

# 咸阳推动“三医联动”改革,让群众在家门口享受优质医疗资源—— 服务更贴心 就医更省心

近日,在咸阳市第一人民医院大厅,患者王冰(化名)在仔细阅读一张清晰列着诊断结果、检查项目、签到扫码、付款二维码等信息的就诊单。该院去年推出的一张纸跑全院“就诊单”,为患者带来了良好的就医体验。“以前做检查,要拿一摞单子,总怕丢;现在一张纸上写得清清楚楚,太方便了。”王冰说。

这一幕是咸阳持续推动医疗、医保、医药“三医联动”改革的一个缩影。近年来,咸阳通过构建以人民健康为中心的医疗卫生服务体系,着力解决群众“看病难、看病贵”问题,让优质医疗资源直达基层。

## 资源下沉:筑牢基层医疗网

近日,咸阳市秦都区吴家堡街道,86岁的居民徐肃侠在家中接受诊疗。家庭医生高丽使用便携设备为她进行心电图检查;数十公里外,咸阳市第一人民医院心血管内科医生的电脑屏幕上,波形图正实时跳动着。

不到10分钟,“远程诊断已确认,治疗方案已调整”的信息便反馈给高丽。徐肃侠握着医生的手说:“真方便,不用去医院就能让市里的专家给我看病了。”

近年来,咸阳通过系统性资源下沉,织就了一张覆盖全域、联通城乡的健康服务网。目前,咸阳在全市11个县(市、区)梯次推进了15个紧密型县域医共体建设,打破了县、镇、村三级医疗机构行政与资源的壁垒。

咸阳市第一人民医院推行“三级网格化慢病管理”模式,组建了由“医院专家+家庭医生+社区网格员”构成的25个团队,服务范围覆盖14个社区。

2018年秦都区政府与咸阳市第一人民医院签署协议,将秦都区人民医院委托咸阳市第一人民医院全面管理。这标志着咸阳市首家城市紧密型融合式医联体成立。秦都区人民医院挂牌为咸阳市第一人民医院秦都院区。“医联体并非简单的‘对口帮扶’,而是进行融合式管理,通过派驻管理团队与业务骨干,将三甲医院的质量控制体系、诊疗规范



近日,在咸阳市第一人民医院大厅,医护人员为群众解读“一张纸跑全院”就诊单信息。张乐佳 摄

乃至科室建设经验整体“打包”植入基层医院。咸阳市第一人民医院秦都院区院长林伟栋说。

目前,咸阳市第一人民医院秦都院区的综合医疗服务水平有效提升,居民首选就诊率大幅提升。

## 医保改革:打造15分钟医保服务圈

家住渭城区中山街街道的糖尿病患者刘政(化名)告诉记者,以往,她购药享受医保报销,需要专程去定点医院办理结算。如今,她家门口的社区卫生服务站也开通了医保结算权限。从开方、审核到结算、取药,全程一窗办结,用时不超20分钟。

这是咸阳打造“15分钟医保服务圈”的一个缩影。过去,医保服务资源多集中在市、区两级经办机构 and 少数大型医院,布局不均衡,基层服务能力薄弱。

为解决群众“就近看得好病、方便购得好药”的诉求,作为国家医保定点医药机构资源配置规划试点城市,咸阳今年发布了《咸阳市基本医疗保险定点医药机构资源配置规划方案(2025-2027年)》,推动医保资源配置“存量优化、增量提质”,筑牢民

生保障底线。

“方案明确三年核心目标,咸阳将构建‘公立医院为支撑、基层机构为基础、社会办医为补充’的多层次定点医药服务体系,全面打造‘15分钟医保服务圈’。”咸阳市医疗保障局相关负责人说。

截至去年底,咸阳市医保定点医药机构达4002家,其中定点医疗机构2791家、定点零售药店1211家,数量位居陕西省地级市首位,有效保障了参保群众的基本医药服务需求。

## 医药协同:降低群众就医负担

近日,在泾阳县白杨村卫生室,卫生室取药窗口旁张贴的一张集采药品价格公示表引人注目:缙沙坦胶囊,原价57.07元,集采价9.00元;阿托伐他汀钙片,原价41.79元,集采价2.86元……

43种药品按照降压药、降血脂药、降糖药等分类,规格、生产企业、原价、集采价、降幅一目了然。

近年来,泾阳县全面落实药品、耗材集中带量采购常态化制度化要求,实现县、镇15家公立医疗机构和229家村卫生室集采药品100%全覆盖;推动83家定点药店全部参与集采药品“三进”行动;民营医疗机构集采参与率提升至83.33%。

