

2012中老年医疗保障手册正式发行

我省慢性病患者,多项免费补贴,尽在医疗保障诊疗手册
办理热线0371—60203366

健康工程,全面启动,让利于民惠于民

凡我省住院或门诊患者,均可免费预约申请

从中国慢性病管理大会获悉,目前中国老年人心脑血管等慢性病发生率居高不下,90%以上的中老年人都患有不同程度的高血脂、高血压、高血糖症等慢性病。我国名老中医史世军主任说,去年全世界死于心脑血管病者达1530万人,并且还在不断增长。我国名老中医李秀庚主任接着补充道:“据我近几年的临床观察,发现老年病出现了年轻化的势头,这

值得大家注意。”

为更好落实新医改政策,推动河南省中老年疾病预防与治疗工作,中国中老年保健基金会联合我国首批名老中医定点医院——河南省现代医学研究院医院特启动“中老年基本医疗保障工程”。据了解,此次工程由我国中医药领域的众多名老中医领衔,中医名家强强联合,为中老年朋友提供坚实而全面的健康保障,河南慢性病患者

者受益人数将高达数百万。

据悉,河南省2012年中老年基本医疗保障工程是一项社会公益事业,具有我省户籍的心脑血管病、糖尿病、三高症、骨关节病等慢性病,以及医保范围以外的诸多疾病患者,均不受身份、种族及家庭背景、经济状况等的限制,凡在该院住院或门诊的患者,均可申领《河南省2012年中老年基本医疗保障诊疗手册》。

百种疾病早查早治;领杂志、约专家,全免费
门诊、住院都能积分,花出去的钱重复“花”

从2012年中老年基本医疗保障工程了解到,凡持有《2012中老年基本医疗保障诊疗手册》,可享受多种检查和治疗优惠:

1.可享受每年一次免费体检,并作为核心内容长期推广,来帮助广大中老年朋友加强疾病预防与治疗,并形成良好习惯。内容包括:免费体检项目包括心电图检测、血糖检测、尿常规检测、血常规检测、肾功能检测、血脂检测、肝功能检测、血流变检测等检测项目,专家提醒,中老年朋友做体

检,一定要提前咨询专业医生,以免影响体检结果。

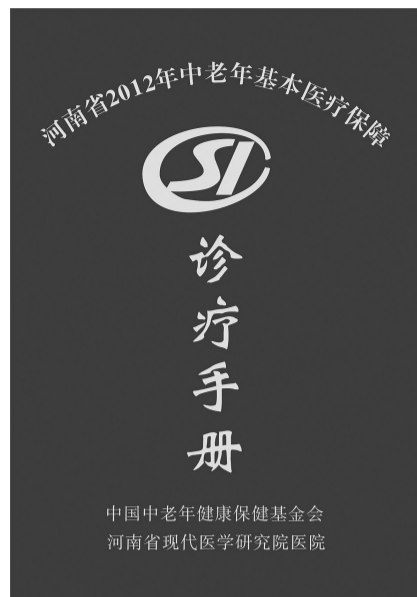
2.持有《2012中老年基本医疗保障诊疗手册》门诊、住院均可积分,并可冲抵现金消费的积分优惠服务,这不仅让百姓在看病时享受省、市医保、新农合等医疗报销政策的同时,而且百姓看病住院花出去的钱还可重复“花”,更大程度上降低了患者看病住院的经济负担。据悉,开通这样的积分优惠服务,在我市乃

至我省尚属首家。

3.还可享受:每年免费领取医疗科普健康杂志12本;可申请保健医生或临床医生上门免费诊疗服务;优先预约名老中医,免专家挂号费等多项优惠政策。

急需申办《2012年河南省中老年基本医疗保障诊疗手册》的读者和患者朋友,请赶快拨打热线0371—60203366,咨询详情并办理相关手续。

晓蕾 世玉



链接

河南省2012年中老年基本医疗保障是我省中老年健康普及工程,该项目涵盖了脑中风、冠心病、糖尿病等慢性病,尿毒症、慢性肾脏衰竭等肾脏病,风湿、类风湿、肩周炎、颈椎间盘突出等骨关节疾病,以及医保范围以外的诸多疾病。保障核心为“让每位中老年朋友每年享受一次免费体检”。旨在通过为广大的中老年朋友提供多形式、多渠道、多方面的疾病防治、健康保障和医疗援助服务,来推动中老年疾病预防与治疗以及养生保健工作。

