

探索创新 推行主动健康服务模式

□侯少飞 黄耀宗 侯同廷

2024年,郸城县全力推行“631”主动健康服务新模式,群众对健康服务的获得感、幸福感显著提升。

探索创新 搭建主动健康服务“四梁八柱”
明确内容“631”主动健康服务模式的“6”是“六医共管”,全科医生、专科医生、公共卫生、健康管理、护士、乡村医生共同管理签约居民健康;“3”是三级服务,村级做实家庭医生签约服务,乡级做好主动健康服务、慢性病管理及康复服务,县级做优诊疗及重大疾病救治服务;“1”是一个目标,提升群众健康服务的获得感和满意度。

设置机构 郸城县卫生健康委在乡镇卫生院成立主动健康服务中心,上联集团总医院,下联村卫生室,“主动健康服务中心”设置居民签约咨询区、健康体检区、全科诊区三大基本功能区域。
组建团队 郸城县卫生健康委组建以乡镇卫生院为主体、家庭医生签约服务团队为主导、全科医生为团队长的健康服务团队。根据各行政村(社区)居民人数,实施网格化管理,为签约居民提供安全、有效、便捷、综合的医防融合健康服务。截至目前,郸城县成立主动健康服务团队105个。郸城县利用县技术骨干、乡级推进落实、村级具体实施的运行机制,构建了三级协同、上下联动的主动健康服务体系。

丰富内涵 推进主动健康服务提质增效
优化流程 郸城县卫生健康委按照诊前、康检、诊中、诊后4个阶段,规范服务流程,实行闭环管理,做到诊前引导、合理分诊、康检监测、建立档案,诊中治疗、住院或上转,诊后完善信息、适时评估及预约复诊、联系转诊、用药指导、膳食管理、生活习惯管理、健康教育等服务,努力实现全链条、全周期、全方位服务。
健全体系 郸城县卫生健康委以主动健康服务中心为依托,以个人居住地和功能社区为着力点,建立以人为本的全生命周期主动健康管理模式,提供健康筛查评估、健康指导、健康宣教、疾病预防、就诊指导、心理疏导、随访管理、居家药学服务等分级、连续、全程的健康服务与管理。

拓展功能 郸城县卫生健康委以全科服务为导向,提升基层常见病、多发病的诊疗、鉴别诊断和分诊、转诊服务能力;积极培育建设特色科室,拓展康复、护理、儿科、口腔、医养结合、中医治未病、安宁疗护等专科专病服务功能,将主动服务贯穿健康管理全过程。2024年,郸城县乡镇卫生院门诊人次和住院人次分别提升32.6%、13.7%。

完善机制 激发主动健康服务活力
编制标准体系 郸城县卫生健康委出台《全县健康标准体系》,明确健康方向,推进健康治理,“去存量减增量”,最终实现“全人群、全方位、全生命周期”的全民健康。
完善激励机制 郸城县卫生健康委制定科学考核评估方案,引导县级医院专家主动加入家庭医生签约团队,为主动健康服务提供技术支持。各乡镇卫生院(社区卫生服务中心)在绩效考核上向主动健康服务团队倾斜,按照多劳多得、优劳优酬的原则,对履职尽责、真诚服务群众的团队和个人,在职称报考晋升、岗位聘用、职务职级晋升、在职培训等方面给予优先政策倾斜。

强化理念转变 郸城县卫生健康委按照把健康融入所有政策,把健康融入所有场景,把健康融入所有人群“三融入”要求,各医疗卫生机构采取多种形式,广泛宣传主动健康服务新理念,切实提升居民健康服务新体验和获得感。

成效凸显 主动健康服务促进“三个转变”
郸城县推行主动健康服务模式以来,已取得初步成效,主要体现在“三个转变”。

由过去的单一签约服务向全方位健康服务转变。过去的家庭医生签约服务,内容单一,方式简单;推行主动健康服务模式后,服务内容更加丰富,服务方式温馨多样,居民对签约团队的信任度、依从感不断提升。推行新模式以来,郸城县重点人群签约率、随访服务率均为100%。

