

今年昌吉州实施新一轮“小而美”医疗惠民项目

本报讯 记者王薇、通讯员袁雪英报道：检查检验结果互认、公立医院“一站式服务”、一部手机全流程就医、医共体内双向转诊……2025年，昌吉州围绕群众所需在卫生健康领域继续实施新一轮“小而美”医疗惠民项目，从细微处着手，带给各族群众更多、更直接、更实在的就医体验。

今年，昌吉州持续实施的10项“小而美”医疗惠民项目，每一项都聚焦于百姓就医过程中的实际需求和痛点，以“绣花功夫”把准民生之急，落到民生之实。

加快推进检查检验结果互认是重中之重。过去，患者常常面临在不同医院重复检查的困扰，不仅增加了经济负担，也浪费了时间和精力。2024年以来，昌吉州依托信息化平台，提高检验检查报告的可靠性、真实性、及时性，全州16

家二级及以上公立医院全面落实检查检验结果互认，推动建立异地检查检验结果互认机制，切实减轻患者的医疗负担。

今年，公立医院“一站式服务”内涵也将持续拓展丰富。州县两级二级以上公立医院门诊将设置“一站式服务中心”，承担咨询导诊、预约转诊等多项工作。同时，全州公立医院实现电子健康卡与医保电子凭证“多码协同”，州县医院“掌医”与健康云平台同步维护，完善智能导诊等一系列“一站式服务”，乡镇卫生院等也将纳入服务流程。

“全院一张床”管理试点旨在打破科室床位界限，让患者住院无需等待。日间医疗服务将大力推广，不断优化模式，扩大病种范围，缩短住院和等候时间。医共体内双向转诊机制也将完善，

让群众享受到分级诊疗的便捷。

互联网医院“视频问诊”服务，让患者通过网络向医生直观反馈和咨询病情，还能通过线上处方、快递送药等方式足不出户看病取药。

此外，州卫健委还鼓励各县市自主开展多种创新项目，如“信用就医”、“诊间结算、床旁入院、床旁结算”、线上开单、线上保险结算等等，将进一步提升昌吉州医疗卫生服务水平，为群众的健康保驾护航。

2月6日，玛纳斯县乐土驿镇卫生院医养中心安宁疗病房，医护人员为患者测血压。 □赵文静摄



健康快讯

昌吉州人民医院

与自治区人民医院建立肾脏病专科联盟

本报讯 通讯员张潇予报道：近日，昌吉州人民医院与自治区人民医院建立肾脏病专科联盟，双方将通过在临床、科研及人才培养等方面的深度合作，进一步提升肾病专科医疗水平，为更多肾病患者提供优质专业服务。

州人民医院肾病科是昌吉州肾病专业质量控制中心、昌吉州血液净化专业质控中心所在科室，是集肾脏病诊疗、腹透透析治疗、血液透析治疗及急危重症患者救治为一体的肾脏病诊治专业科室。专科联盟建立后，自治区人民医院专家将定期在州人民医院开展诊疗、查房、疑难重症会诊等工作，提升该院的诊疗水平和服务能力，为昌吉州的肾病患者提供更加优质、高效的医疗服务。同时，发挥昌吉州区域医疗中心作用，带动昌吉地区肾脏病规范化诊疗，推进健康昌吉建设。

新疆医科大学第一附属医院
昌吉分院

成功实施一例腠动脉内膜剥脱术+小动脉吻合术

本报讯 通讯员路晓丽报道：近日，新疆医科大学第一附属医院昌吉分院(以下简称：昌吉分院)甲状腺/血管外科团队，成功为一例腠动脉闭塞患者行“腠动脉内膜剥脱术+小动脉吻合术”，患者术后恢复良好。

60岁的患者张明(化名)30年前发现右下肢血管迂曲、扩张，小腿内侧呈串珠样改变。近半年来，张明的病情逐渐加重，他来到昌吉分院就诊。甲状腺/血管外科副主任穆飞为其查体，最后以“右下肢动脉闭塞”收住院。

