

H 医线聚焦

“前阵子牙疼上医院，本以为会掏不少拔牙费，没想到门诊报销解决了很大一部分负担，牙好了，钱包也不‘疼’了！”海口市民张先生首次尝到职工门诊报销的“甜头”后，激动地说。

今年1月1日起，《海南省城镇从业人员基本医疗保险普通门诊共济保障管理办法(试行)》(以下简称《管理办法》)正式施行，海南建立职工医保门诊共济保障机制，将门诊医疗费纳入医保报销范围。如今，《管理办法》已施行半年，海南日报记者近日走访多家医院，了解政策执行情况。

门诊报销即缴即报 海南职工医保“门诊共济”带来就医实惠

职工医保“门诊共济”民众点赞惠民举措

本报记者 张琬茜 唐咪咪



门诊报销即缴即报 海南职工医保“门诊共济”带来就医实惠

职工医保“门诊共济”民众点赞惠民举措

本报记者 张琬茜 唐咪咪

6月21日上午，在海口市人民医院收费窗口，海口市民林女士刚刚缴完费，正仔细翻阅着每一张收据。常常替爸妈跑医院的她，对整个门诊报销流程早已熟记在心。“我前段时间来市医院看急诊，原本将近1800块钱的花费，靠报销就省下了大概1000块钱。”林女士说。

《管理办法》的出台实现了职工医保普通门诊报销的从无到有，也意味着享受职工医保待遇的人员看感冒、发烧等小病小痛，在普通门诊就可以报销费用。林女士正是这项政策的受益者之一。

记者了解到，《管理办法》在起付标准、报销比例方面进行了差异化规定。参保职工在一級及以下定点医疗机构就诊，起付标准为10元，报销比例达到70%；而在二级、三级定点医疗机构，起付标准分别提高至50元和100元，相应报销比例则分别为60%和50%。这些规定的调整旨在鼓励广大市民就近看病，通过报销多、少排队等优势提高职工的门诊就医体验。同时，《管理办法》还明确了职工医保普通门诊报销的年度最高支付标准，在职人员为1500元，退休人员为2000元。参保职工可凭借身份证件、医保电子凭证或社会保障卡就医。

采访中，不少患者表示，门诊报销不仅让广大职工享受到了实惠，也一定程度上减轻了门诊就医的负担，是实实在在的惠民举措。

登录“海南省人民医院”微信小程序，点击“缴费”，系统就会自动计算出报销金额和应缴金额，一键便可完成普通门诊医疗报销。自《管理办法》出台后，海南省人民医院迅速开发了一款针对门诊报销的小程序，让患者轻松实现即缴即报。越来越多的患者也通过使用小程序，了解门诊报销的相关规定，熟悉门诊报销的流程。

“很多患者可能不知道出台了这样一项政策，所以我们希望通过多种多样的宣传方式让更多人深入了解，并学会如何操作。”海南省人民医院医保部工作人员俞书霞说。截至6月21日，共有32万人在海南省人民医院享受到职工门诊医保报销政策，累计报销医疗费约3200万元。

门诊报销流程也在患者层面被极大地简化。“我上个月到省肿瘤医院开药，缴费时已经是扣除了报销部分的金额。”海口市民王女士表示，自己对门诊报销政策并不了解，还是在医务人员的提示下知道了门诊可以报销，并且不需要额外办理，一键缴费就能完成报销。

此外，为了推行这项政策，海口市第三人民医院还在全院进行了培训，其中门诊医生重点培训，便于就诊时主动告知患者政策信息；海口市人民医院缴费窗口旁开设了医保经办窗口，方便及时解答患者在缴费时遇到的问题……

去年4月，国务院办公厅印发《关于建立健全职工基本医疗保险门诊共济保障机制的指导意见》，要求各省市可设置3年过渡期，逐步实现改革目标。而海南提前两年就让改革红利惠及全体职工，彰显了海南自贸港速度。

当前，海南职工医保门诊共济保障正进一步加强政策落实和执行。回看这半年施行成效，仍有部分问题有待解决和完善。对于一些社区医院、卫生服务站等一级及以下定点医疗机构，还存在着政策尚未落地的情况。

6月中旬，海口市民吴女士因感冒咳嗽，到海口市某卫生服务站就诊，开了一些普通的感冒药。当吴女士询问工作人员退休职工能否报销时，却被告知暂时还未收到通知，因此无法报销。对此，吴女士表示，希望社区医院等能加快施行相关政策，让更多人享受福利。

此外，在门诊报销流程中，也有不少患者因政策了解不透彻而产生诸多质疑。例如，有部分患者不清楚医保药品报销目录包含哪些药品，误以为所有药品都能报销；报销时只能看到报销金额及应缴金额，但不知道如何查询报销额度还剩多少；忽略起付金额，质疑报销金额少……

对此，俞书霞表示，院方也正在抓紧向有关部门反馈问题，并提出解决方案建议，以进一步完善门诊报销流程，让更多患者享受职工医保门诊共济保障。

数说“门诊报销”