由过去的以疾病为中心向以健康为中心转变。过去,家庭医生签约服务乡村医生是主力,服务质量不高;推行新模式后,乡镇卫生院全科医生作为团队长,责任意识、服务意识显著增强,居民健康指数不断提升,医保基金不断回流。

从过去的被动健康向主动健康转变。过去居民看病选择救治医院随意性很大,有的到县级医院,有的直接到省城医院,增加了群众负担。实行新模式后,服务团队给予合理的健康指导和救治转诊建议,促进了分级诊疗。2024年,基层医疗卫生机构门诊量达487.47万人次,较2023年增加7.4%。
下一步,郸城县卫生健康委将树立“大卫生、大健康”理念,进一步提升主动健康服务能力,筑牢群众健康防线,推动医共体建设迈向更高水平,为健康周口建设贡献“郸城力量”。

本期关注

紧密型城市医疗集团建设的探索

□杨军

核心提示

南阳市第二人民医院牵头构建紧密型城市医疗集团,以“四统一”(组织、人财物、信息、监督)管理破除体制壁垒,通过“三下沉”(专家力量、急救资源、技术设备)机制赋能基层,创新推行“四升级”服务(基层检查+总院诊断、双向转诊、健康管理、中西医结合),10家基层医疗卫生机构服务能力达到国家推荐标准,急救反应时间缩短60%,成功构建分级诊疗新格局和连续高效的服务体系。

南阳市第二人民医院作为南阳市覆盖区域最大、服务人口最多的紧密型城市医疗集团牵头单位,以“创新驱动、先行先试”为核心理念,立足区域实际,勇于探索实践,以创新为引擎,以问题为导向,有效破解体制壁垒,弥合资源鸿沟,提升服务效能,初步构建了科学有序的分级诊疗格局和系统连续的诊疗服务体系,形成了一套具有特色的建设路径,取得显著成效。

目前,医疗集团内7家乡镇卫生院及1家社区卫生服务中心的服务能力达到国家推荐标准,居民在家门口即可获得优质医疗服务,就诊率明显提升。

创新管理体制机制 以“四统一”破壁赋能
打破传统松散型医联体的局限,实现医疗集团内管理的高度协同,是紧密型城市医疗集团建设的基础。“南阳路径”的核心举措之一是推行“四统一”管理,为高效运行奠定坚实基础。

组织管理统一 医疗集团实行党委领导下的理事长负责制,建立涵盖重大决策、问责追责、评优评先的科学决策机制。在充分保障成员单位独立法人地位的前提下,赋予医疗集团运营管理自主权。设立“一办六部”管理机构,统一制度、管理、服务和质控标准。通过常态化开展警示教育,以案促改,积极化解历史遗留债务,严查社保违规问题,有效增强医疗集团的整体经济实力和抗风险能力,保障可持续发展。

人财物管理统一 建立医疗

集团内统一的人才招聘、调配、培养与发展机制,促进人才有序流动和优化配置(如支持基层医疗卫生人员免费到总院进修)。成立全面预算管理委员会,实行统一的财务预算、支出管理和“集中复核,统一支付”制度,提升资金使用效率和透明度。斥巨资为基层成员单位购置更新CT(计算机层析成像)等关键设备,实现医疗集团内CT、彩超、生化分析仪等核心设备全覆盖,为资源共享提供硬件支撑。

信息管理统一 打造基于国家基本公共卫生服务平台的居民电子健康档案“信息枢纽”,实现健康信息动态更新与互联互通。在医疗集团内各级机构(村卫生室至二级医院)统一使用电子病历系统,并统一核心诊疗目录(检查检验项目、医疗服务项目、医用耗材、疾病诊断与编码、药品目录),构建了医疗集团内信息互通互认的“通用语言”,彻底消除信息孤岛,为业务协同扫清障碍。

监督管理统一 强化医疗集团内部审计监督职能,对财务收支、物资采购进行定期审计,开展精细化医疗服务成本核算,提升资金使用效能和成本控制能力。纪检监察部门围绕医疗集团中心工作,常态化开展警示教育,以案促改,积极化解历史遗留债务,严查社保违规问题,有效增强医疗集团的整体经济实力和抗风险能力,保障可持续发展。

