

线上监测、线上问诊、线上查报告,“健康大脑”智慧监测系统正在社区医院运行

## 老人在家测血压血糖 手机隔屏就能“面诊”

行动不便、居家卧床的老人如何便利就医?线上监测、线上问诊、线上结算、线上查报告……马家堡社区卫生服务中心的一套智慧“组合拳”,为居民提供了“四省服务”——省时、省事、省力,又省心。

## + 监测,在家测,随时测

在马家堡社区卫生服务中心一层的“健康小屋”,巨大显示屏占据了整面墙壁。屏幕显示,丰台区“健康大脑”智慧监测系统正在运行。

屏幕上,显示着一张辖区内各社区的分布图,每个社区都头顶一个数字。中心主任陈应军介绍,这其实是一张健康风险预警图,而这个数字则是社区内存在健康风险人群的人数。陈应军点开“互联网+远程血压、血糖监测管理”的分选项,一个更加细致的数据系统跃然眼前,一列一列的患者实时血压、血糖数据持续跳动、更新着。

“红色标志的就是血压、血糖异常的患者,我们将对其进行指导和干预。”而从数据来源看,除门诊患者外,还有一部分显示来源为“家庭”。陈应军解释,医院为行动不便、无法到院,但需要健康监测的老年患者准备了远程监测设备,“血压、血糖仪器里安了一个智能芯片,可以自动把测出来的数据传回医院,家庭医生在线就能查看”。

家住丰台区嘉园二里的赵希敏阿姨对这种远程监测的方法赞不绝口。赵阿姨今年68岁,家中还有年逾九旬的老父亲。曾经,带老人检查身体是赵阿姨“打怵”的事。但自从这两年有了“智能设备”,赵阿姨再也不愁了。“我们全家人每天至少测两次,结果实时就发到手机上了。”赵阿姨打开手机短信,“智慧家医”不仅向她报告了监测结果,还对她提出了健康建议。

## + 问诊,通过手机就能“面诊”

“李大夫,老伴儿血压有时候高,有时候低,怎么

回事啊?”社区医院全科医生李颖利用出诊的间隙,接了她的老患者马叔叔的“单”,通过视频问诊的方式,为马叔叔一家解决了问题。

马叔叔今年64岁,精心照顾因脑梗血、脑梗而失能卧床的老伴儿已经23年了。这几天,老伴儿血压有些不稳,让他有点担心。李颖详细询问了老人的情况,给老人吃下了定心丸——“叔,先别担心,夏天血压略有不稳是常见的情况。看阿姨的监测值,其实还可以”。李颖建议老人保持舒适的室温,先密切监测和观察血压情况,“如果情况持续或加重,我们过去一趟,上门给阿姨调药”。

“线上问诊挺好,省得一趟一趟跑医院了。”马叔叔说,因为老伴儿有较为严重的基础病,所以他格外关心、关注她的健康状况,生怕一个不注意,小毛病带来大麻烦。“线上预约就能把社区医院的大夫请到家里来看病。通过线上咨询、视频问诊,随时都能让大夫给瞧瞧。没有大毛病,还往大医院折腾啥?”

## + 查结果,取报告不再“跑医院”

家住马家堡街道北甲地路15号院的张大爷今年67岁,两个月前,他在单位组织的体检中查出了胆囊息肉。他将检查结果发给了自己的家庭医生李渊大夫,在医生的建议下,他来到社区医院进行了进一步的体检。

检查过后,张大爷在手机上收到了结果。今年社区医院不仅新增了CT、B超等检查项目,手机端还新增了在线阅片、检查报告和影像资料的服务。

张大爷打开“马家堡社区卫生服务中心”的微信服务号,点开“报告查询”选项,里面罗列了他近一年内的相关报告和检查信息。“取结果都不用跑医院,省了不少事儿。”

“以前瞧病、检查我总爱坐公交往宣武医院跑,现在大部分问题在家门口都能解决。”张大爷又提出:“以后要是能在大医院初诊,也能在社区医院复查,那就更好了。”



## + 还需探索多种付费渠道

老小区多、老人多,看病就医的便捷性,就显得尤为重要。

智慧服务、智能设施的效果如何?从门诊血糖达标率就能一窥端倪——在实施实时智能监测前,仅为约40%。而系统启用后,达标率提升至60%至70%。

为解决居家老人、失能老人就医难的问题,该中心通过技术手段打通了医保、医药和医院三方的信息系统,率先实现了线上问诊、上门送药、上门支付的服务闭环,但记者发现,除医药服务费部分可实现在线医保分解、结算外,药费等老年人看病就医“重

