

旬阳市创新推出“互联网+居家康复服务”平台——

家门口的一堂“健康课”

近日,晨光刚爬上屋檐,77岁的旬阳市吕河镇双井社区居民张少怀已端坐堂屋。面前的手机屏幕里,康复医师正做着示范动作。张少怀缓缓抬起右臂,儿媳秦治霞守在身旁轻声提醒:“爸,手腕再转一下。”这样的场景,在这户农家小院已持续近一年。

几年前,张少怀因脑卒中导致右侧身体近乎瘫痪,吃饭要人喂,穿衣要人帮。“一个好好的人突然就不能自理了,生活起居都要麻烦孩子,当时感到特别绝望。”张少怀说,因为距离较远,家人每天送他去医院做理疗也不方便。

转机出现在去年夏天,吕河镇评义义诊队伍进了社区。旬阳市中医医院康复科医师华茂新上门为张少怀查体评估,掏出手机打开“三秦康”小程序:“老人家,我们给你制定康复方案,照着视频练,不用到医院去,在家就能做专业康复。”

“我们抱着半信半疑的态度打算试试。”秦治霞回忆,在“三秦康”平台上建立健康档案后,医生再次上门,带来量身定制的康复方案,并把每个动作都认真示范。

真正让秦治霞放下心的,是后续无微不至地跟进。练了一周,她拍视频上传平台,第二天就收到了医生的回复:“抬臂有进步,但手腕外旋不够。”一次,公公练完说肩膀酸胀,她在平台上发了消息,不到半小时医生就回了视频电话,判断是发力点偏了,“光用肩膀使劲不对,要带着大臂一起动。”华茂新说。

就这样一天天坚持康复。半年后的一天晚上,张少怀自己端起了饭碗。“我现在手脚灵活多了,生活也慢慢能自理了。”张少怀说。

在旬阳,有不少像张少怀这样在家进行科学康复的残疾人。被确定为全国残疾预防重点联系地区以来,旬阳市创新推出“互联网+居家康复服务”平台,以旬阳市中医医院专家团队为支撑,通过“三秦康”小程序将康复服务延伸到社区和家庭,让山区群众足不出户就能享受专业科学的康复服务。“旬阳地处秦巴山区,村镇分散,残疾人面临进



旬阳市中医医院康复科医师入户对患者进行日常体检和居家康复指导。 唐军 摄

城康复远、陪护成本高、出院康复断档等难题。”旬阳市残疾人联合会理事长刘宗广说,旬阳市打造的“互联网+居家康复服务”平台日常通过小程序推送任务、记录数据、在线答疑,医生每周进行1-2次视频随访,每三月进行一次上门查体,并根据反馈信息定期对康复方案进行优化。

65岁的城关镇老城社区居民吴开铁因突发脑梗死导致言语障碍。老伴张金花记得,丈夫刚出院那阵脾气暴躁得很,“他有需求说不清楚,急得直拍大腿。”

住院期间,医生向张金花介绍了“互联网+居家康复服务”平台。出院后,张金花帮老伴登录,发现平台上除了有言语发声训练,还有一套针对言语障碍的穴位按摩课程。

张金花跟着课程帮吴开铁进行穴位按摩。慢慢地,吴开铁觉得舌根不那么僵硬了。两个多月后,他完整地说出了“我想喝口水”五个字。

如今,吴开铁可以和人无障碍交流,还能独自上街买菜。张金花感慨:“没想到跟着视频一步步学,自己也能上手。在家里就能给老伴做康复,省钱省事。”

刘宗广介绍,旬阳市“互联网+居家康复服务”平台融合了中医疗疗特色,针对脑卒中遗症、肢体僵硬、言语障碍等推出中医康复课程,制定康复方案时搭配穴位按揉、经络拉伸等中医疗疗项目,在“三秦康”小程序上传由旬阳市中医医院医师实拍的推拿、艾灸等教学视频。医护人员定期上门纠正康复手法,并根据患者身体状况变化更新康复方案,帮助他们提高日常生活自理能力,更好地回归社会和家庭。

康复之路艰难又漫长,很多患者会因恢复缓慢而产生挫败感,萌生放弃念头。

70岁的石门镇谯人院社区居民蒋昌富脑梗死后右上肢肌力仅Ⅰ级,长期康复收效甚微。在“互联网+居家康复服务”平台上,康复团队为他定制组合方案。

然而,初期康复进度缓慢让蒋昌富失去信心。“练了跟没练一样,觉得自己再也恢复不了了。”蒋昌富意志消沉,不愿再打开手机训练。

华茂新发现蒋昌富训练打卡中断,拨通了视频电话,耐心倾听他讲述心里的失落。“我们不用和别人比,只跟昨天的自己比,今天胳膊比上周多抬一厘米,就是进步。”接下来的半个小时,华茂新在视频里一个动作一个动作地带着蒋昌富练,每完成一组就积极鼓励:“对,就是这样,比刚才又抬高了。”