春夏之交,调治心脑血管病有讲究

季节交替出现头疼现象需警惕

春末夏初,气候最大的特点是反复无常。而在气温不断的高低变化中,有些病人总因麻痹大意而延误治疗,结果加重病情。而春夏之际的阴雨天对心血管病人也很不利。雨季天气阴沉,气压下降,这种环境会影响人体的血管、神经、内分泌等功能,往往使心血管疾病患者出现胸闷、头晕等不适症状,此时抵抗力差的人,特别是老年人,身体往往无法适应这种变化,人体植物神经中枢系统发生紊乱,调节功

能失控,病菌便乘虚而入,导致感冒、肺部感染等呼吸系统疾病发生,而这些病都有可能诱发或加重心脑血管疾病。

心脑血管疾病常见早期临床表现有:头晕,头痛,记忆力下降,嘴角不自主流口水,一侧肢体麻木、无力或活动不灵,心慌,胸闷,胸痛,咳嗽,活动时气急,夜间阵发性呼吸困难等。胸闷气短比较常见,还有浑身乏力,这种状况很容易耽误病情。

调治心脑血管病,检测血压很重要

高血压、心肌梗塞患者血压一般要控制在140/90mmHg以下,平时应按医嘱力争使血压控制达标,不要因临时血压正常即放弃治疗。保持良好心态,避免情绪激动,培养胸怀宽阔,遇事冷静有利于健康。

上班时不要为了赶时间追赶公交车。人为了追

上车,必然要跑一段路,由于运动需要大量的氧气,血液流动的速度和流量便会加大,大量的血液涌入已收缩的血管很有可能引起堵塞、血栓,这是非常危险的。因此,中老年朋友此时应控制好血压,坚持服用降低血液黏稠度、保护血管的药物,以达到防护心脏的目的。

调治心脑血管病日常饮食有原则

中医认为,春夏之交,阳气渐增,如果调养不当,会造成肝气不舒,肝郁化火,进而诱发心脑血管病,所以,

为患者制定个性化的调养方法就很有必要,分型分治,一人一方正是如此。

心脑血管病患者日常饮食可参考以下方法

- 每天喝一袋奶。
- 主食250~350克碳水化合物。
- 3份高蛋白食品(如50克瘦肉、100克豆腐或100克鱼虾)。
- 400克蔬菜、100克水果,食物种类尽量多样化。
- 有粗有细、不甜不咸、三四五顿、七八分饱。
- 少吃各种动物的内脏,包括脑、肝、肾等。

- 少吃各种肥肉以及各种动物性脂肪油,如猪牛肥肉,猪油、鸡油、羊油等。
- 少吃各种禽蛋的蛋黄,如鸡蛋黄、咸鸭蛋黄、鹌鹑蛋黄等。
- 茶能降低胆固醇的浓度,减轻动脉硬化程度,增强毛细血管壁的弹性。但是,浓茶能增强心室收缩,加快心率,因此心脏病病人宜清淡,不宜过浓。
- 当然,春末夏初,心脑血管病的调治依然不能放松。我国多位著名名老中医一致

认为,不同类型的心脑血管病患者,调治时宜分型分治,一人一方,即根据自己的具体情况采用对症的调治方案。如果是寒凝心脉型冠心病,调治时应选择具有散寒通阳、活血宣痹疗效的药物和食疗方;如果是肝肾阴虚型中风,调治时宜坚持滋阴熄风的原则,同时注意合理膳食。

总而言之,春夏之交,调治心脑血管病大有讲究,分型分治,一人一方的调治方法对心脑血管疾病患者来说很重要。

每月一天 全额返款

东方女子医院3月份“健康幸运日”揭晓

患者可持3月21日就诊票据到院领取当天全额返款



4月7日,郑州东方女子医院一楼大厅,“回馈社会、共建和谐——健康幸运日大型公益活动”再现惊喜。省直作家协会秘书长、著名作家、青年诗人董迎玺作为特邀嘉宾,随机抽取3月21日为3月份的健康幸运日。凡当天在该院就诊消费的患者,均可凭相关证件和票据,于4月30日前到院全额领取幸运日当天的消费返款。

严女士患上了多发性子宫肌瘤,需要进行手术,而她又恰好在3月21日缴纳了手术费和住院费。结果没想到病治好了,钱却没花。不少人同严女士一样,都享受到了“健康幸运日”所带来的实惠:不孕患者杨女士省下了一笔手术费;被好友戏称为“太平公主”的小许免费做了隆胸手术;28岁周女士不花钱做了全面的妇科体检。

据了解,“回馈社会、共建和谐——健康幸运日大型公益活动”自3月4日正式启动以来,引起了社会广泛的关注和患者的一致好评,到院一试“好运”的患者呈现激增趋势。