出于手术安全考虑，穆飞邀请新医大一附属医院甲状腺/血管外科主任张明再次评估张明的CTA及临床症状，最终决定以传统开刀实施内膜剥脱术。

征得患者及家属同意后，艾则孜和甲状腺/血管外科医疗团队为张明实施手术。术后，张明于第三天顺利拔除引流管，间歇跛行症状明显好转，目前已回家休养。

玛纳斯县数字化预防接种中心投入使用

本报讯 通讯员赵善宾报道：近日，玛纳斯县总医院数字化预防接种中心投入使用。

2月8日，玛纳斯县居民黄波带孩子来到新成立的数字化预防接种中心接种手足口疫苗。核签系统全部采用数字化、预约、登记、叫号、接种、观察全程一站式服务。黄波说：“现在孩子接种疫苗真是既快捷又方便。”

据了解，该中心接种服务的对象包括城镇籍、本县户籍及外县户籍所有适龄儿童、成人。截至目前，已接种681人次、956针次。玛纳斯县总医院妇幼保健院区儿童保健科主任宋辉说：“在享受现代数字化技术便利的同时，我院儿童保健科还配置了先进的儿童保健设备，如骨密度、骨龄检测仪等，让孩子们在家门口就能享受到优质的医疗服务。”

健康视点

节日聚餐，关注“三高”之外的“第四高”

□本报记者 王昱晔 通讯员 贾佳



“不出正月都是年。”虽然春节假期早已结束，但亲友聚会仍频繁，酒足饭饱，加上不规律的生活作息，不少医院门诊的高尿酸患者数量明显增加。在人们的健康认知里，高血压、高血脂、高血糖这“三高”长期占据着关注焦点，大家却忽视了高尿酸病人越来越多且年轻化，大有与“三高”并驾齐驱之势。记者为此专门采访了昌吉州人民医院风湿免疫科主任陈海娟，请她介绍一下“三高”之外的“第四高”——高尿酸。

“第四高”潜伏在身边
昌吉市居民周先生就是一个

典型的例子。今年35岁的他，平时工作忙碌，难得春节与亲朋好友相聚。在年初五的家庭聚餐中，面对满桌美食，他尽情享受着牛羊肉、海鲜，还喝了不少啤酒。几天后，他突然感觉大脚趾关节剧痛，红肿得厉害，连鞋子都穿不上，走路更是钻心地疼。被家人送往昌吉州人民医院风湿免疫科检查后，他被确诊为痛风性关节炎，而罪魁祸首就是高尿酸血症。周先生懊悔不已：“真没想到一顿饭能吃出这么大的问题，以后可得注意了。”

陈海娟介绍说，尿酸是人体内嘌呤代谢的最终产物。通常嘌呤在肝脏氧化代谢后才变成尿酸，再由肾脏和肠道排

出，三分之一由肠道随粪便排出，更多的是经肾脏随尿液排出。如果体内积聚过多尿酸，就会造成痛风。痛风的发病基础是高尿酸血症，当血液中尿酸浓度高于正常时，就会以尿酸盐结晶的方式析出，沉积在关节、心血管、肾脏和胰腺等处，通常首先表现为突发性关节红肿热痛。

《2021中国高尿酸及痛风趋势白皮书》显示，我国高尿酸血症的总体患病率达13.3%，患病人数约1.77亿，相当于每十人中至少有一人受其困扰。尤其是在节日期间聚餐时，人们往往大吃大喝，此时更应警惕高尿酸带来的健康隐患。

高尿酸血症的危害

从昌吉州人民医院的门诊数据可以明显看出，近年来，因高尿酸血症或相关并发症前来就诊的患者日益增多。尤其是节假日后，痛风发作的患者显著增加。这些患者大多在节日聚餐时未能克制，大量摄入海鲜、动物内脏、浓肉汤等高嘌呤食物，同时饮用大量酒水，特别是啤酒。酒精不仅会促使身体产生更多尿酸，还会抑制尿酸排泄，导致尿酸急剧升高，进而引发痛风。