这些数据是咸阳市强化“医药协同”,减轻群众就医负担的一个切面。截至目前,咸阳已平稳落地实施国家组织药品集采共9批,平均降价超过50%。

“我院已执行国家药品集采34批、省际联盟39批,实现常见病、慢性病及重症用药等全覆盖,极大减轻了患者用药经济负担。”咸阳市第一人民医院相关负责人介绍。

咸阳市医疗保障局相关负责人介绍,咸阳市大力支持中医药传承创新发展,将针灸、推拿等众多中医适宜技术和数百种中药饮片、院内制剂纳入医保报销目录。对于慢性病患者和康复期患者而言,疗效确切、价格相对低廉的中医药极具吸引力。这也在整体上优化了医疗服务结构,为群众提供了更多元、更经济的治疗路径。

张乐佳 马远聪

## 医线传真

国际学术期刊《自然-癌症》4月15日最新刊发的一项研究显示,中国科学家在鼻咽癌精准治疗研究上取得新进展,首次将鼻咽癌划分为三种蛋白质组亚型,为鼻咽癌患者开展以蛋白质组学为核心的个性化精准治疗提供了科学依据。

## 中国科学家提出鼻咽癌蛋白质组学精准治疗思路

鼻咽癌是中国高发的头颈部恶性肿瘤,该病早期症状隐匿,约70%患者确诊时已发展到中晚期,放疗综合治疗是标准治疗方案。近年来,中国科学院院士、中山大学肿瘤防治中心常务副主任马骏团队研究发现,在同步放疗前进行诱导化疗,可有效提升鼻咽癌患者生存率,但仍有20%至30%的患者疗效不佳。

同样的治疗方案,为什么对一些患者疗效好,对另一些患者却疗效不佳?中国科学院院士、人体蛋白质组学国际大科学计划首席科学家贺福初和马骏带领国家蛋白质科学中心(北京)、广东智慧医学国际研究院、中山大学肿瘤防治中心等团队就此开展了研究。

研究团队对240名鼻咽癌病人的肿瘤样本进行分析,采用蛋白质组学技术检测肿瘤中所有蛋白质的活性情况,首次将鼻咽癌划分为S1、S2、S3三种蛋白质组亚型。不同亚型呈现显著差异的预后特征与治疗响应规律,据此可为各亚型制定最优治疗方案。其中,S1亚型肿瘤微环境呈免疫激活状态,整体预后良好,可单纯采用同步放疗;S2亚型细胞周期通路显著活跃,可从GP诱导化疗中显著获益;S3亚型存在明显免疫耗竭特征,GP诱导化疗获益有限,而联合抗PD-1治疗有望进一步改善患者生存质量。

研究团队表示,该成果标志着贺福初院士团队提出的“蛋白质组驱动的精准医学”理念进一步得到实践验证,有助于打破鼻咽癌“一刀切”的传统治疗模式,构建从分子分型、疗效预测到精准治疗的临床诊疗体系,为临床治疗方案的优化提供关键数据与技术支持。

徐弘毅 郭爽

## 国家疾控局发布通知推进重点虫媒传染病防控

国家疾控局近日发布《关于依法做好重点虫媒传染病防控工作的通知》,并同步发布登革热、基孔肯雅热、发热伴血小板减少综合征2026年版防控方案。通知要求,构建“人-动物-环境”三位一体的监测体系,从监测预警、预防干预、应急处置、疾病管理、监督执法等方面推进重点蚊媒传染病多病同防。

通知明确,坚持“以环境治理为主、生物与物理防治为辅,必要时采取化学防治”的预防控制策略;疫情高发地区加强部门协同,强化重点场所卫生治理,最大限度消除卫生盲区死角。

同时,健全完善口岸公共卫生合作机制,妥善做好口岸输入疫情协同处置和点对点防控救治工作。

通知要求,认真落实“四早”要求和首诊负责制,加强基层医务人员培训,提高鉴别诊断和救治能力。流行季节安排发热门诊应开尽开,本地散发疫情地区全面落实“逢疑必检”,聚集性疫情发生地区全面落实“逢热必检”。

自2026年4月1日起,我国将基孔肯雅热、发热伴血小板减少综合征纳入乙类传染病进行管理,并采取乙类传染病的预防、控制措施。

国家疾控局有关专家提示,登革热、基孔肯雅热的防控关键在于防蚊灭蚊,发热伴血小板减少综合征防控关键在于预防蚊虫叮咬。出现疑似症状时,应及时到医疗机构就诊,并主动告知2周内旅居史、蚊虫叮咬、野外活动、动物接触等情况。