一番暖心疏导,让蒋昌富看到了康复希望。随后的日子,华茂新隔几天就拨打视频电话询问他的康复情况。“患者需要的不仅是技术指导,更需要有人在他最难过的时候陪着他、鼓励他,让他们愿意主动康复运动。”华茂新说。

正是这份耐心陪伴,让蒋昌富咬牙坚持了下来。三个月后,他的右上肢肌力奇迹般地恢复至Ⅲ级,能自己端起杯子喝水了。“以前一杯水都要别人递到嘴边,现在我能照顾自己的起居,生活一下子有了盼头。”蒋昌富感慨。

截至今年7月,旬阳市“互联网+居家康复服务”平台覆盖21个镇,为336名患者提供了专业化、个性化、精细化的康复服务。 董剑南 邹一铭

数智化背景下会计管理工作再上新台阶

——宁陕县医院典型案例成功入选省级案例库

本报讯(记者 贺孝辉 通讯员 钟颖)为深入贯彻落实财政部关于会计数智化转型的工作部署,充分发挥典型案例的示范引领作用,陕西省财政厅组织开展了全省数智化背景下会计领域典型案例的征集评审工作。近日,评选结果正式公布,宁陕县医院报送的《从分散到集中:数智化背景下宁陕县医共体账务核算模式升级实践》典型案例,成功入选省级优秀典型案例库。

近日,汉中市在陕西省率先落地实施省内异地生育住院费用直接结算政策,医保便民服务质效再度提质增效,切实为参保群众带来更加高效、便捷的就医体验。

以往,参保人员在省内异地生育住院时,需个人先行全额垫付医疗费用,出院后再携带病历、发票等纸质资料返回参保地手工报销。这一模式流程环节多、办理周期长,给生育家庭带来不小的经济压力和办事负担。

民有所呼,政有所应。汉中市医保经办中心严格对照上级部署要求,聚焦群众急难愁盼,主动对接省级医保平台,打通数据共享壁垒,优化经办结算流程,全力推动该项便民政策加速落地。近日,汉中市成功办结首例西安市参保职工异地生育住院费用直接结算业务,成为全省率先落地该项服务的地市。截至8月31日,已顺利完成多例省内异地生育直接结算业务,所有数据准确无误,业务运行平稳有序,充分验证了政策实施的可靠性与服务的便捷性。

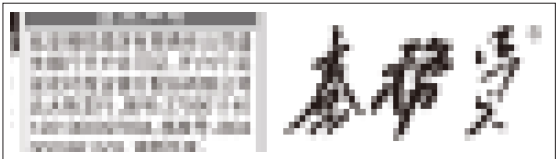
此项惠民政策的实施,是深入贯彻落实国家医保局“高效办成一件事”工作要求,加快推进生育友好型社会建设的重要举措,有效破解了参保群众异地生育垫资压力大、报销流程繁琐、往返跑腿费时等痛点问题。今后,汉中市参保群众在省内异地定点医院生育住院,仅需缴纳个人自付费用,无需全额垫资、回参保地手工报销,极大简化了办事流程,切实减轻了群众就医经济负担,缩短了群众办事时间。 何娜

铜川推出
三日中医药研学课程

近日,铜川市药王山景区策划推出铜川三日中医药研学课程,遵循溯源、传承、创新、践行的课程逻辑,跳出浅层观光模式,深挖中医药文化内核,整合全市中医药、非遗、产业各类资源,设置模块化可选研学点位,可根据团队时长、学生年龄灵活选取,让青少年在看、听、思、做中感悟中医药文化,实现知行合一、厚植文化自信。

研学行程分为三大板块。首日走进药王山、孙思邈纪念馆,品读摩崖石刻,探访药王古迹,感悟“大医精诚”的医者精神。第二天前往孙塬镇,探访药王祠,探寻民间中医药民俗文化,还可走进药业基地,开展药材辨识、古法制艾等实践体验活动。第三天赴宜君彭祖药谷,开展本草寻宝、八段锦习练、药膳品鉴、香囊DIY等沉浸式实践,体会中医“治未病”的养生理念。

