

指尖操作实现“零跑腿” 医保关系转移九成线上办

“线上提交第二天就到账,省去了两地跑真方便。”5月15日,因工作调动需将医保从常州转至无锡的王先生,通过手机申请,次日医保账户余额即增加了625.21元,切身感受到省内医保转移个人账户资金“秒到账”服务的高效。聚焦群众异地医保转移痛点,无锡市医保部门以“一网通办”服务平台实现破题。数据显示,今年以来,全市通过该平台办理医保关系转入8110人、转出11437人,线上业务占比达90%,惠民服务质效显著提升。

“数据跑路”全面替代“群众跑腿”。依托国家医保信息平台,无锡打通全国医保关系转移接续通道。无论是从外省市转入无锡,还是从无锡转出至其他地区,参保人只需登录“江苏医保云”App,进入“全国医保关系转移”模块,提交转入/转出地信息并上传身份凭证,系统即可自动调取参保缴费记录,实现“一次申请、全程跟

踪”。平台同步开通办理进度实时查询功能,彻底告别以往“多地跑、反复问”的困扰。

针对特殊群体线下办理需求,参保人可持有效身份证件和转出地医保经办机构出具的《参保凭证》至无锡市医保中心各区医保窗口办理转移接续手续。比如,无锡参保人陈女士医保关系转出地在天津,那么她需要持有效身份证件和天津医保经办机构出具的《参保凭证》到无锡市医保中心各区医保窗口办理转移接续手续。值得一提的是,目前全市40个街道便民服务中心同步提供帮办代办服务,形成“线上为主、线下兜底”的全覆盖服务网络。

从无锡市医保中心获悉,自2022年8月“一网通办”上线以来,医保转移效率持续优化:转出办理周期由10个工作日压缩至3个工作日,转入周期从5个工作日缩短为4个工作日,业务提速明显惠及民生。(葛惠)



5月19日是第15个“世界家庭医生日”。为进一步提高居民对家庭医生的知晓率和对家庭医生签约服务的感受度,经开区依托“府院合作”江南大学附属医院紧密型医联体平台,将优质医疗资源下沉基层,开展“世界家庭医生日”系列宣传活动。近日,华庄街道社区卫生服务中心、太湖街道社区卫生服务中心家庭医生走进社区开展健康咨询、教授居民八段锦等活动。(朱瑛)

图片新闻投稿邮箱:
jkrm999@163.com

户外如何避免 被蜂蜇

春夏季是蜂群活跃期,户外活动有可能遭遇蜂蜇。如何避免被蜂蜇?如果被蜇,又该如何急救?记者对此进行了采访。

蜂类在什么情况下会蜇人?昆明理工大学生命科学与技术学院副教授郭军介绍,蜂一般不会主动攻击人类。只有当蜂的正常活动被干扰,或是特殊的颜色、气味引起蜂的关注时,人类才会被蜂类攻击。此外,蜂类会“护食”,当其在采花时被打扰,也可能发起攻击。

如何避免被蜂蜇?郭军建议,户外活动时尽量远离草丛、灌木丛,更不要主动靠近蜂巢,避免惊扰蜂群。亮蓝色的服装容易吸引蜂类靠近,在户外存在被蜂类攻击的可能;而蜂类对黑色有恐惧感,看到黑色时会将其视为威胁,也可能主动发起攻击。因此,野外活动时,若靠近有蜂场的地方,应避免穿亮蓝色和黑色衣服。

蜂类对运动的物体更敏感,定位更准确,因此被蜂“盯”上时,蹲下或者趴下不动是最好的躲避。“不要惊慌,保持镇静。”郭军说,当感受到蜂靠近,人类惊慌的动作反而更容易让蜂类感受到威胁,容易出于生存本能攻击人。遇到蜂靠近,最佳办法是抱头蹲下或趴下保持不动,包住身体裸露的地方,当蜂类不再感觉到受威胁时,它们会主动飞走。如果已经被蜂群攻击,不得不躲避,建议逆风跑,大多数蜂类逆风飞行速度不快。

