

# 2012中老年基本医疗诊疗手册,您办了吗

我省慢性病、风湿骨病等患者赶快拨打0371-60203366,申领中老年基本医疗诊疗手册

“我从报纸上看到说能申领中老年诊疗手册,便特意从荥阳赶过来申领手册。”“老伙计,你知道不?用中老年诊疗手册看病,不仅能省钱,还能积分呢。我这冠心病在别家医院原本得花六七千,在这儿用诊疗手册才花3000多,而且积分能冲抵现金接着花,你看看这多省钱!”晓蕾 世玉



## 2012年中老年基本医疗保障



诊疗手册申领现场

### 看病积分抵现金,治愈“心病”又减“愁”

何奶奶最近可是“双喜临门”。为什么呢?原来,被冠心病折腾近10年的何奶奶终于摆脱了病痛的纠缠,此乃一喜;何奶奶成功参加“2012中老年基本医疗保障工程”并成功申领中老年基本医疗诊疗手册,此乃二喜。“现在我不但病好了,而且看病没花多少钱,高兴的我现在睡觉都是笑着呢!”何奶奶喜滋滋地说道。

“别看我现在挺有精神的,你不知道我以前多痛苦。要知道,我可是被冠心病折磨了快10年了,以前我总觉得胸闷,胸疼,透不过气,晚上睡觉刚躺下胸口就闷得不行,真是生不如死。”何奶奶接着说,“现在好了,我参加中老年基本医疗保障工程,找名老中医分型分治,一人一方治疗15天,胸口不仅不闷了,而且也不疼了,又治疗一个星期,躺下睡觉没问题,而且特别香!住院不到一个月,不仅病好了,有精神了,而且一共才花3000多,还能积分,积分又能当现金用。身体好了,还省这么多钱,赶上这大天大的好事儿你说我能不高兴么!”

据悉,河南省现代医学研究院医院首次开通门诊、住院均可积分,并可冲抵现金消费的积分优惠服务,让患者在看病享受省、市医保、新农合等医疗报销政策的同时,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。

### 真正惠民利民工程,名老中医强势参与

从有关部门获悉,正在我国首批名老中医定点医院——河南省现代医学研究院医院开展的“中老年基本医疗保障工程”正在火热进行中。活动开展15天,已有数百人参与活动并办理中老年诊疗手册。参与活动的患者纷纷感慨:要不是有中老年基本医疗保障工程,我们还不知道得花多少冤枉钱。敬请广大中老年朋友赶快拨打热线60203366咨询办理。

据了解,此次参与活动的患者,除享受省、市医保及新农合政策,免挂号费、免费领取杂志等诸多优惠外,为保证治疗质量,将有梁华梓教授、李秀庚、史世军、钟瑞祺、刘庆生主任等多位国内中

医药领域心脑血管病、骨病等名老中医领衔参与,专家云集,阵容强大,规模空前。

名老中医李秀庚主任在谈到此次活动时说道:“长期以来,中老年人尤其是老年人,都存在‘钱比病重要’的观念。有病舍不得花钱,不看医生,结果小毛病拖成‘大隐患’。如今,中老年健康工程的推出,将极大程度上唤起广大中老年朋友的自我健康意识。”名老中医史世军主任提醒说:“广大中老年朋友每年至少做1次全身体检,这样有助于及早发现并治疗疾病。”

据悉,在“2012中老年基本医疗保障工程”中,每年1次免费体检将作为核心内容长期推广。

### 养生之道

5月5日是立夏,立夏是二十四节气中的第7个节气,也是夏季6个节气中的第1个。在每年的公历5月6日前后。太阳黄经45°,斗指巳位(东南方向)。因天渐热,外出活动较多,心脏的负担逐渐加重,因此,立夏养生重在养心。此外,专家提醒,夏季日长,午饭后要适当午睡,才能保证下午的精神。立夏过后,还有一些肠胃疾病和皮肤病要多多预防。

万佳



## 春夏之交 养生重养心

抛却烦心事,少吃生冷 疏风祛湿,远离传染源

### 天热宜静心 勿贪食生冷

首先,立夏易得心脏疾病。名老中医认为,中老年朋友要避免劳心太过,天热易心烦,要会静养,心气弱的人,可用麦冬5克、西洋参3~5克泡水饮。睡眠要充足,失眠的人,可吃莲肉10克、桂圆肉5克、百合15克,加适量冰糖、小米、大枣煮粥。