重构优质资源配置 以“三下沉”普惠基层
解决医疗资源分布不均均是紧密型城市医疗集团的核心任务。医疗集团着力推动优质医疗资源向基层下沉,切实提升基层服务能力。

专家力量下沉 针对基层在心脑血管、消化、呼吸等重点学科人才匮乏的痛点,选派医疗集团总院相关专业骨干专家下沉担任乡镇卫生院业务院长,深度参与基层医疗卫生机构的管理与业务指导。下沉专家与基层全科医生深度融合,共同组建家庭医生签约服务团队,不仅提供高质量的基本医疗服务,更深度参与基本公共卫生服务(如慢性病管理、健康宣教、健康体检),有力推动了基本医疗与公共卫生服务的有效衔接与融合。

急救资源下沉 医疗集团高标准指导建成集团内10个乡镇卫生院标准化急救站,打造基层“生命前哨”。此举使急救救治平均反应时长从50分钟缩短至20分钟,年出诊量提升至5500余次,提升了危急重症患者的救治效率和可及性,有效降低了致死致残率。同时,重点推动基层胸痛、卒中救治能力建设,指导金华镇卫生院通过国家胸痛救治单元验收,红泥湾等4个乡镇卫生院通过国家卒中救治单元验收,成功打通了急救体系建设的“最后一公里”。

技术设备下沉 医疗集团依据成员单位的实际需求和业务量,统筹规划大型医疗设备的配

置与共享。建立信息化预约平台,基层单位可便捷预约使用集团内大型设备,显著提高设备利用率。医疗集团总院举办中医药适宜技术培训,推广新技术、新项目,并构建远程医疗协作网,通过远程会诊、手术指导等,实现专家技术实时下沉,让基层患者足不出镇即可享受高水平的医疗技术服务。

升级诊疗服务模式 以“四创新”便民惠民
提升患者就医体验和健康管理水平是紧密型城市医疗集团建设的出发点和落脚点。
创新“基层检查+总院诊断”模式 充分发挥基层医疗卫生机构贴近居民的优势进行初筛和基础检查,利用医疗集团总院强大的专家资源和诊断能力进行精准诊断。该模式高效运行,显著缩短了危急重症患者的早期干预时间。区域影像年会诊量达6万余人次,区域心电图年会诊量达5万余人次,数据印证了模式的可行性与高效性。

创新双向转诊机制 医疗集团成立专门的双向转诊协调小组,制定清晰的标准、流程和协调机制。建立双向转诊信息系统,实现患者诊疗信息的实时共享,有效保障了患者在医疗集团内不同层级医疗机构之间的顺畅、有序转诊,提供了连续、全程的医疗服务,是分级诊疗制度落地落地的关键支撑。

创新健康管理服务模式 构建由医疗集团总院专家、乡镇卫生院医生、乡村医生组成的家庭

医生签约团队,为慢性病患者建立主动、长期的随访管理体系,显著提高了疾病控制率,成功将传统的“被动就医”模式转变为“主动健康管理”模式。

创新中西医结合健康管理 医疗集团将中医药专业人员纳入家庭医生签约服务团队,提供特色康复服务。开展区域“万名中医师签约”和中医药“四进”活动,举办“西学中”及仲景经方培训班,累计培训推广51项中医药适宜技术,特别是创新性开展“中医药文化夜市”活动99场,将针灸推拿、耳穴压豆、刮痧、中药茶饮、八段锦等送到百姓身边,实现了医疗集团内中医药服务的全覆盖和特色化。

实践证明,该“南阳路径”显著提升了区域医疗服务可及性、连续性与同质化水平,增强了居民健康获得感,为同类地区推进紧密型城市医疗集团建设提供了可借鉴的经验。未来需要持续在医保支付、药品配送、分级诊疗深化及医防融合创新等关键领域探索突破。

