



# 做好“三张答卷” 守护人民健康

## 全市基本医疗保险参保率达97.38%脱贫人口全部纳入基本医保保障范围

### 民生头条

本报讯(通讯员 伊菊)市医疗保障局坚持以“赶考”姿态将“民之所盼”化为“心之所向”,用实际行动全心全意为人民服务,永葆“赶考”的清醒和坚定践行好群众路线,做好守护人民“三张答卷”。

#### 做好民生答卷

全力推进医保全民参保。构建多层次参保组织体系,多渠道、多形式、高频次开展医保政策和参保缴费宣传;优化参保缴费服务,线上拓展缴费渠道,线下设置老年人、残疾人和退役军人优先办理窗口。目前,全市基本医疗保险参保人数共165.3万人,参保率达97.38%。全力守护医保基金安全,完善部门联动机制,加强三省基金监管区域协作,

与铁岭市医保局开展医保经办机构基金监管专项检查交叉互检,强化监管高压态势。组织开展全市医保基金监管安全规范年行动,全力化解因病返贫致贫风险。优化医疗保障综合帮扶政策,健全防范和化解因病致贫返贫长效机制,精准实施医疗救助,四平地区36887名脱贫人口全部纳入基本医保保障范围,实现“应保尽保”,参保率达到100%。

#### 做好改革答卷

完善医保目录动态调整机制,全面执行国家医保药品目录,抓好国家谈判药品“双通道”管理,做好高值医用耗材集中采购,组织和指导定点医疗机构与医药企业签订冠脉支架、人工晶体、冠脉球囊16类医用耗材的集采,累计平均降幅69.21%。稳步推进DRG医保支付方式改革。积极推进DRG试点医疗机构实际付费,新增实

际付费医疗机构19家,三级医院覆盖率达到100%。“病案质控规则”和“付费审核规则”被省医疗保障局确定为全省执行标准。推动医保服务“码”上办,目前全市166家定点医疗机构和853家定点零售药店全部开通使用医保电子凭证,激活电子凭证参保群众172万人,激活率达94%,让千家万户享受便捷的医保服务。

#### 做好服务答卷

优化医保关系转移接续,节省参保人员办理时间。基本医保跨省接续转移时间由原来45个工作日压缩为15个工作日。简化异地就医备案流程,提升异地就医结算服务便利性。异地长期居住人员登记备案后,未申请变更备案或参保状

态未发生变更的,备案长期有效。延伸医保服务“触角”,提升医保服务效率便利度。5种慢病“跨省享”;扩大门诊慢性病定点范围,医保结算“合理化”,参保人员门诊就医时,优先以门诊慢特病、双通道药品待遇进行结算。

## 社区那些事

### 传承书画艺术 弘扬传统文化 北体社区掀起中国书画学习热



本报讯(全媒体记者 孙莹)为传承弘扬中华优秀传统文化,丰富社区居民文化生活,9月4日,铁西区仁兴街道北体社区在好人书屋开展了“翰墨飘香”书画培训。培训活动邀请市老年书画研究会副会长依长江为大家传授书法及中国画知识,并现场为社区居民展示不同笔体的书画技巧,让居民“零距离”感受笔墨香韵的奥妙,体会中国绘画的魅力。活动精心安排了现场创作、研习教学,给居民文化交流搭建了一个良好的平台,营造了浓厚的社区文化气息。仁兴街道北体社区相关负责人表示,将持续开展书画培训活动,为辖区居民营造良好的学习氛围和社会环境,让他们在学习生活中感受中华优秀传统文化博大精深,创作更多更好的作品,传承书画艺术,弘扬传统文化。