该研学课程将历史文化、乡土民俗、现代产业、生活实践融为一体,将书本知识转化为实地体验,引导青少年近距离感受中医药的历史厚度、产业广度与生活温度。下一步,铜川市将持续打磨中医药研学产品,推动优秀传统文化在青少年群体中传承弘扬。 李由



不同体脂秤测出不同数值

医生教大家怎么正确使用

近年来,随着减重话题热度持续攀升,一台能够显示体脂率、肌肉量等数据的体脂秤,几乎成了减重人的标配。体脂率,相当于医学上所说的体脂比,指的是人体内脂肪重量在人体总体重中所占的比例,主要反映人体内脂肪含量的多少。不过,不少网友发现,站上不同的体脂秤,测出的体脂率却不一样。

目前常见的测量体脂的方法包括双能X射线吸收测定法、人体成分分析仪以及家用体脂秤等。这些设备测量体脂的结果差异具体有多大?

临床营养科专家介绍,家用体脂秤以及分段式人体成分分析仪虽然测量方便,但更精准的数据需借助双能X射线吸收测定法。

北京大学人民医院临床营养科主任营养师柳鹏介绍称:“双能X射线吸收测定法简称DEXA,它可以区分脂肪量、去脂软组织以及骨矿物质,还可以进行不同身体区域的分析,重复性比较好,数据稳定。在我们国家相关的肥胖防治共识中,DEXA被视为评价身体成分的重要参考方法。”

以双能X射线吸收测定法的测量结果为参考,体验者又测试了人体成分分析仪和两款家用体脂秤,结果差异明显:双能X射线吸收测定法为35.3%,人体成分分析仪为29.2%,两款家用体脂秤分别为37.1%和24.1%,最大相差11.2个百分点。

既然不同设备测出的体脂率可能存在差异,那么我们平时用体脂秤测出的数字,还有没有参考价

“食品级”不锈钢,如何辨真伪

“我在拼多多平台某厨房用品专营店购买了一款316不锈钢炒锅,不到半年就生锈了。”近日,一名网友在网络上留言。

304、316等300系不锈钢以耐腐蚀、不易生锈著称。显然,网友买到的材质并非真的316产品。近段时间,关于真假304、316不锈钢问题引起热议。有网络视频博主用光谱仪检测网购的“304、316食品级”不锈钢餐具,发现实为201锰钢。不少网友购买检测液自检家中的不锈钢制品,同样发现虚标为304、316不锈钢的冒牌货。

广西南宁市的林女士说,她今年1月在拼多多平台上买了一款304不锈钢蒸锅。收到后,检测液点上去很快“变红”,按照标示应为“201锰钢”。

“一般来说,304和316不锈钢之所以耐腐蚀,是因为其中添加了镍,316还额外添加钼,这些金属材料价格昂贵。”上海市消费者权益保护委员会副秘书长唐健盛介绍,因此,有不良企业以次充好,以便宜的201不锈钢冒充304、316出售,通过虚标牌号、模糊标注等方式牟取暴利。

如何鉴别304、316不锈钢?从事不锈钢生产行业37年的中国钢铁工业协会不锈钢分会执行会长王清洁介绍,市面上通用不锈钢检测液依靠显色反应粗略区分镍含量,部分专用试剂可以筛查高锰含量,合金元素分析光谱仪测量较准确,但价格较贵。

不过,王清洁表示,选购不锈钢厨具其实更重要的是看有无“食品接触用”标志。他介绍,根据GB 4806.9-2023《食品安全国家标准 食品接触用金属材料及制品》,判定一款不锈钢制品能否接触食品,合金元素迁移量是最核心的法定指标。

“只要合金元素迁移量达到标准,不管是200系、300系或400系不锈钢理论上都能够符合‘食品接触用’的要求。而如果不符合合金元素迁移量指标,即使材质是304,依然不能做食品容器。”王清洁表示。

王清洁还指出,判断产品是否具备完整规范标识才是最直观可靠的辨别依据。他介绍,按照强制性食品安全国标相关要求,销售外包装应当标注“食品接触用”,同时标明不锈钢材质相关信息,可