此外,易出现血液黏稠。血液黏稠极易导致高血压、高血脂等“三高”迹象,进而可能诱发心脑血管疾病。因夏季气温高,人体出汗较多,血液极易变得黏稠,故应多喝水,多吃养阴生津之品,如各种瓜果蔬菜,也可用葛根10克、山楂5克泡水饮。

很多人在夏天容易出现各种各样的肠胃问

题,一方面是由于初夏时人体胃口自然变差,消化功能受影响;另一方面,由于人们贪凉嗜好冰寒的食物,刺激肠胃,使胃受到强烈的低温刺激后,血管骤然收缩,从而影响胃肠道消化液的分泌,导致生理功能失调。名老中医认为,夏季养护脾胃,最好能多进稀食,吃粥喝汤,既能生津止渴、清凉解暑,又能补养身体。此外,新鲜蔬菜水果能补充足够的维生素、水和无机盐。而从冰箱里取出来的食物,最好不要急着吃,应在常温下放一会儿再吃,且一次不要吃得太多,特别是老年人、儿童及有慢性胃炎、消化不良的人更应少吃或不吃。

### 天气湿热 预防风疹和眼疾

立夏过后节气为小满,小满节气气温明显增高,雨量也会增多。闷热初夏天气加上潮湿,为皮肤病发作提供了条件。小满节气前后的皮肤病以“风疹”为多,这时治疗皮肤病,要以疏风祛湿,清泻血热为原则。

初夏还要注意预防红眼病。得了红眼病,要

防止传染,并及时进行治疗。预防红眼病的关键是,在高温高湿的初夏,一定要注意个人卫生和眼部保健,少去人多的场所,避免接触传染源。

总之,通过以上介绍希望大家行动起来,让这个夏天变得更健康。健康就是从生活中的点滴做起。

### 河南家庭发展研究会 昨日在郑成立

昨日,一个专业从事家庭健康研究的专业机构“河南家庭发展研究会”在郑州成立。来自社会各界的专业人士在仪式现场就目前社会以及家庭如何健康发展纷纷发表了自己的看法。

该会负责人介绍说:“河南家庭发展研究会从事的所有工作都与家庭发展息息相关。河南省家庭发展研究会成立以后,要在短时间内抓紧建立健全制定各种规章制度,建立新闻发言人制度,开通网站和官方微博,办好本会会刊努力扩大本会在社会各界的影响,把一部分有影响力、有实力、有责任心的单位吸纳进来,充实本会力量。同时吸纳社会各界有志之士,成为本会的个人会员,发挥他们的聪明才智,共同为实现本会宗旨努力。”

周华

### 市儿童医院救助“先天性心脏病、白血病”患儿

4月20日,“神华爱心行动”在郑州市儿童医院七楼正式启动。据悉,这次爱心行动主要针对先天性心脏病、白血病儿童患者进行救助。郑州市儿童医院院长党委书记周崇臣表示,申请“神华爱心行动”的城乡贫困患病儿童需持村委会或居委会出具的家庭经济困难证明,即日起可以向郑州市儿童医院、河南省胸科医院负责筛查是否病种条件,河南省社会福利协会负责审核申请对象的家庭经济状况并公示,报中国社会工作协会儿童社会救助委员会审批。如果一切符合条件,那么该患者就可以享受“神华爱心行动”的救助基金,在胸科医院和儿童医院进行精心和系统的治疗。

周华

### 春夏之交 如何调养身体

立夏属春夏之交的标志。这时气温比春季升高,气候逐渐炎热,但是北方天气仍然不够稳定,还会出现阴晴交替、冷暖变化的情况。所以必须注意随时增减衣服。

此外,专家提醒,立夏之后,人体气血更加外向,出汗开始增多,心跳逐渐加快,所以更要注意调养心脏,不能过累过劳。春夏之交,天气已热,各种细菌开始繁殖,要注意肠胃疾病的发生。同时,夏天睡眠要充足,早睡早起,顺其自然。营养要全面,以适应夏天消耗大的特点。