头”费用的结算,还有赖于社区医院的医务人员背着便携设备“两头跑”。

陈应军坦言,这无形中增加了医院的人力负担,也削减了服务效率。如何能更有效率地推进、提高社区老年医疗服务的便捷性,还需相关部门的进一步政策支持。

日前,有关部门也表示,未来三年内将着力为就医患者提供多种付费渠道。相信不久的将来,“先诊疗后付费”“一次就诊一次付费”“移动线上付费”等付费新形式的出现,也将为社区老年患者的看病就医带来更多便利。

来源: 北京日报

## 小心孩子暑假视力“狂飙”

暑假时间长、天气热,孩子容易出现生活不规律、缺少户外活动、长时间近距离用眼等情况,易发生近视或近视程度加深。家长朋友们要特别注意呵护孩子的视力健康。

## 增加日间户外活动

积极引导、支持和督促孩子进行日间户外活动;保证孩子每天日间户外活动至少2小时,每周累计不少于14小时;户外活动要避开午后高温强晒时段,注意防暑降温、及时补水。

## 养成良好的用眼习惯

培养和督促孩子养成良好的用眼习惯。避免持续长时间近距离用眼,提醒孩子在进行30分钟读写后进行户外活动,或远眺约10分钟以缓解眼疲劳;按需科学规范合理使用电子产品,控制非学习目的使用电子产品时间(每次不超过15分钟);阅读、书写时保持正确姿势,不在走路、吃饭时看书或使用电子产品。

## 参加各种形式的体育活动

鼓励支持孩子参加各种形式的体育活动,督促认真完成暑假体育作业,掌握1-2项体育运动技能,引导养成终身锻炼习惯。

## 引导孩子规律作息

引导孩子规律作息、保障充足的睡眠时间;小学生、初中生、高中生每天睡眠时间分别不少于10、9和8个小时。

## 提供友好的家庭室内照明与采光环境

保证孩子书写、阅读时光照强度适宜,如室内光线不足要及时开灯;晚间学习时除使用台灯外,还应打开室内顶灯,保证周围环境光照充足。

## 及时调整桌椅高度

参照中小学课桌椅尺寸表(GB/T3976-2014),检查调整孩子书桌椅高度。

## 饮食规律、营养均衡

引导孩子不挑食、不偏食,多吃蔬菜水果,适量摄入鱼类、豆制品和鸡蛋等优质蛋白,也可适量食用胡萝卜、蓝莓等富含对眼睛有益维生素的食物;尽量让孩子少摄入甜食、碳酸饮料和油炸食品。

## 主动关注孩子眼健康

有意识地不定期观察或主动询问孩子是否有歪头视物、频繁眯眼、挤眼、眼睛干涩、异物感等症状,如有以上症状,休息后不能缓解,要带孩子去正规医疗机构就诊,不迷信偏方、秘方,切记,近视不可治愈。

## 定期进行视力检查

可带孩子去正规医疗机构进行视力检查;了解未近视孩子的剩余远视储备量及已近视孩子的近视度数变化情况,及时科学评估孩子的视力状况;当发现孩子远视储备不足或者近视加深时,要积极采取措施,科学防控近视。

文/王路



## 肠道传染病进入高发季节 有效预防 安然度夏

夏季气温高、湿度大,有利于病原菌的繁殖,污染食物的可能较大,是肠道传染病的高发季节。

肠道传染病主要表现为腹泻、恶心、呕吐、腹痛、食欲不振等,是人们生活中常见的症状,迁延不愈可能会引起营养不良、贫血、身体抵抗力下降,严重的可导致脱水,极个别病例甚至有生命危险。

## 如何预防肠道传染病

注意饮用水卫生。高温可杀灭致病微生物,饮用水需煮沸后再饮用。

讲究食品卫生。食物要生熟分开,避免交叉污染。吃剩的食物应及时储存在冰箱内,且储存时间不宜过长,再次食用前,需要加热至热透,因为冰箱低温只能延缓细菌生长,并不能灭菌。尽量少食用易带致病菌的食物,如螺蛳、贝壳、螃蟹等水产品,尤其不在流动路边摊吃海鲜,不要生吃、半生吃水产品。各种酱制品或熟肉制品在进食前,应重新加热。凉拌菜可加点醋和蒜。

培养良好的饮食卫生习惯。注意个人卫生,平时勤洗手,饭前、便后手要洗净;不暴饮暴食,不吃腐败、变质的食物,生食食物一定要洗净,尽量减少生冷食品的摄入;对养有宠物的家庭,一定要搞好宠物的卫生,同时要告诫孩子不要自

己一边吃东西一边喂宠物。

减少与传染病病人的接触,病人用过的餐具、水杯、便器、卧具等注意清洗消毒,避免疾病的传播。

平衡膳食。调节饮食结构,平衡膳食,合理营养,提高机体免疫力。加强身体锻炼,增强抵御疾病的能力,注意劳逸结合。根据气候变化,及时增减衣服,避免着凉感冒。

勤洗勤换。衣被、用具要勤洗勤换,注意居室通风,保持室内空气清新。

## 出现了腹泻症状怎么办

肠道传染病最典型的症状就是腹泻,如果出现了腹泻症状怎么办?