随着生活水平的显著提升，人们的饮食结构和生活方式发生了翻天覆地的变化。曾经被视为“奢侈品”的各类高嘌呤食物，如今已频繁出现在人们的日常餐桌上。高能量饮食如高脂饮食、高糖饮料、超加工食品的过度食用，果糖摄入增加，容易转化为尿酸。此外，蔬

菜、水果和全谷物等健康食物的摄入量不足，长期缺乏维生素、矿物质和膳食纤维，也会增加代谢性疾病的风险。

陈海娟指出，许多高尿酸血症初期患者并无明显症状，因而容易忽视。但长此以往，危害不容小觑。最常见的就是痛风，发作时关节剧痛、红肿，严重影响行动。此外，尿酸盐还会在肾脏沉积，引发慢性间质性肾炎，严重时甚至可发展为肾衰竭。不仅如此，高尿酸血症还与心血管疾病、糖尿病等慢性病密切相关，相互影响，增加患病风险。

专家教你远离高尿酸

为了有效预防和控制高尿酸血症，陈海娟给出以下建议：

合理饮食：节日聚餐时，要控制高嘌呤食物的摄入，如海鲜、动物内脏、浓肉汤等，可适当多吃鸡肉、鱼肉等白肉。

控制饮酒：尽量避免饮用啤酒和甜饮料，如需饮酒，应适量。同时，要增加白开水的摄入量，每天至少2000毫升，以促进尿酸排泄。

适度运动：避免久坐不动，坚持适度运动，控制体重，有助于维持正常尿酸水平。

定期体检：定期进行体检，监测尿酸等指标，以便及时发现问题并进行治疗。

“血压不降、麻药不睡、泻药不泻”？医保、药监这样回应

□新华社记者 徐鹏航 龚雯

今年1月，有专家在上海市两会期间反映某些集采药品可能存在质量风险，有关部门派员赴上海市调研了解情况。

网传集采药“血压不降、麻药不睡、泻药不泻”是否属实？集采药品质量是否有保障？记者采访了参与调研的医保、药监部门有关负责人。

一问：集采药品是否存在网传的质量问题？

对于“降压药血压不降”的说法，记者从国家医保局了解到，上海交通大学医学院附属瑞金医院提供了该院参与的苯磺酸氨氯地平集采中选仿制药与原研药对比的临床真实世界研究成果，显示“针对原发性高血压患者，采用原研及仿制氨氯地平治疗均能获得较好效果，可有效降低血压水平，且安全性相当”。这一研究成果已经公开发表。

对于“麻药不睡”的说法，瑞金医院在当面对交流后，对第九批集采麻醉药“丙泊乳剂注射液”的使用记录进行回顾性比较，纳入了2023年12月和2024年12月在肝胆外科病区接受全身麻醉的腹腔镜胆囊切除术患者。从麻醉全过程看，原研药与集采仿制药平均麻醉药用量无统计学差异。单独看其中的麻醉诱导期(麻醉全过程的起始阶段)，集采仿制药平均用量157mg，原研药平均用量146mg(集采药品和原研药品每支含量均为200mg)。

相关部门表示，在未发现“麻药不睡”、人均丙泊总用量无差异的情况下，麻醉诱导期仿制药人均用量略有增加，需收集更多数据分析研判。

对于“内镜检查肠道准备的泻药在临床使用中经常有反映疗效不佳”的说法，国家医保局有关负责人表示，经了

解，用于肠道准备的泻药主要是复方聚乙二醇电解质散剂，此药是第十批集采新纳入的品种，2024年12月30日刚刚公布中选结果，目前尚处于落地执行前的准备阶段，也就是说相关医院和医护人员尚未使用“集采后的泻药”。