徐鹏航

## 飞絮季“眼痒”高发 当心过敏性结膜炎

近期,我国多地正式进入飞絮高发期。看似无害的杨柳絮,实则是春季儿童眼部不适的“隐形干扰者”——它本身虽不过敏,却会吸附花粉、灰尘等致敏物质四处飘散,不少孩子因此出现皮肤瘙痒、打喷嚏、眼睛发红发痒等症状。眼科专家表示,每年春季,导致儿童眼睛发痒发红、频繁揉眼的“元凶”中,七成以上都是过敏性结膜炎。

西北妇女儿童医院眼科医生张乐在接受记者采访时明确,该病最典型的症状可概括为“痒、红、

肿、泪”,家长可对照观察,及时识别信号。

“痒是最核心、最明显的症状,”张乐表示,患儿会频繁揉眼睛,甚至会直白表述“眼睛里好像有虫子爬”,这是过敏引发的典型不适信号,家长需重点关注。其次是眼红、流泪,孩子眼睛会明显发红,但通常不会出现大量脓性分泌物,更多表现为流眼泪,或分泌少量白色、粘丝状分泌物,与细菌性结膜炎有明显区别。此外,由于眼睛有强烈异物感,孩子还会出现频繁眨眼的情况,试图缓解不适。

值得注意的是,过敏性结膜炎常常伴随过敏性鼻炎,形成“鼻眼综合征”。若孩子同时出现揉眼睛、打喷嚏、流鼻涕等症状,基本可确诊是过敏在作祟,需及时采取干预措施。若孩子眼睛痒得难受,可以尝试冷敷缓解。家长可使用干净的冷毛巾,或用纱布包裹冰袋,轻轻敷在孩子眼皮上,每次敷10-15分钟,既能迅速收缩血管,又能有效缓解痒感和红肿,无需担心对孩子眼睛造成刺激。

王江黎

## 渭南为436人次 报销用血费用38.31万元

近日,记者从渭南市市中心血站获悉,一季度,渭南市共为436人次办理血费报销,报销全血量26.79万毫升,报销总金额38.31万元。

为进一步优化血费报销服务、方便广大献血者,渭南全面推行以血费直免为核心、线上线下协同发力的报销服务模式。血费直免依托医院与血站信息互联互通,实现患者出院时用血费用直接减免,极大简化报销流程。同时,开通微信小程序、线上申请等便捷渠道,满足不同群体办事需求,构建起

“医院直免为主、线上报销为辅”的高效服务体系,切实践行“献血有温度、报销有速度”的服务理念,持续提升献血者的获得感与满意度。

渭南市市中心血站相关负责人表示,将持续优化血费报销服务模式,不断拓宽直免覆盖范围,提升线上办理效能,加大政策宣传普及力度,以更高效、更便捷的服务保障献血者权益,让无偿献血惠民政策落到实处、深入人心。

陈永康

## 别硬扛 可能是鼻窦炎在「捣乱」

鼻塞流涕总不好,还头昏脑涨?

鼻塞流涕迟迟不愈、额头脸颊胀痛、整日昏昏沉沉……生活中不少人出现这类不适后,总会下意识当成普通感冒硬扛,殊不知,真正的元凶很可能是鼻窦炎。记者采访陕西省人民医院耳鼻喉头颈外科医生杨颖了解到,鼻窦炎极易与感冒、鼻炎混淆,若是延误治疗,很容易转为慢性病症,给日常生活带来严重影响。

杨颖介绍,鼻窦是我们头面部骨骼内四对充满空气的小空腔,就像是鼻腔周围的“小房间”,平日里主要负责分泌黏液,湿润并过滤吸入的空气。一旦鼻窦黏膜出现炎症肿胀、窦口堵塞的情况,分泌物就无法正常排出,进而引发鼻窦炎。

杨颖说,鼻窦炎常见症状是持续性的鼻塞,单侧或双侧鼻腔不通气,都会直接影响正常呼吸和夜间睡眠;同时会出现流脓涕的情况,鼻涕多呈黄色或绿色的黏稠状态,还常伴随鼻后滴漏,进而引发咽喉不适、反复咳嗽等问题。发病期间,患者前额、眼眶、面颊等部位会有明显的胀痛感,低头时这种压迫感还会进一步加重,部分患者还会出现嗅觉减退,对气味不敏感甚至完全闻不到气味,少数人还会伴随口臭。

日常可以通过症状持续时间进行简单区分,若是感冒症状超过10天依旧没有缓解,或是好转后又突然加重,甚至出现剧烈头痛、高烧、视力模糊、眼睑红肿,一定要第一时间就医检查,警惕炎症扩散引发各类并发症。