不提倡禁食禁水,宜进食清淡、易消化的流质或半流质食物,症状好转后逐渐过渡到正常饮食。

如果腹泻病情不重,一般通过调整饮食、休息、对症治疗,2-3天内症状即可改善;腹泻严重者,尤其出现脱水、高热等较严重症状的,或免疫力低的小儿、老人腹泻,应及时到医院肠道门诊就医。

到肠道门诊就诊的患者,可用干净的小盒子或保鲜袋留取新鲜的大便标本送医院化验,以便医生有针对性地进行治疗。

## 燃气管管理不容疏忽 安全生产至关重要

近日,北京市司法局发布《北京市燃气管管理条例》普法宣传挂图,让我们一起来看看,都有哪些规定与你我相关。

## 禁止在燃气使用中有下列行为

根据《北京市燃气管管理条例》第三十条的规定,在使用燃气的过程中禁止做出以下行为:(一)向未取得本市燃气经营许可证的单位或者个人购买燃气;(二)向签订供气合同以外的单位或者个人购买燃气;(三)利用气拖倒装燃气;(四)摔、砸、滚动、倒置气瓶;(五)加热气瓶,倾倒瓶内残液或者拆修瓶阀等附件;(六)实施影响燃气计量表正常使用的行为;(七)在安装燃气计量表、阀门等燃气设施的房间内堆放易燃易爆物品、居住和办公,在燃气设施的专用房间内使用明火;(八)发现燃气设施或者用气设备异常、燃气泄漏、意外停气时,在现场使用明火、

开关电器或者拨打电话;(九)将燃气管道作为负重支架或者电器设备的接地导线;(十)无正当理由拒绝入户安全检查,或者拒不整改用气安全隐患;(十一)安装、使用国家和本市已明令淘汰或者已超出使用年限的用气设备;(十二)其他危害公共安全和公共利益的燃气使用行为。

居民用户有本条例第三十条第一款第(一)项至第(九)项、第(十一)项、第(十二)项情形之一的,由城市管理综合执法部门责令限期改正;逾期不改正的,处一千元以下罚款。餐饮经营者使用瓶装液化石油气的,除遵守前款规定外,不得违反国家和本市有关餐饮经营者瓶装液化石油气安全使用条件中的强制性要求。

## 禁止侵占、毁损擅自拆除、改装、安装或者移动燃气设施

根据《北京市燃气管管理条例》第三十六条的

规定,任何单位和个人不得侵占、毁损,擅自拆除、改装或者移动燃气设施。

燃气供应企业对燃气门站、储配站、区域性调压站、燃气供应站、市政燃气管道等燃气设施进行拆除、改造、迁移的,应当到城市管理部门办理燃气设施改动行政许可手续。

燃气供应企业改动燃气设施,应当符合下列条件:

(一)有改动燃气设施的申请报告;(二)改动后的燃气设施符合燃气发展规划、安全等有关规定的;(三)有安全施工的组织、设计和实施方案;(四)有安全防护及不影响燃气用户安全、正常用气的措施;(五)法律、法规和规章规定的其他条件。

区城市管理部门应当自受理燃气设施改动申请之日起二十个工作日内,依法定程序作出行政许可决定。

燃气供应企业应当按照行政许可决定的要求实施作业。

个人擅自拆除、改装、安装或者移动户内管道燃气设施的,由城市管理综合执法部门责令限期改正;逾期不改正的,处一千元以下罚款;侵占、毁损,擅自拆除、改装、安装或者移动户外燃气设施的,处五千元以上五万元以下罚款。

单位违反本条例第三十六条规定,侵占、毁损,擅自拆除、改装、安装、移动燃气设施或者不按照燃气设施改动许可的要求实施作业的,由城市管理综合执法部门责令限期改正,恢复原状或者采取其他补救措施,处五万元以上十万元以下罚款。

存在安全隐患的,城市管理综合执法部门可以指定燃气供应企业代为采取改正措施,相关费用由当事人承担。