1. 普通门诊费用的起付标准是多少？

一级及以下定点医疗机构普通门诊报销年度起付标准为10元；二级定点医疗机构普通门诊报销年度起付标准为50元；三级定点医疗机构普通门诊报销年度起付标准为100元。

2. 普通门诊年度累计最高支付标准是多少？

在职人员1500元，退休人员2000元。

3. 不同级别的定点医疗机构普通门诊报销比例一样吗？

一级及以下定点医疗机构看病，从业人员医保普通门诊费用统筹基金支付70%，二级为60%，三级为50%。



制图/许丽

健康海南行动

H 门诊连线

打耳洞竟长出大疙瘩？

医生：警惕耳部瘢痕疙瘩

■ 本报记者 侯赛

爱美之心人皆有之，耳环是很多女性的必备美颜神器。然而，有些人打完耳洞后，耳朵上长出来一个“肉疙瘩”。这种疙瘩不仅影响美观，有的还会产生难以忍受的瘙痒和刺痛感，无法自行消除。

近日，海口市人民医院核医学科接诊了一位患者小晴(化名)。刚参加完高考的小晴与同学一起在海口一家美容机构打了耳洞，可耳环还没戴上，耳洞边就长出了一个蝴蝶形状的大疙瘩，还一直在增大变硬，这是怎么回事呢？

海口市人民医院核医学科主任姜圣男介绍，瘢痕疙瘩，医学上称之为瘢痕疙瘩，是患者皮肤损伤愈合之后，皮肤缺乏修复功能形成的过度生长的异常疤痕组织。小到打耳洞，大到手术留下的刀疤，都有可能形成瘢痕疙瘩。其特点是具有持续性的、强大的增生力，范围超过原有病变位置、并向周围正常皮肤扩张。其形状也会呈蝴蝶状、圆形、不规则形等。

极少数患者身上的瘢痕疙瘩在时隔一段时间后会自行逐渐消失，大部分患者身上的瘢痕疙瘩会随着时间发展，由小到大，由软变硬，颜色逐渐变得暗红发亮，且治疗难度加大。而且，瘢痕疙瘩还有一定遗传性，如果身边亲人曾长过瘢痕疙瘩，那就更要更多注意。

姜圣男建议，疤痕体质的人尽量不要打耳洞。打耳洞尽量选择有资质的医疗美容机构进行，打完耳洞后，要注意保持伤口干洁，注意局部卫生，对伤口勤消毒、勤换药、避免感染。

若发现自己出现类似瘢痕疙瘩症状也不要惊慌，应该及时选择专业的治疗手段。临床治疗方面，由于手术切除复发率较高，除了体积较大的瘢痕疙瘩建议进行手术切除外，目前对瘢痕疙瘩多以药物治疗、注射抗瘢痕针以及同位素敷贴治疗为主。同时，瘢痕疙瘩患者也要注意保持局部的卫生，饮食上以清淡为主，忌食辛辣刺激性食物，避免阳光直射。

H 海南中医药·传承与创新

趁热打“贴” 三伏天又来了！

冬病夏治是指运用中医传统疗法配合一年中阳气鼎盛之期治疗冬天易患、易发之疾。天灸疗法是中医的独特疗法，而三伏贴是冬病夏治的常用疗法。至今已有2000多年的历史，其通过外敷药膏对特定穴位进行温热刺激、升发阳气、促进血液循环，以达到清宣肺气、温脾益肾、止咳平喘、散寒通络、活血止痛等作用，可预防和治疗多种疾病。

三伏贴的适应症

1. 呼吸系统疾病：哮喘、支气管哮喘、过敏性鼻炎、慢性鼻炎、慢性支气管炎、慢性咳嗽、感冒后咳嗽、慢性咽喉炎、体虚容易感冒者。

2. 消化系统疾病：慢性胃炎、慢性结肠炎、胃肠功能紊乱、肠易激综合征、慢性泄泻等证属寒湿型。

3. 疼痛性疾病：颈椎病、肩周炎、腰肌劳损、膝关节炎、网球肘、腰腿冷痛、四肢冷麻、坐骨神经痛、风寒头痛、痛经等证属寒湿型。

4. 其他包括：产后风、宫寒、月经不调、中风后遗症、面瘫、免疫功能低下、夜尿频多、小儿遗尿、小儿流涎等证属风寒湿型。

适用对象

6个月以上的孩童及成人。

禁忌症

疾病急性发作期、发烧期、女性经期、孕期、肺结核患病期、阴虚火旺体质等。

疗效周期

一般来说，三伏贴为一年3至4次，连续贴敷3年为一个疗程。疗程结束后，可继续进行贴敷，以巩固或提高疗效。

贴敷时间及注意事项

1. 成人一般贴敷2至4小时，儿童一般贴敷0.5至1小时。如贴敷后出现刺痒难忍、灼热、疼痛感觉时，应立即取下膏药，禁止抓挠，一般可自行痊愈。

2. 贴敷后局部皮肤微红，有轻微发热量、灼痛感，或有色素沉着、轻度瘙痒均为正常反应。

3. 如贴敷皮肤出现水泡，应注意保护好创面，不宜擅自涂搽药膏。

4. 贴敷期间应禁食生冷、油腻、辛辣等刺激性食物，不吃肥甘厚腻、生湿助湿的食物，禁食海鲜等易发食物。

(海南省人民医院供稿)

