

助力乡村振兴

“小积分”引领乡村新风尚

通讯员 刘占峰

“我在幼儿园表现好,得了奖状。在村里,用奖状可以得到‘健康积分卡’的积分,再用积分到健康超市兑换学习用品。这是一件非常开心的事情。我会继续努力学习的。”4月8日,在驻马店市上蔡县庙王村健康超市,幼儿园里的小朋友李昕羽高兴地用“健康积分卡”里的积分,兑换了喜欢的学习用品。

2020年,河南省疾病预防控制中心驻上蔡县邵店镇庙王村第一书记陈勇与村干部经过多次调研与尝试,决定带领驻村帮扶队员与村小组成员开展“健康积分卡”活动。其间,他们让村民参与制定“健康积分卡”活动的具体内容,创造性地把《中国公民健康素养66条》与村民的生产生活、疫情防控、民俗民风、乡村振兴等紧密结合起来,共列出7类、120条、689分“健康积分”评价指标,深受村民的欢迎。

在庙王村健康超市的积分兑换区,一排排整齐的货架上摆放着限盐勺、控油壶、羽毛球、拉力器、铅笔、文具盒、消毒液等生活用品和学习文具。健康超市负责人说:“这些物品由河南省疾病预防控制中心提供,一个‘健康积分’可以兑换价值10元的物品,村民都愿意参加。”

平日里的健康习惯、点滴奉献、大小努力等,如今都被记录在小小的“健康积分卡”里。在积分的一加一减过程中,大大激发了村民的内生动力。一段时间后,《中国公民健康素养66条》与疫情防控知识达到入脑、入心的效果,切实增强了村民预防疾病的意识,提高了他们的健康水平和生活质量。

“我参与跳广场舞、打扫庭院、清理公共道路上的杂物及为行动不便的村民拆洗衣被等公益活动,获得了很多积分。近段时间,新一轮

新冠肺炎疫情暴发,家中急需消毒用品,于是,我就用‘健康积分卡’里的积分,兑换了洗手液、消毒液、消毒湿巾等,非常实用。”庙王村村民李和杰微笑着说。

如今,在庙王村,随时走进任何一户村民家中,都会看到庭院整洁、窗明几净、物品摆放整齐、家庭温馨和睦等情景。

“每天早上起床后,我先打扫院子,再带着家人去健康步道快步走几圈儿。平时,我非常注重作息规律和饮食健康。去年,在驻村第一书记陈勇与村干部的引导下,我们参加了‘喜事新办送健康’活动,我儿子举办的婚礼就是健康无烟婚礼。我们坚持不发烟不送烟,婚礼现场也不允许吸烟。”村民李宝成自豪地说,“村里开展的健康活动,让我们很受益,我家还被村委评为健康家庭。”

在庙王村“阅读吧”里,孩子们在认真地学习新冠肺炎疫情防控知识和洗手技巧等。“这是我画的病毒。今天,老师向我们讲解防控新冠肺炎的知识。回到家里,我要告诉我的爸爸妈妈和爷爷奶奶。”庙王村幼儿园的小朋友文紫航开心地说。

在庙王村的健康步道和小游园里,村民或是快走,或是悠闲散步,或是用健身器材锻炼身体;在健康小屋里,定时测量血压已成为村民的习惯;在农家书屋里,村民如饥似渴地阅读种植经济作物、养殖家禽等方面的书籍;在健康超市里,村民自觉购买低糖、低盐、低脂肪食品……

“小积分”积出“健康乡村”新风尚。截至目前,庙王村共发放“健康积分卡”827张,举办活动34场,参与活动的村民达1758人,累计发放

积分总值61700分。

“健康积分提高了村民对健康的重视程度,让村民学习并掌握了很多饮食、起居、养生、防病等方面的知识。”庙王村村委员张华节说。

据了解,“健康积分卡”活动是庙王村“幸福生活健康行”活动中的重要环节。“通过开展健康积分活动,村民不仅增强了健康意识,还形成了‘健康体验4+1’模式,即体检测量、干预指导、健康宣传、戒烟限酒+微运动。”陈勇说,“现在,健康积分活动已逐渐发展为提高乡村综合治理的一种有效方式,和我们开展的无烟婚礼、健康家庭、乡风民俗运动会、健康从娃娃抓起等活动一样,已经成为庙王村的健康名片。我相信,这必将成为引导农民朋友们迈向共同富裕道路上的一道亮丽的风景。”

(本文由本报记者冯金灿整理)

同症异病 鉴别诊断是关键

本报记者 王婷 通讯员 席娜

在精神科门诊,同症异病或同病异症是医生经常遇到的情况。其中,伴有精神病性症状的抑郁发作是同症异病的代表之一。这种病常常与精神分裂症混淆,二者有一个共性:都会出现幻觉、妄想等精神疾病症状。在郑州市第八人民医院主治医师侯瑞看来,这种情况会增加诊断难度,医生要仔细辨别,否则,极易发生误诊。