### 北沟社区为居民讲法送法

本报讯(全媒体记者 崔圣驰)近日,铁西区北沟街道北沟社区新时代文明实践站开展“守正道 送新风”普法宣传大讲堂活动,提高居民学法、用法、知法、守法意识。活动中,北沟社区新时代文明实践站负责同志用通俗易懂的语言,介绍了《民法典》及《婚姻法》《妇女权益保障法》等相关法律法规的重点内容,特别对离婚冷静期、遗产继承、夫妻共同债务界定等居民关心的热点问题进行了讲解。通过讲解,引导居民善于运用法律武器维护自身合法权益。宣讲活动中,宣讲人希望居民树立自觉守法、遇事找法、解决问题靠法的意识,营造社区内学法用法的良好氛围。北沟社区相关负责人表示,将持续开展普法宣传活动,倡导居民群众积极参与到普法宣传活动中来,使法律观念更加深入人心。

## 科普之翼

四平市科协 四平日报社



## 网络安全知识知多少

### 一、上网前做哪些来确保上网安全

首先,你需要安装个人防火墙,利用隐私控制特性,你可以选择哪些信息需要保密,避免不慎把这些信息发送到不安全的网站。其次,及时安装系统和其他软件的补丁和更新,基本上越早更新,风险越小。同时,防火墙的数据也要记得及时更新。

### 二、浏览网页时如何确保信息安全

采用匿名方式浏览,你在登录网站时会产生一种叫cookie(即临时文件,可以保存你浏览网页的痕迹)的信息存储器,许多网站会利用cookie跟踪你在互联网上的活动。你可以在使用浏览器的时候在参数选项中选择关闭计算机接收cookie的选项。

### 三、网上购物时如何确保信息安全

网上购物时,确定你采用的是安全的连接方式。你可以通过查看浏览器窗口上的闭锁图标是否关闭来确定一个链接是否安全。在进行任何的交易或发送信息之前阅读网站的隐私保护政策,因为有些网站会将你的个人信息出售给第三方,在线时不要向任何人透露个人信息和密码。

### 四、电信诈骗

是指犯罪分子通过电话、短信或网络方式,编造虚假信息,设置骗局,对受害人实施远程、非接触式诈骗,诱使受害人给犯罪分子打款或转账的犯罪行为。防范:遇事要多想、多问、多商量;170、171号段属于虚拟运营商,被诈骗分子大量利用,要留心来电口音和号码归属地;不要通过ATM机向陌生人转账;发现被骗后第一时间拨打110报警。

### 五、钓鱼网站

指不法分子仿冒真实网站地址以及页面内容,或者利用真实网站漏洞在某些网页中插入危险代码,以此来窃取用户银行或信用卡账号、密码等个人资料。防范:要察言观色,留意网站配色、内容、链接等细微之处;要注意提示,已被举报加入黑名单的网站安全浏览器会提示“危险网站”;要辨别网址,不盲目相信搜索引擎的推荐,不乱点击邮件、微信、微博、短信中的网址。

### 六、假冒热点

手机上网有点贵,蹭网可省流量费。免费热点遇见就连,当心背后有风险。攻击者利用人们节省流量费的心理架设假冒的Wi-Fi热点,对受害人进行窃取数据、注入恶意软件、下载有害内容等侵害。防范:不占便宜蹭Wi-Fi。

### 七、恶意二维码

二维码大量用于信息获取、广告推送、优惠促销、防伪、支付等活动。不法分子通过各种途径传播恶意二维码,使用煽动性的话语诱导用户扫描、下载和安装木马。防范:不扫描不明来源的二维码,要辨清真假,要求转账或下载软件时要注意辨别资金去向和软件来源。

(来源:吉林科普微窗)



为确保秋季新学期广大中小学生出行安全,近日,市公安局铁西交警大队加强执勤力量,维护辖区中小学校园道路交通安全秩序。

全媒体记者 崔圣驰 摄

## 爱心慰问 传递温情

### 铁东区政协委员看望孤寡老人

本报讯(全媒体记者 崔圣驰)近日,铁东区政协开展“关爱孤寡老人,传递浓浓温情”走访慰问送温暖活动。活动中,铁东区政协六组委员带着慰问品走进铁东区叶赫满族镇营盘村孤寡老人家中,与老人促膝谈心,在详细了解老人生活与身体状况后,叮嘱老人饮食要注意卫生,日常行动要注意安全。同时叮嘱村里的工作人员要照顾好老人,及时了解老人们的需求,不断提高老人们的生

