

## H 医线聚焦



最近到医院看病就医的人群会发现有个变化，放射类检查的价格便宜啦！曾经习惯检查后拿到手的实体胶片，现在没有了，实体胶片从“默认收费”转为“按需购买”，患者有了选择权，而且多部位、多体位检查收费有了上限。

今年6月，海南省医疗保障局和海南省卫生健康委员会联合发布《关于规范放射检查类医疗服务价格项目的通知（试行）》（以下简称《通知》），自2025年6月16日起，我省对部分放射检查类医疗服务价格项目进行调整，就诊的患者，将按新的放射检查类收费标准执行。

新收费标准执行月余，近日海南日报全媒体记者采访发现，曾经动辄四五百元的放射类检查项目，得到普遍降价，减轻患者就医负担。

# 放射检查费“瘦身” 在海南做CT、MRI都便宜了

海南日报全媒体记者 马珂

海南本次调整

共规范整合191类341个项目

统一整合为26类93项

如“X线摄影成像”“X线造影成像”

“计算机体层成像(CT)平扫”等

细化了服务内容，明确了收费标准

废止项目241项

合并或优化了原有项目

避免重复收费

制图/许丽



## H 医技台

# 雨林蚂蟥 治病高手

■ 海南日报全媒体记者 张期望

喜欢在热带雨林徒步的人，最怕突然之间脖子和脚踝处多了一条软绵绵的东西，大口吸食你的鲜血。你用手拍，还不一定能拍掉，必须慢慢将其从身上扯下来。这条让你讨厌的“虫子”就是金边蚂蟥，如今已经在海南省人民医院白沙分院、琼中中医院、保亭中医院成为治病高手。

今年55岁的符菊女士，右下肢静脉曲张已有10余年了。6月份，她前往省人民医院白沙分院寻医问诊。诊断后，医生将3条金边蚂蟥放在其静脉曲张表皮处。30分钟后，饱食的金边蚂蟥被取下，被其吸食表皮伤口处，淤血依旧不断往外冒。此时，医生并未采取止血措施，而是等伤口处血流变小后才在上面外敷凝血散并包扎。

“这种疗法，在我们医院被称为金边蚂蟥活体外用疗法。”省人民医院白沙分院推拿康复科副主任医师吴薇薇介绍，其原理就是通过蚂蟥在吸食过程中释放具有抗凝血功能的水蛭素和溶栓功能的失活酶，除了清理符菊静脉曲张处的淤血，同时溶解血栓，最终助力患者血管软化和机体恢复。

水蛭疗法在我国早已有之。水蛭疗法古称“蜞针疗法”，唐代陈藏器《本草拾遗》中的“蜞针疗法”，就是指用吸血蚂蟥来治疗脉络淤堵及疮疡之法。神农氏的《神农本草经》、东汉张仲景的《金匮要略》、明代李时珍的《本草纲目》等古籍均有记载。清末《内科新说》也有记载：“蛭，一名蚂蟥，一名水蛭，以黄色金边为上，不大不小者合

用。”

“其实，在海南岛早就有了金边蚂蟥治病的记载，我们医院的水蛭疗法源自黎医总结的经验。”吴薇薇介绍，海南金边蚂蟥学名叫菲牛蛭，其活体外用治疗技术是海南岛黎族先民千百年来，在日常疾病治疗过程中总结出来的，是黎医的特色外治技术。除了可用于活体外用疗法，水蛭本身也是一味中草药，将其晒干碾末服用，有破血逐瘀、通经、息风止痛、抗凝血、抗血栓等功效与作用，可治疗血瘀经闭、癥瘕痞块、跌打损伤、风湿痹痛等病症。

目前，省人民医院白沙分院金边蚂蟥活体外用疗法主要用于颈动脉斑块、颈椎病、脑血管意外后遗症、高血压、高血脂、冠心病等心脑血管相关病症，以及风湿（类风湿）性

关节炎、痛风等由机体阴阳失衡、气滞血瘀引起的多种病症，且疗法操作简单、易于掌握，没有药物毒副作用。之前，这一疗法并未全面推广开，主要是因为金边蚂蟥依赖于野外采集，净化处理流程比较繁琐，限制了应用。即使是在过去，也仅有少数黎医愿意采用金边蚂蟥活体外用疗法。

省人民医院白沙分院自今年6月份推出金边蚂蟥疗法之后，已有40余人次接受了治疗，疗效良好。目前，该院已与海南医科大学共同成立了海南首个黎医特色医用海南金边蚂蟥（菲牛蛭）养殖基地，年产医用金边蚂蟥超10万条，以确保医用蚂蟥质量可靠、安全可控，也为金边蚂蟥活体外用疗法在省内各医院推广解决原料供应难题。