杨颖说,治疗鼻窦炎主要以控制感染、通畅引流、预防复发为原则。症状较轻的患者,可以通过鼻用激素、黏液促排剂等药物缓解不适;对于病情较为严重,或是伴随鼻息肉的患者,可通过微创内镜手术进行治疗。难治性鼻窦炎病例还能借助生物制剂实现精准抗炎。

杨颖强调,鼻窦炎的调理向来是三分治七分养,想要有效预防鼻窦炎、减少病症复发,需要在生活中做好全方位护理。日常可以坚持用洗鼻器搭配专用洗鼻盐冲洗鼻腔,远离二手烟、粉尘、花粉等刺激性物质,除此之外,还要积极控制过敏性鼻炎、做好感冒预防,保持规律作息、加强身体锻炼,全面提升自身免疫力。

马相



近日,佛坪县卫健局联合县医院、县疾控中心和县妇幼保健院,开展“公民健康素养66条及健康行为习惯”知识讲座,并同步开展健康检查,促进幼儿身心健康,助力健康校园建设。祝丹丹 雍荷 摄

## 蓝莓不是消炎药 “水果食疗”须避坑

当前正值新鲜蓝莓大量上市,有关“蓝莓能消炎”“蓝莓堪比消炎药”的说法引发了不少讨论。对此,专家提醒,蓝莓虽然富含花青素和维生素C等有益成分,但不能替代消炎药,如果食用不当,反而可能带来其他健康风险。

天津市第一中心医院营养科主任谭桂军表示,在现代医学研究中,自由基与慢性炎症、衰老、糖尿病、癌症等具有一定关联,而蓝莓则富含蓝莓花色苷和花青素,这些营养成分具有抗氧化、清除自由基、改善视力等作用。

“但蓝莓所谓的‘抗炎’作用并不等同于消炎药。”谭桂军表示,氧化压力会导致体内细胞受损,引发炎症反应;反过来,炎症也会产生活性氧,破坏免疫机制。蓝莓的“消炎”作用,实质上是借助其中的黄酮类物质(花青素及蓝莓花色苷)抗氧化,减少氧化损伤,一定程度上抑制炎症因子的生成,从而增强免疫力,起到抵抗慢性炎症的作用,其“消炎”机制与消炎药不同。

适量食用蓝莓确实对于控制慢性低度炎症、心血管疾病等有一定的辅助作用,但是花青素在肠道中的吸收有限,当人体出现细菌、病毒感染引发的急性炎症时,绝不能用蓝莓代替消炎药治疗。

为了抑制炎症因子而大量食用蓝莓的做法也并不可取。天津市南开医院名中医馆主任戚经天表示,从中医角度来看,蓝莓性凉,脾胃虚寒者大量食用后则可能加重腹痛、腹泻等症状。此外,蓝莓含有一定量的糖分,糖尿病患者过量食用可能对血



糖造成影响。

专家进一步提醒,不能把对健康的追求寄托于某一种水果。

当前,不少人为了追求“轻食养生”或“水果食疗”,常常用水果沙拉、果昔代替正餐,或者为了获取某种水果中的特定营养元素,在短时间内大量食

用,专家表示这些做法都可能给身体带来健康风险。

例如,山楂富含有机酸、黄酮类物质,能够帮助消化、降血脂,但大量的有机酸(如柠檬酸、苹果酸)会刺激胃酸分泌,空腹或过量食用易引发胃部不适,对胃炎、胃溃疡患者尤其不利,可能加重病情,果酸和膳食纤维摄入过多还会加速肠道蠕动,导致腹泻。

荔枝富含丰富的维生素C和钾,对于抗氧化、调节电解质平衡等有一定作用,但是大量空腹食用可能会引发“荔枝病”。荔枝中的果糖堆积会刺激胰岛素过量分泌,可能导致低血糖的发生,出现头晕、无力、心慌等症状。

为避免“食疗”变“食伤”,专家建议,任何水果都应适量食用,同时要注意饮食的均衡。谭桂军说,健康饮食的前提是食物多样,合理搭配,每天的膳食应包括谷薯类、蔬菜类、水果类、畜禽鱼蛋奶和豆类等食物,新鲜水果的摄入量应在200g-350g,且果汁不能代替鲜果。

此外,水果摄入的种类也应该更丰富,每种少量但是品种多样,从而确保摄入的营养更加多元。

专家提示,健康饮食的效果是潜移默化的,需要长期坚持。科学的饮食应做到多样、适量、因人而异,并结合规律作息、适度运动等良好的生活习惯,日常不应跟风将某一种食物神化,在身体出现健康问题时更不能指望通过吃大量水果来代替药品或治疗。

张建新 栗雅婷

Advertisement for a health and nutrition seminar, featuring text about public health literacy and images of various food products.