“不融化”的雪糕真不安全吗？

H 食话实说

本报记者 侯赛



调查：市面雪糕中食品添加剂种类不少

“这一支雪糕里居然含有10多种添加剂，到底是吃雪糕还是食品添加剂？”海南近期天气炎热，家住海口的蒋女士一口气给儿子批发了一箱不同品牌的雪糕。可买回来后，又不敢给儿子吃了。因为她发现雪糕包装上，配料表的食品添加剂一栏中，密密麻麻写着10来个陌生词汇。

“羧甲基纤维素钠、瓜尔胶、刺槐豆胶……这些都是什么东西啊？”蒋女士心里有些纳闷又感到十分担心。带着蒋女士的疑问，海南日报记者记者在海口海甸岛的两家超市购买了10款比较畅销的雪糕。

海南日报记者对比发现，在这些雪糕的产品配料表中，除了牛乳、奶粉、植物油、白砂糖等主要配料外，食品添加剂的具体成分都被单独标出，种类平均在10种左右。面对这些名目繁多的食品添加剂，乍一看确实让人有些摸不着头脑。

探究：“不融化”的雪糕真不安全吗？

一支小小的雪糕需要如此多食品添加剂吗？记者联系了海口市人民医院临床营养科主任徐超。

“雪糕主要是由糖、油脂、奶粉、水和食品添加剂组成的。没有食品添加剂，雪糕就不会有我们现在吃

等食品添加剂所致，“不融化”的雪糕能吃吗？

添加了食品添加剂的雪糕就不安全了吗？消费者该如何选择健康的高品质雪糕？海南日报记者就此采访了海口市人民医院临床营养科主任徐超。

过量添加就会产生安全问题，比如即便是大家都认为安全的食盐，过量食用，照样会中毒。

选择：看配料表选择健康品质雪糕

目前市面上的雪糕种类已经比20年前丰富太多了，各种口味、颜色，琳琅满目，价格也从几元到几十元不等。如何挑选到健康的高品质雪糕呢？

徐超提醒消费者，要选择健康的高品质雪糕，首先要学会看配料表。如果配料表中排在前两位的是水和白砂糖，其次才是乳粉或植物油，就说明该雪糕中牛奶的含量很低。如果排名首位的是鲜牛奶或稀奶油，其次是各种糖，那么它的奶味来源就是真正的牛奶，蛋白质也以牛奶蛋白为主。一般来说，牛乳越多，品质越佳，成本就越高。

在购买巧克力口味的雪糕时，一定要在配料表中看到巧克力。雪糕中加的是可可脂、可可粉还是代可可脂，差别是巨大的。

可可脂可降低血液中胆固醇含量、保护血管弹性、软化血管、防止动脉粥样硬化等，还可以调节情绪。代可可脂在制备的过程中可能会带来两个健康问题：原植物油中的不饱和脂肪酸，会转变为饱和脂肪酸，从而丧失了调节血脂的能力；植物油在氢化的过程中可产生部分反式脂肪酸，反式脂肪酸在我们的体内难以被代谢掉。

入伏：7月15日

中伏：7月26日

中伏加强：8月5日

末伏：8月15日

网购牙套靠谱吗？

“隐形牙套9块9包邮”“网购牙套7天快速矫正”……如今，越来越多的牙齿矫正产品充斥各大网购平台，并吸引了不少消费者。网购牙套与正规牙套的差别在哪？

网购牙套在佩戴过程中，由于无法贴合牙齿，导致原本不是很直的牙齿中线出现偏移、咬合创伤，而且由于网购牙套没有得到专业医生对效果的监控，矫治力不合理，可能让牙齿出现疼痛、脱落和颞下颌关节功能紊乱等，网购牙套生产成本低，口中戴着一副材料不明的牙套，等于每天在吞食不明材质。

牙齿正畸过程需要医生与正畸者相互配合，将不整齐的牙齿通过托槽排列整齐。并且，需要进行一个精细口腔及面部的检查，需要医生根据每位患者的不同口腔情况，进行精准诊断，精确定制治疗计划，完成这些的同时，专科医生通过拍片、口扫、取模、矫正器等辅助工具来准确实施诊疗计划，完成治疗。

而网上购买的牙套不能因人而异，无法有效贴合牙齿，更不能有效矫正牙齿，在没有专业医生操作下，个人进行操作，会对牙齿产生无法逆转的伤害。

温馨提醒：矫正牙齿需要到正规的专科医院就诊，根据牙齿畸形的情况，佩戴合适的矫治器，并遵循医嘱，才能达到理想的矫正效果，既能纠正牙齿咬合关系让口腔健康，又能达到变美效果。

(文/何)

海南泰康拜博口腔医院

诊疗科目：
口腔种植 牙周科 预防口腔专业
口腔颌面外科专业 医学影像科
口腔科 口腔修复专业
口腔正畸专业 医学检验科

咨询预约热线
0898-36351111
地址：海口市龙昆南路5号(白坡里公交站旁)