未来,南阳市第二人民医院紧密型城市医疗集团将继续秉持“创新驱动、先行先试”的理念,在现有成果基础上,持续深化关键领域改革,优化分级诊疗运行机制,探索医防融合新路径,为构建优质高效的整合型医疗卫生服务体系目标贡献更多的实践经验,让健康的根基更深扎根于基层沃土。

(作者系河南省南阳市第二人民医院副院长)

心灵驿站

高考期间 考生如何正确管理情绪

□席娜

高考在即,考生、家长和教师都会感到压力倍增。适当的压力和焦虑反应能够使考生保持警觉,有助于考生发挥潜能;然而,压力过大、焦虑情绪过重则会给考生带来负面影响,不仅会影响情绪和身体状况,也不利于考生正常发挥。

郑州市第八人民医院业务副院长孔德荣指出,每到这个时间段,总有不少家长带着焦躁不安的学生前来咨询。一些家长比学生还着急,恨不得让孩子一天24小时都在学习,总是不由自主地担心孩子会考砸了。

高考期间 考生如何避免焦虑情绪
本来,面临高考这么重要的考试,考生和家长都会紧张。调查结果显示,大约有5%的同学在考试时会因为过度紧张失分,而不是因为知识储备不足。孔德荣提醒,有以下症状的考生和家长,应引起重视:

一提到考试就感到呼吸、心跳加快,觉得自己不行,心情极度烦躁,容易因为一些小事而大发雷霆,或者出现睡眠不好、胃口不佳、脾气急躁,白天精神萎靡、注意力不集中等,甚至还会出现腹泻、过敏等症状。

那么,高考期间,学生该如何避免过度紧张焦虑,甚至一上考场就大脑迟钝的情况发生呢?

制定适合自己的学习计划。之所以会出现过度紧张焦虑,正是因为自己的复习计划和方法出了问题,使得自己压力陡然增加。在这个时候就应该按照重要性、难易程度和学科性质等合理安排复习时间,以完成多个的小目标不断前进,增强自信心。同时,要善于给自己积极的心理暗示,积极与家长、老师、同学沟通互动,使自己的紧张情绪得到释放。

要给自己一个合理的期望值,时刻提醒自己“一切顺其自然”,避免身心过度疲劳。因为大脑持续疲劳和紧张,就会形成保护性抑制,注意力无法集中,学习效率低下,身体还会有不适感。这些不适感实际上是心因性躯体疾病。解决这些疾病的办法就是生活规律,合理膳食,适度参加文体活动,保持心情愉悦。

孔德荣说,面对大型考试,产生紧张心理是正常的,我们应该学会正确对待这种心理,正视并接受这种紧张的情绪,坦然从容地做自己该做的事。此外,适度紧张还有利于保持大脑兴奋,激发身体潜能。

在注意力高度集中的时候,大脑的疲惫期大幅缩短,专注的时间往往比较长。因此,不要一发现自己有焦虑情绪就更加紧张,潜意识地认为这种情绪一定会影响自己的学习和考场发挥,压力会更大,容易强化紧张和焦虑感。

如何预防
完成成堆的作业,考入自己心仪已久的高校,对此刻的他们来说,是难熬的痛苦与艰辛的奢望。孔德荣说,高考在即,特别是心气高、求胜心强、性格内向的考生,已成为抑郁症高发人群,这是因为学习压力陡增和生活方式改变的因素。
学习压力陡增。从某种意义上说,临近高考,考生因学习压力的陡然增大,担心能否考上理想学校等原因,抑郁症的发病率明显上

升。

生活方式改变。考生的生活越来越独立,好几个大人围着一个孩子转的生活模式逐渐消失,没有了依赖,一些自主能力差的孩子,会因此而适应,进而造成心理上的落差,这些也是导致抑郁的催化剂。