二问：一致性评价能否保障药品质量？
国家药监局有关负责人回应称，我国的一致性评价方法采用了国际公认的严格标准，技术要求已与国际接轨。

该负责人表示，一致性评价是一整套质量评价和监管体系，药监部门不仅在上市审评审批时坚持严格标准，在药品过评上市后仍然坚持严格监管，要求企业严格按照申请一致性评价时的工艺生产，重大变更更须重新审批。

据了解，药监部门每年对国家集采药品实行中选企业检查和中选品种抽检两个“全覆盖”，目前覆盖了已使用的国家集采所有品种和涉及的600多家药品生产企业。过去几年，共有9个药品因质量风险被取消中选资格，其中6个是进口药(含3个原研药)，3个是国产药，相关企业均受到严肃处理。

对于仿制药“首仿以原研药为参照，后续仿制药再以首仿为参照导致仿制标准下降”的担心，该负责人介绍，一致性评价会严格遴选参比制剂，一般选择原研药品作为参比制剂，对照药品是唯一的，所有仿制药都以参比制剂作为对照，因此不存在这一问题。

三问：为何部分患者和专家会感到集采仿制药疗效不佳？
国家医保局有关负责人表示，对药物疗效进行科学公正准确地评价需要系统严谨的方法和过程。

以降糖药盐酸二甲双胍片为例，根据已经公开发表的真实世界研究结果，

糖化血红蛋白(<7%)的达标率，原研组78.9%、集采仿制组83.4%；空腹血糖(<8mmol/L)的达标率，原研组87.6%、集采仿制组83.8%。这两个达标率指标值互有高低，根据规范的统计学方法分析，两个达标率仿制药组与原研药组无差异。

该负责人表示，不论使用原研药还是仿制药盐酸二甲双胍片，均有20%左右的患者疗效不佳，患者需采用其他治疗手段或其他作用机制的药物。从20%的疗效不佳患者中选取出“证明”仿制药疗效不佳或原研药疗效不佳，都是不准确不科学的。

四问：集采是否会导原研药品全面退出中国？

国家医保局有关负责人表示，中国是全世界最重要的原研药市场之一。2018年以来的国家医保目录谈判中，进口药品有212个谈判成功，占谈判西药品的近50%。即使在竞争激烈的药品集中带量采购中，经过与仿制药同台竞争，也有30多种原研药中标。

该负责人表示，集采药品的协议采购量为医疗机构报告需求量的60%至80%，医院实际采购量达到相应规模即为完成采购协议，协议之外的部分，由医疗机构自主选择品牌，可以选择采购非中选原研药。

瑞金医院向国家医保局提供的数据显示，该院在引入24种集采降压药的同时，保留相对应的18个原研品种降血压药；抗菌药方面，引入48个集采品种，保留相应的21个品种原研药；麻醉药和肌松药中，在引入6个集采品种的同时，保留4个相应品种的原研药。

此外，据了解，部分药品的原研药实际上从未进入国内市场。

五问：下一步如何让更多百姓用药更安全？

有关专家表示，2018年以来的持续实践，既让集采政策和集采药品得到了临床检验，也让我国患者的主流用药实现了从“未过仿评制药”到“过仿评制药”的跨越。

据了解，仿制药是医药供给的重要组成部分。仿制药在全球大多数国家市场使用比例均比较高，其中美国仿制药处方占比达90%、日本约80%。

有关部门表示，将持续加强对药品质量的监管，对发现问题的药品和企业及时处置，并依法公开监管信息；持续鼓励临床一线医生用好药品不良反应监测信息平台，积极反馈药品质量风险线索；持续鼓励支持临床医护人员和医疗机构发挥专业特长、发扬专业精神，科学规范开展临床研究。

在进一步完善集采政策方面，国家医保局表示，将广泛了解药品接受日常监管情况，把存在较高质量风险的产品排除在集采之外；对于预计投标企业数量超过一定规模、竞争比较激烈的品种，提前进行强竞争预警，提示企业慎重决策，科学投标，理性报价；对偏离度高的最低报价予以重点关注，并请企业及时公开回应有关关切。

