



系列报道“我在养老第一线”

老吾老以及人之老

郑州2024年居民医保 参保缴费今日启动 普通居民每人400元

记者昨日从郑州市医疗保障局获悉,10月10日起,郑州市启动2024年城乡居民基本医疗保险参保缴费,普通居民年度缴费标准为每人一年400元。

各类人员缴费标准看清楚 待遇享受时间也有所不同

根据参保人员分类不同,个人缴费标准及待遇享受时间也有所不同。

具体来说:在2024年12月31日前参保的普通居民(含居住证持有人员),个人缴费金额为每人400元,医保待遇期为2025年1月1日至12月31日。

在政府资助的参保居民中,最低生活保障对象、脱贫享受政策户、脱贫不稳定户、边缘易致贫户、突发严重困难户家庭成员个人缴费标准为20元;低保边缘家庭成员、困境儿童、丧失劳动能力的残疾人个人缴费标准为80元;特困供养人员无需个人缴费。上述特殊参保居民参保则依据民政、农业农村、残联部门认定结果实现“免申即享”定时更新。医保待遇期为2025年1月1日至12月31日。

2024年出生新生儿个人缴费标准为每人400元,其中,在出生90日内参保者,待遇期为出生之日起至2025年12月31日;出生超出90天者,待遇期为参保次日至2025年12月31日。

在本市就读的全日制大中专学生,个人缴费标准为每人每年390元,并且应在2024年12月31日前参保。待遇期按照我市有关规定执行。

线上线下多种渠道缴费 职工医保个人账户可代缴

按照规定,全市居民医保集中缴费时间为2024年10月10日至12月31日。缴费时居民可选择“郑好办”APP、“河南税务”APP、微信、支付宝等多种方式。此外,今年我市新增职工医保个人账户缴纳城乡居民医保费业务,详细操作流程可通过医保部门微信公众号获悉。

除线上缴费之外,参保居民还可以持有效身份证件就近到有代收资质的12家商业银行网点(如中国银行、农业银行、工商银行、建设银行、交通银行、农村信用社、中原银行、中国邮政储蓄银行、郑州银行、光大银行、招商银行、中信银行),或通过银联(云闪付、全民付等)办理个人缴费,也可持有效身份证件到当地办税服务厅缴费。

大中专学生原则上通过学校集中缴费。

医保部门提醒,参保居民缴费时请认真核对参保地等信息,若发现与实际不符的,请前往社区或医保经办机构修改参保信息,以免因信息有误影响待遇享受。

记者 王红

助浴师:让老人实现“洗澡自由”



助浴师秦培红在帮老人洗澡

温情助浴让养老变“享老”

助浴师,顾名思义,指的是帮助别人洗浴,对于在助浴一线工作的秦培红而言,这项工作远没有看起来那么简单。

“养老助浴可不是简单地清洁身体,安抚情绪、医疗评估、洗浴中的水温、时长把控等,需要讲究的事儿多着呢!”秦培红今年56岁,是瑞阳养老(中原)宝莱银铃之家的一位助浴师,她的日常工作就是帮助半自理老人及失能老人洗浴。

9月29日下午4点多,秦培红推着一张两米长的洗浴床从沐浴间出来,和几位同事一起去接郭阿姨。穿过走廊,几分钟,就来到了老人的床边。

“郭阿姨,今天感觉咋样?有没有哪儿不舒服?我来接您洗澡去。”秦培红握着

老人的手耐心询问。

“我很好,今天可以去洗澡了。”老人爽快地答应后,秦培红开始进行洗浴前的医疗评估。

“阿姨,我们先量一下血压。高压147,低压80,有一点偏高,我们会随时注意您的情况。”

老年助浴,自然离不开专业设备。洗浴车是最佳“帮手”,四周围挡可根据需要放下或支起,床面高度也能自由调节,注水后,车床上积存的水让老人躺着洗浴更加舒适。

“阿姨您慢点,不着急,放松放松。”将老人安全转移到洗浴车并非易事,郭阿姨患有神经痛,秦培红和两位同事经过一番调整,把沐浴床跟老人躺的床调至同样高度,拉下围挡,一边慢慢搀扶

阿姨转移到洗浴车上,一边按摩手脚安抚情绪。

在检查完老人身体情况无碍后,助浴正式开始。秦培红和两位同事快速归置一番,装备着洗浴用品的手推车归置到位。帮老人脱衣、盖好沐浴毯,用药棉塞住老人的耳朵,加水、调试水温……助浴是件细致活儿,先淋湿全身,再洗头、洗脸、躯干、四肢,自上而下,接着让老人侧身清洁背部。

“阿姨,力度咋样?有不舒服您说。”秦培红熟练地给老人额头盖上毛巾,避免水进眼睛,打湿头发揉搓、擦洗手臂、搓背,三人分工协作有条不紊。

“助浴是个专业活,也是体力活,但每次想起老人沐浴后身心愉悦,拉着我们的手再三道谢,这份认可让我觉得再苦再累也值得。”秦培红说。

上门助浴化解洗澡难题

助浴服务,不仅让养老机构内的老人实现“洗澡自由”,也帮更多有需求的高龄和失能老人解决了洗澡难题。相较而言,上门助浴需要专车运送设备、多人协作,更耗时耗力,收费相对贵一些。

“失能老人长期卧床,容易造成肢体挛缩,搬运时更困难,洗起来也更麻烦,要求助浴人员必须有专业知识,确保安全。”秦培红说,有的失能老人身上插有鼻饲管,助浴时尤其要注意,还要掌握助浴过程中风险控制等专业知识,以便应对

特殊情况。

最多时,秦培红一天助浴5到6位老人,老人身体状况不同,洗浴细节也因人而异。“洗浴前先了解老人的生命体征,包括基础病等,做到心中有数。比如糖尿病人,水温不宜过高,要控制在37℃,时间卡在半小时内。其他老人就是40℃左右为宜,根据老人不同的喜好进行调整。”秦培红说道。

从事这项工作之前,秦培红长年照顾生病的婆婆,多少积累了一些心得,但真正走上助浴师的岗位后,秦

培红才发现这里的学问真不少。得益于机构里定期举行的各种形式和内容的培训,比如怎么说老人才配合、怎么做能让老人更舒服、床椅转换中轮椅怎么放更高效……秦培红在助浴师这个岗位上越来越得心应手。

“对于高龄和失能老人来说,洗澡是比吃饭、如厕更困难的事,也是更关乎尊严的事,我能通过这份工作,尽自己一点微薄之力,让她们感到舒服、沐浴幸福,我很有成就感。”秦培红说。

记者 杨丽萍 刘盼盼 文/图

舒舒服服洗个澡,对很多人而言,是再简单不过的日常小事,但对行动不便的老人来说,却是个大难题。长期卧床的失能老人想要安全又舒服地洗个澡,更是难上加难。

据第五次中国城乡老年人生活状况抽样调查显示,我国失能老年人约3500万,洗澡对他们来说是难以完成的刚需,由此催生出的助浴师这一新兴职业,为老人带来了舒适和尊严,也帮不具备专业助浴能力的失能老人子女解了燃眉之急。

普通人眼中几乎“不可能完成的任务”是如何被助浴师变成“常规操作”的?记者带你走近助浴师秦培红一探究竟。