如果此时不注重调节自己的心理情绪,就会导致焦虑、抑郁症等疾病。孔德荣提醒,当孩子出现抑郁的征兆时,首先要找专科医生进行明确诊断、对症用药。家长需要多与孩子沟通交流,可尝试多带孩子参加户外活动,减少孩子独处的时间。尤其是在充足的光照下,散步、爬山、游泳等。孩子独处的时间越短,就越容易摆脱抑郁的困扰。其次,多给孩子吃一些可以稳定情绪、消除压力和紧张情绪的食物,多吃富含氨基酸的食品有助于稳定情绪,对抗抑郁,如鱼、虾、海参、螺类、奶制品、豆制品、坚果以及菌类等。

(作者供职于河南省郑州市第八人民医院)

结核病:需要终生防范的“特殊伙伴”

□李欢欢

结核病就像一个需要人们一生去防范的“特殊伙伴”。它隐藏在生活的角落里,伺机而动,无论处于人生的哪个阶段,都不能对它掉以轻心。

对于刚刚降临世界、免疫系统尚未发育完善的婴儿而言,肺结核是严重威胁健康的潜在风险。婴儿接种卡介苗后,身体会产生对结核分枝杆菌的特异性免疫力,能有效预防儿童发生严重的肺结核,如结核性脑膜炎、粟粒性肺结核等,降低肺结核的发病率和死亡率。即使接种过卡介苗,也不能完全排除感染结核分枝杆菌的可能,还需要为婴儿创造良好的生活环境,保持室内空气流通,避免带菌人前往人员密集、空气不流通的场所。若家庭成员中有肺结核患者,必须做好隔离和防护措施,防止传染给婴儿。

高中生多处于青春期,身体发育迅速但免疫系统尚未完全成熟,且在学校的集体生活时间较长,教室、宿舍等场所相对封闭、人员密集,一旦出现传染源,容易引发传播。在学校,应保持教室、宿舍等场所每日开窗通风至少3次,每次30分钟以上,确保空气流通;定期对教室桌椅、门把手等高频接触部位进行清洁消毒,减少结核分枝杆菌的留存。要养成良好的卫生习惯,如咳嗽、打喷嚏时用纸巾捂住口鼻,避免飞沫传播;不随地吐痰,痰液用纸巾包好后再丢弃。注意个人卫生,勤洗手,勤换洗衣物,加强体育锻炼,增强体质。

高中生面临较大的升学压力,学习任务繁重,作息不规律等现象普遍,导致身体免疫力下降。同时,部分学生课余时间减少,长时间待在教室里,增加了疾病传播的可能性。高中生要学会自我健康监测,一旦出现咳嗽、咯痰等疑似肺结核症状,应及时告知家长和教师,并主动就医检查。高中生要合理安排学习时间,避免过度劳累。利用课间和课余时间进行适量运动,提高身体抵抗力。面对疾病,学生可能会产生恐慌、焦虑等情绪,可通过心理健康课程、心理咨询等方式,缓解心理压力,正确认识肺结核,增强战胜疾病的信心。

大学人员来自全国各地,流动性大,社交活动丰富,宿舍、图书馆、社团活动场所等聚集场所增加了肺结核传播的复杂性。大学生应树立自主健康管理意识,主动学习并掌握相关预防知识和技能,鼓励学生养成健康的生活方式,保持规律作息,合理饮食,积极参与体育锻炼。宿舍作为学生生活的重要场所,应保持整洁卫生,定期打

扫和通风换气。
成年后,工作环境与生活习惯进一步影响着感染概率。长期熬夜加班、过度劳累,或者从事医疗、教育等职业,都可能让结核分枝杆菌有机可乘。到了老年,身体机能衰退,免疫力降低,再加上可能存在的多种基础疾病,又使结核病的威胁再次升级。

结核分枝杆菌生命力顽强,传播途径隐匿,它就像一个如影随形的“特殊伙伴”,提醒人们在生活中要保持良好的卫生习惯,增强免疫力,避免前往高危场所,定期体检筛查。只有将防范意识融入日常生活,才能尽可能降低与这个“特殊伙伴”打交道的概率,守护终身健康。

(作者供职于河南省驻马店市结核病防治所检验科)

全面行动 全力投入 全民参与 终结结核

结防那些事

开展终结结核行动 共建共享 健康中国