被蜂蜇了怎么办?6小时内是“黄金急救期”。郭军介绍,被蜂蜇后,如果皮肤有蜇针残留,可用指甲轻轻拔掉,避免更多毒液注入体内;随后马上清洗伤口,虽然不同蜂种的毒液酸碱性不同,但在野外环境下,用清水冲洗伤口即可。郭军提醒:“被蜂蜇后,会产生过敏反应,不同个体差异较大,过敏体质和儿童被蜇时建议立刻就医,在送医途中也要注意被蜇人员的身体反应。”

(人民日报)

夜门诊上线,这家医院为健康“留灯”

“五月不减肥,八月徒伤悲。”这句网络上的调侃话,道出了众多爱美人士在夏季来临前的焦虑与期待。5月13日下午6点,无锡市中医医院针灸减肥夜门诊外,二三十人正有序排队,他们都是冲着夜门诊的针灸减肥项目而来。

据治未病科副主任中医师李健介绍,春夏季节是针灸减肥的黄金时段。随着气温升高,人体的新陈代谢加快,此时通过针灸精准刺激穴位,能够有效调节内分泌系统,促进脂肪的分解与代谢,减肥效果十分显著。为了更好地满足市民尤其是上班族和学生群体的就医需求,市中医医院贴心推出了夜间服务,服务时间为17:00至20:00。

程序员小林(化姓)身高175厘米,体重却达到了217斤。平日里,他工作繁忙作息不规律。在家人的建议下,他决定尝试安全有效又相对轻松的中医传统疗法来实现健康瘦身。小林略带羞涩地说出了自己的目标体重——180斤。李健听后,鼓励道:“只要你能配合合理的饮食、适量的运动,并养成良好的生活习惯,在我们这儿减二三十斤是很正常的事。”这番话让小林信心大增。

李健进一步介绍,患者就诊时,医护人员会先对患者的肥胖类型及成因进行全面评估。对于超重、单纯性肥胖或是伴有代谢异常的肥胖患者,中医讲究辨证论治。针对脾虚痰湿、肝郁气滞、脾肾阳虚等不同体质的肥胖人群,通常会推荐采用针灸、埋线、拔罐、中药饮片等中医疗法来帮助减轻体重。此外,肥胖往往伴随着多种并发症,这就需要多学科协作治疗。如果患者存在关节炎、食管反流、睡眠呼吸暂停等症状,治未病科会联合普外科、耳鼻喉科、心血管科、肾内科等多个科室,组建多学科团队对病人进行综合治疗和管理。而对于因疾病导致肥胖的患者,首要任务是治疗原发疾病,做到对症下药。

刘女士(化姓)是一名公司业务员,她对自己的身材要求较高。这几天不用出差,她一下班就赶来做针灸减肥。医生在她的中腕、天枢等穴位扎针时,她只感觉酸酸麻麻的。经过一个月的治疗,她已经成功减重13斤。“扎完针后,人感觉特别轻松,晚上的睡眠质量也明显提高了。”刘女士开心地说。

儿科的夜门诊也同样受到家长们的青睐。带孩子前来就诊的

李女士(化姓)表示,她下班后直接上女儿就过来了,既不影响工作,也不耽误孩子学习,还能挂到心仪医生的号,非常方便。

据了解,儿科夜门诊目前已开设小儿慢性咳嗽、儿童注意力缺陷多动障碍、小儿便秘等专病门诊。后续,医院还会根据市民的健康需求,陆续开设儿童早发育、腺样体肥大等专病门诊。

据悉,市中医医院夜门诊每年夏季都会开放,今年更是提前至5月6日启动。除了治未病科和儿科外,目前夜门诊涵盖了龙砂院、心血管科、肿瘤科、妇科、疼痛科、皮肤科、甲乳科等专科的特色专病。同时,门诊四楼的中医传统疗法中心夜间也同步开放,开展刮痧、拔罐、耳穴、贴敷、熏蒸等中医特色适宜技术。

夜门诊的医疗团队由该院党员专家带头,入党积极分子和专科骨干跟进,致力于打造“错峰就医、专精服务”的夜间惠民健康服务平台。他们用自己的“辛苦指数”换取患者的“幸福指数”,通过延长服务时间,全力满足广大市民对中医药夜间医疗服务的需求,为市民的健康保驾护航。

(王菁)