## H 门诊连线

## 穿对鞋 守护脚

■ 海南日报全媒体记者 王洪旭

鞋合不合适只有脚知道。“穿对鞋”不仅走路舒适，还能守护足部健康。那么，生活中哪些穿鞋行为会对脚造成损伤？如何才能选对鞋、穿对鞋呢？近日，海南日报全媒体记者采访了海南医科大学第一附属医院关节外科副主任医师云大科，为大家释疑和支招。

足部健康是人类站立和运动的根基，但由于足部疾病症状隐匿，很容易被忽视而延误治疗，影响生活质量。云大科介绍，目前临幊上较为常见的足部疾病的患者有扁平足、马蹄足、拇外翻及跟痛症，以及先天性疾病导致的足部疾病患者。其中，有不少因穿高跟鞋导致足部疼痛的患者，是因为高跟鞋的鞋头比较窄，会挤压脚趾，使大脚趾向外倾斜（我们常说的拇外翻），引发脚部疼痛；高跟鞋的鞋跟过高，还容易引起崴脚，对膝关节也有影响。此外，长期穿洞洞鞋可能导致脚气等疾病，建议洞洞鞋要选透气性好的，要与其他鞋换着穿。

“鞋不适合会伤脚，鞋垫不合适也会伤脚。”云大科表示，鞋垫过硬可能导致足跟痛、脚底痛，建议穿宽松一点的鞋，使用软一点的鞋垫；如果运动多后脚痛且不知道自己是否是扁平足的人，建议到医院关节外科等相关专科就诊，经专科医生评估后选择更好的矫正方法。对于扁平足的人，普通的足弓鞋垫临床帮助不大，建议定制专门的鞋垫。

如何选择合适的鞋呢？云大科表示，首先，应该选择宽松、稍大一点的鞋，鞋头处应能让拇指露出约1厘米（一横指左右），以保证舒适度；其次，鞋垫以软为宜，鞋底厚度需兼顾硬度和软度的舒适度，避免过薄，尤其是扁平足者，穿薄底鞋易磨损内侧；第三，选鞋应与使用场景适配，比如运动时建议穿运动鞋，日常生活可根据情况选择凉鞋、运动鞋等，但需注意活动便利性；第四，一旦出现脚底痛、脚趾痛等症状，应及时就医，排查是否为扁平足或其他足部问题，避免延误治疗；若有甲沟炎等因素引发的足部症状，也建议就医检查。

此外，体重管理对于足部健康也十分重要。如果一个人的体重超标，其双脚承受的压力会成倍增加，长期如此会导致足底筋膜炎、拇外翻等足部疾病，甚至影响身体的整体平衡和步态。对此，云大科建议，体重超重、肥胖的人群要科学减重，减轻足部的压力，更好地保护足踝健康，享受高质量的生活。

## H 医卫小贴士

## 八成人缺一种脂肪

欧米伽3脂肪酸（以下简称“欧米伽3”）是人体不可或缺的不饱和脂肪酸，在维持正常生理功能和促进健康方面发挥关键作用。但这种营养素在人体中无法自行合成，必须通过饮食获取，主要来自深海鱼类。近日，美国凯斯西储大学研究团队综合多项来自心血管、营养、环境等领域研究指出，目前全球85%的人口从饮食中摄入的欧米伽3不足，显著增加了健康风险，而海洋环境恶化则导致全球范围内欧米伽3短缺加剧。

复旦大学附属中山医院营养科副主任医师高键表示，欧米伽3摄入不足，以及由此引起的欧米伽3和欧米伽6之间摄入失衡，需要引起关注。作为脂肪酸中的一对搭档，欧米伽3和欧米伽6既相互依存又彼此竞争，共同助益人体健康。在构建细胞膜时，欧米伽3负责软化细胞膜，使其保持弹性，而欧米伽6则负责为其提供一定硬度，二者协同作用，才赋予了细胞膜韧性和弹性。历史上，人类饮食中欧米伽3和欧米伽6摄入比例约为1:4，这是理想的平衡状态。但在现代饮食中，人们往往吃太多精炼植物油、禽畜肉等，以至于欧米伽6摄入量通常是欧米伽3的10倍，甚至20倍，对健康构成潜在威胁。

高键表示，欧米伽3的几大成分各司其职：DHA促再生，EPA抗炎症， $\alpha$ 亚麻酸防沉积，对维持健康具有不可替代的作用，堪称人体的“全能健康卫士”，具有健脑益智、改善视力、养护血管、促进代谢、抑制炎症、缓解焦虑和保护皮肤等功效。



椰子油含有丰富的欧米伽3脂肪酸。 资料图

本刊指导单位：  
海南省卫生健康委员会