医线传真

国家医保局规范
基层病种同病同付

国家医保局9月2日发布文件,明确规范基层病种同病同付,统筹地区要合理确定基层病种范围和支付标准,实行统筹地区内不同等级医疗机构基层病种同病同付。

同病同付是指医保基金与医院结算时,同一病种在不同等级的医疗机构执行相同的医保支付标准,以此调动基层医疗机构积极性。

新发布的《按病组(DRG)付费3.0版分组方案》和《按病种分值(DIP)付费3.0版分组方案》明确了第一批基层病种。其中,DRG基层病组31个,覆盖高血压、糖尿病、呼吸系统感染等27个内科病组和阑尾切除术、腹股沟疝手术、肛周手术、骨科固定装置去除术等技术成熟的一二级手术;DIP基层病种127个,包括97个保守治疗组和30个手术操作病种,覆盖呼吸、消化、循环、泌尿、骨骼肌肉等多个系统的常见疾病。

此外,国家医保局还明确提高按病种付费精细化管理水平,稳步提升医保基金结算清算效率。如优化特例单议机制提高审核效率,发挥特例单议对医疗机构使用新技术、收治疑难复杂重症的支持性作用;规范病种结余留用管理机制,进一步细化完善按病种付费结余留用及合理超支的范围和比例等规定。

“经过三年试点和三年专项行动,按病种付费基本实现符合条件的统筹地区和医疗机构全覆盖。”国家医保局医药服务管理司司长黄心宇说,从改革成效来看,2025年全国职工医保、居民医保次均住院费用分别较2024年下降4.73%和0.94%,22个省份的住院总费用呈现“药耗占比下降、医疗服务费用占比上升”的结构变化。

据悉,原则上实施按病种付费的地区和医疗机构要在2026年12月31日前完成3.0版分组的切换工作,2027年3月底前落地应用。 彭韵佳

三项婴童用品
国家标准实施

《婴童用品 如厕器具及其附件通用技术要求》(GB/T 45273-2025)、《婴童用品 感统训练产品通用技术要求》(GB/T 45274-2025)、《婴童用品 游泳运动配套用品通用技术要求》(GB/T 45267-2025)3项国家标准自9月1日实施。上述标准聚焦婴童日常照护,能自己训练、水上运动3大高频消费场景,有效补齐细分品类质量标准短板,对促进婴童用品市场规范发展、守护儿童健康成长具有重要意义。

《婴童用品 如厕器具及其附件通用技术要求》适用于9个月至6岁儿童使用的家用及便携式坐便器、马桶坐便圈、小便器、蹲便器四类产品及其附件。在机械物理方面,明确产品稳定性、防滑性、爬梯强度、与成人马桶结合牢固性等关键指标,通过规范静态载荷及耐久性试验要求,有效防范侧翻、滑脱、夹伤等安全风险。

《婴童用品 感统训练产品通用技术要求》作为国内感统训练产品领域首项通用技术标准,适用于12岁以下婴童使用的前庭觉、本体觉、触觉、听觉统合、视觉统合及多品类组合的综合性训练产品。标准构建“通用基础要求+特品品类专项要求”的分层技术体系,通用基础要求明确全品类产品共性安全规范,统一管控机械物理风险、化学有害物质、电气附件安全、毛绒材料燃烧性能等共性安全指标,严守产品材料安全底线。

《婴童用品 游泳运动配套用品通用技术要求》面向6-14岁儿童游泳场景,涵盖塑胶泳帽、泳镜、鼻夹、耳塞四类配套产品。围绕实际佩戴使用需求,标准从适配舒适性、使用耐用性、健康安全三个维度搭建技术规范体系。适配舒适性方面,合理规划泳帽尺寸范围,明确泳镜头带可调节、鼻桥可适配的设计要求,规定鼻夹、耳塞边缘不得存在锐利边缘或尖端,兼顾使用安全与佩戴舒适度。健康安全方面,结合儿童皮肤娇嫩的生理特点,严格限定邻苯二甲酸酯、可迁移元素、双酚A等有害物质限量指标,并对产品色牢度作出规范,有效降低儿童长期接触带来的健康隐患。 新华

不同体脂秤测出不同数值

医生教大家怎么正确使用

值呢?该如何正确使用体脂秤?

柳鹏称:“更建议把家用体脂秤当成家庭健康管理以及趋势监测的工具来用,别当作医学诊断设备。它替代不了医疗机构的身体成分评估,也不能凭一次体脂率就给自己下是否健康的结论。”

如何正确使用体脂秤?专家给出三点建议:

第一,尽量固定使用同一台设备,观察体脂率长期变化趋势,不建议频繁更换设备横向比较。

第二,尽量保持每次的测量条件一致。最好固定在清晨早起空腹排尿后、身着相似衣物测量,避免在大量进食、饮水或者高强度运动后立即测量。

第三,不必频繁测量,每周1-2次即可。 央视