铁饼项目金牌以及标枪和铅球两个项目的银牌,以榜样的力量激励着年轻的残疾人运动员们勇于拼搏、奋勇拼搏。

从事体育事业30余年,哈斯劳认为能够帮助更多的残疾人通过体育运动改变人生,实现自己的梦想,过上更好的生活,我也相信,残疾人运动员自强不息、奋勇拼搏的精神,能够激励更多残疾人在人生道路上勇往直前,通过自己的努力实现梦想,改变人生。
(李存霖)

健康咨询

新学期来啦! 健康大礼包 助力学生新年起航

亲爱的同学们,新学期开始啦!为了更好地引导同学们调整好饮食和运动,预防“开学综合征”的发生,合理安排生活作息,这份特意准备的开学健康生活大礼包,帮助大家以更加饱满的状态迎接新学期的挑战。

规律作息

寒假期间,很多同学的作息可能比较随意,晚上熬夜、早上赖床成为常态,进餐时间也比较混乱。因此,大家要逐渐调整自己的生物钟,早睡早起,确保充足的睡眠,让身体回归正常的作息模式。每日进餐时间也要向校园时间靠拢。家长可以配合孩子们制订作息计划,包括每天起床、用餐、学习、娱乐和睡觉的时间,尽量按照计划执行,形成良好的生活习惯,提高学习效率。

回归正常饮食

过年过节,同学们免不了走亲访友、下馆子、各种零食吃起来……调节饮食也是新学期身心调整的重要一环。放纵饮食容易对人体造成负担,尤其在破坏正常新陈代谢的同时促进炎症甚至疾病的发生。同学们需要调整好饮食习惯,注重营养均衡,适量摄入蛋白质、碳水化合物、健康脂肪和维生素、矿物质等营养素,保持饮食的多样性和合理性。

建议一

假期没怎么吃青菜吧?一定要保证每日摄入足量蔬菜,增加膳食纤维的摄入,既能增加饱腹感,也能促进肠胃蠕动。尤其在大吃大喝之后,可以帮助身体更好地排出食物残渣。每天可以选用相当于自己三个拳头大小的蔬菜量。

建议二

一定要吃早餐,早餐不仅可以提升人体的基础代谢,还可以提供能量保证大脑的血糖供应,让你的大脑正常运转。

建议三

一定要避免过度摄入高油高糖高盐食品,建议少吃加工食品,优先选择纯天然的健康食品,限制含有大量钠、糖和不健康脂肪的加工食品。

建议四

经常大吃大喝会导致体重增加,一是因为短时间内吃了大量食物导致摄入的能量增高,二是大餐中的食物往往含有大量的盐分,会导致身体储水增加。恢复清淡饮食的同时增加饮水量,可以帮助身体更好地排出多余水分。足量喝水也能帮助改善大吃大喝后的便秘情况。

假期中,很多同学发现体重稍微减了几斤,就开启一顿少吃甚至不吃的模式,殊不知这样容易降低新陈代谢,甚至造成激素分泌紊乱。从长远来看,极端的饮食结构只会恶化身体与食物的关系。最好的体重恢复措施并非断食,而是回归正常的饮食,并建立健康饮食规律,然后长期坚持下去。

适当运动

适当运动是缓解身体状态和情绪,以及尽快适应学习的有效方法。同学们可以选择一些适合自己并且喜欢的运动方式,如慢跑、游泳、骑自行车、打羽毛球、打篮球等,每天让身体得到充分的舒展,不仅可以增强心肺功能,还可以帮助增强肌肉力量,提高免疫力,调节体重等,让大家以自信的状态迎接新学期的挑战。

劳逸结合

在完成每天的学习任务之后,可以尝试听舒缓的音乐、看看喜欢的书籍或者进行一些有趣的户外活动。这样可以让同学们更好地适应学习生活,提高学习效率。另外,对于孩子饮食、运动习惯的调整,家长首先要做出良好表率,同时具备一定的耐心,及时发现孩子的问题和需求,给予指导和帮助,一起克服“开学综合征”。

注意保暖

春季乍暖还寒,也是各种传染病尤其是呼吸道疾病流行的季节,请家长和孩子们在外期间,注意保暖和个人防护,“春捂秋冻”,不要过早地减少衣物。

从现在开始,合理规划时间和生活方式,使身心保持最佳状态,为新学期做好充分的准备,为未来的学习生活注入更多的活力和动力吧!
(编采 广网)