活质量。面对政协委员的关心,孤寡老人的脸上无不洋溢幸福的笑容,感激之情溢于言表。

“作为一名政协委员,能为老人们做点事情,尽一份社会责任和义务,自己感到非常开心和荣幸,希望自己的这个举动,能带动更多的爱心人士关爱孤寡老人,让老人们充分感受到社会大家庭的温暖,进一步弘扬中华民族尊老、敬老、爱老、孝老的传统美德。”政协委员于海洋说道。



## 年轻人中意中药饮方 优秀传统文化时尚不减

### 街谈巷议

乌梅30g、陈皮8g、薄荷8g、桑葚8g、山楂20g、甘草5g……这段时间,一股酸梅汤的中药饮方火出圈,成为风靡网络的“时尚养生方式”。可以现煮现喝,甚至还能根据个人体质调配药材,如此实惠、方便又好喝的中药茶饮吸引了不少年轻人,令广大网友感叹“原来打败奶茶店的居然是中药房”。

在奶茶、汽水、咖啡等饮品研发竞争愈发激烈的今天,各种花式新品也令广大消费者应接不暇、褒贬不一。这种情况下,早就拥有极高国民度的酸梅汤又何以迅速“突出重围”,收获广泛好评?事实上,这恰恰反映出大众心底对中医药传统文化的认可与信赖。从客观角度讲,相较于市

面上许多商业化产品可能含有的添加剂及食品安全风险,中药饮方具备药理学原理,材料安全透明,让人喝着放心,更能赢得消费者青睐。从现实反馈看,许多人品尝中药酸梅汤后纷纷表示其“风味独特”“价格美丽”“健康养生”,完全凭实力打败市面上各种甜腻饮品,更“点亮”了传统配方的“当代优势”。可以说,随着健康饮食的养生观念越发深入人心,中医药文化始终坚守的健康养生理念与实践经验,也与当下的时代节奏和大众需求更加契合。

同样值得关注的是,一服中药饮方之所以不必费心营销就能持续热卖,一定程度上还源于年轻群体对中医药文化的热情呼应和积极推广。如今,有更多年轻人愿意亲近中医药文化。面对底蕴深厚的中医药传统文

化,他们更乐于主动挖掘其中的丰富内涵,培养自身对于优秀传统文化的积极向往和美好旨趣。无论是开方抓药还是记录感想,其实都是他们主动亲近、学习、理解、传播优秀传统文化的方式,其效果价值往往更胜于传统形式的科普与说教。

在更大意义上讲,此次中药饮方的火热,也是优秀传统文化展现自身时代活力与价值的案例。这同样启发我们,要想更好弘扬博大精深的中医药传统文化,不妨让其更主动贴近当代人的工作生活,用中医药的文化魅力和真材实料吸引大众关注、感悟其中内涵。在这方面,已有不少中医借助网络,在社交平台成为“网红”,以专业知识开展科普、讲述养生之道,收获各年龄群体的欢迎。在互联网“牵线”下,更多人开始尝试通过线上、线下等方式进行问诊,

亲身感受中医之效。从数据上看,截至2022年年底,我国社区卫生服务中心和乡镇卫生院已建成中医馆4万余家,近年来,我国积极加强基层医疗卫生机构中医馆建设,提升基层中医药服务能力。这些可喜事实都生动表明,中医药文化绝不是神秘晦涩的文字,它完全可以被大众更方便地接触、感知,借助多元渠道“活起来”“旺起来”“潮起来”。

小小一服中药饮方,既可养生,也能培养人们对优秀中医药文化的自信与认同。中药酸梅汤供不应求、掀起社交媒体热潮的事实更有力说明,这届年轻人有自己的方式把优秀传统文化“宠成时代顶流”。相信在广大公众的普遍热情、包容与探索中,中医药传统文化的优秀传统可以更好地展现自身底蕴、绽实力“出圈”,激发更大的时代魅力与光彩。(陈之琪)