此外，集采申报期间，投标企业要签署质量承诺书，主动公开药品一致性评价研究报告及生物等效性试验数据、此前接受质量监督检查情况等。中标后，持续公开接受国内外药监部门质量检查情况，以及生产工艺、原辅料等变更及审批情况。

据悉，自2025年起，所有参与集采的药品必须具备药品追溯码，为药品质量监管提供支持。
(新华社北京2月9日电)

14省份117个统筹区实现医保个账跨省共济

新华社北京2月7日电 (记者徐鹏航、温竞华)记者7日从国家医保局获悉，截至2025年2月4日，我国已有14个省(自治区、直辖市)的117个统筹区开通医保个账，能够进行个人账户跨省共济。国家医保局将全力推动其他地区开通，持续优化相关业务流程。

目前已开通医保个账的省份有河北、内蒙古、上海、江苏、安徽、山东、河南、湖北、广东、重庆、四川、贵州、西藏、甘肃。其中河北、河南、安徽、西藏、四川、湖北6个省级医保部门在全省(自治区)域范围内全面开通医保个账。

2024年12月2日，国家医保局正式启动全国医保个人账户跨省共济，职工医保个人账户可以跨省用于本人近亲属缴纳居民医保和支付医疗费用。

据介绍，使用医保个账需要转账人和收款人所在的地区均开通了医保个账功能。参保人可以在手机应用商店下载国家医保服务平台App，注册登录后点击进入“医保钱包”进行查询。

使用医保个账向家人转账需要点击“医保钱包转账申请”，按照要求正确填写收款人信息、转账金额等，确认无误后点击“提交”，进行“人脸识别”或“医保密码验证”，完成验证后，即显示转账成功。

节后综合征不用怕 专家支招来调整



支招 新华社发 王 鹏作

新华社北京2月6日电 (记者顾天成)随着春节假期结束，许多人开始重返工作岗位，然而，不少人感到精神不振，甚至出现胃胀、胃痛等消化不良。这种在长假结束后重新投入工作所表现出的身心不适，可能是“节后综合征”。医学专家提示，节后综合征并非疾病，可以通过饮食调整、合理膳食、充足睡眠、适当运动来调节，从而加速恢复良好状态。

“节后综合征通常表现为精神不振、注意力不集中、工作效率低下等。”北京大学人民医院消化内科主任陈宇说，这些症状源于假期生活与日常工作间的巨大反差，导致身体和心理难以迅速适应。此外，假期中频繁摄入油腻、辛辣、生冷等食物，容易引起消化不良，出现胃胀、胃痛、反酸等症状。作息不规律、熬夜等行为也会扰乱消化系统的正常运作，导致胃酸分泌异常，进一步加重消化不良。

如何对节后综合征“对症下药”？专家建议，轻微的节后综合征可以通过自我调整来缓解。包括调整作息，确保每天按时起床、睡觉，让身体逐渐适应新的作息规律；注意饮食调整，多吃清淡易消化的食物，如蔬菜、水果、粗粮等，避免油腻、辛辣等刺激性食物，让肠胃逐渐恢复到正常状态。

陈宇表示，节后饮食可每餐吃到七八分饱，有助于维持消化系统的正常运作。吃东西时要充分咀嚼食物，让其变得更细碎，从而减轻消化系统负担，让身体更好地吸收营养。同时，每天要保证足够的水分摄入，多喝水消化系统才能更加顺畅。

根据国家疾控中心发布的节后综合征健康科普，适量运动对重新平衡生理和心理状态也必不可少。可以选择适合自己的运动方式，如慢跑、游泳、球类运动等，让身心都得到放松和愉悦。正确认识“节后综合征”，不必过分焦虑或担忧。可以设定一些小目标，如每天完成一定量的工作任务，逐渐找回工作状态，多与同事、朋友交流，分享彼此的感受，共同面对工作挑战。