案例:六旬老太太被“蛇”吃空内腔

3个月前,侯瑞接诊一位60多岁的老太太。当时,老太太面色发黄,满面愁容。侯瑞问她哪里不舒服,她说:“有一条蛇钻进我的肚子里,把我的内脏吃空了。”

由于这条“蛇”的存在,老太太整天吃不下饭,睡不好觉,身体逐渐消瘦下去。同时,她还感觉自己吐口水时吐出的都是血,每天都在焦虑中度过。在症状出现初期,家人以为她得了胃病,带她去消化科就诊,做腹部彩超检查,结果提示:正常,也不能消除她的疑虑。随着病情的进展,老太太更加坚信自己肚子里有一条“蛇”。

经过仔细评估和问诊,侯瑞诊断其为伴有精神病性症状的重度抑郁发作。在应用抗抑郁药物及小剂量抗精神疾病药物治疗一周后,老太太的焦虑情绪有所缓解,能进食少量食物,但仍感觉有东西在胃里来回动。3周后,老太太的饭量明显增加,脸上也红润了,精神状态好多了,不再提及肚子里的“蛇”。在随后的心理治疗中,老太太说出了事情的来龙去脉。近期,家中琐事较多,她和老伴儿闹了矛盾,她的性格要强,想让老伴儿听自己的建议,但是老伴儿不听。于是,她每天生闷气,导致痛苦不堪。

体会:出现精神病性症状,并不等于精神分裂症

据侯瑞介绍,伴有精神病性症状的抑郁发作是指抑郁症的患者伴有精神疾病症状,常见的有:被害妄想、自罪妄想、虚无妄想及内脏性幻觉等。本案例中的老太太就是内脏性幻觉和虚无妄想,觉得自己的肚子里有一条“蛇”。

“出现精神病性症状并不代表患了精神分裂症。伴有精神病性症状的抑郁症与精神分裂症都会出现精神病性症状,其属于两种完全不同的疾病。可以从原发症状、协调性、病程等方面加以鉴别。”侯瑞说。首先,抑郁症的情绪低落是最早出现的症状,精神病性症状是后出现的,与情绪紧密相关。而精神分裂症通常以思维障碍、反应不协调、活动障碍等表现为主,后期会出现病耻感等情绪。其次,抑郁症患者的思维、情感和意志行为等精神活动之间尚存在一定的协调性,有自知力,有主动治疗愿望;精神分裂症患者的各种精神活动之间则缺乏协调性,对周围环境漠不关心等。

抑郁症多为发作性病程,间歇期基本正常;而精神分裂症的病程多呈慢性迁延的趋势。此外,患者发病前的性格特点、是否有相关疾病家族史、对药物治疗的反应等也应考虑在内。

在治疗方面,虽然伴有精神病性症状的抑郁发作和精神分裂症都有精神病性症状,但抑郁发作的治疗主要是抗抑郁药,联合小剂量抗精神病药;精神分裂症的治疗主要是抗精神病药系统治疗。

侯瑞建议,针对伴有精神病性症状的抑郁发作的治疗,联合用药是最常用的方案。在使用抗抑郁药物的同时,可选择合用第二代抗精神病药,剂量应根据精神病性症状的严重程度适当进行调整,当精神病性症状消失后,继续治疗1个月~2个月,若症状未再出现,可考虑减少抗精神病药的剂量,直至减停。但减药速度不宜过快,避免出现撤药反应。

专家简介

侯瑞,主治医师,二级心理咨询师,从事精神科临床工作近10年,理论功底扎实,临床经验丰富。擅长双相情感障碍、精神分裂症、失眠症、焦虑症及心理问题的诊疗。



基层之声

疫情之下话村医

□ 杨文杰

村卫生室作为县、乡、村三级基层卫生网络的“网底”,承载着农村居民的健康管理。乡村医生在疫情防控方面肩负着重任,既要参与返乡人员排查、值守防控卡点、返乡人员报备、返乡人员居家医学观察、防疫物资发放、核酸检测、街道环境消毒等,又要为群众提供基本的诊疗服务和基本公共卫生服务等。

新冠肺炎疫情暴发的第一年,正值春节假期,各个生产经营单位放假歇业,造成各项防疫物资紧缺,连基本的酒精、84消毒液、口罩、手套、防护服等都难以及时、足量采购到。当时,天寒地冻,广大乡村医生冲锋在前,用最简单的防护装备和勇往直前的决心与行动,守护着一方群众的身体健康和生命安全,稀缺的一次性口罩消毒后重复使用,冒着被感染的风险,近距离为返乡人员测量体温、登记信息、家庭消毒等,只因一个信念:“有我在,请乡亲们放心!”乡村医生就是村民健康保障的“定海神针”。

持续的新冠肺炎疫情对乡村卫生健康工作提出了更多的要求和考验。根据疫情防控要求和日常诊疗工作的需要,村卫生室接诊发热、干咳、腹泻等疑似新冠肺炎症状的患者及高危从业人员,都要及时向上级医院转诊、排查,并做积极做好沟通、转诊等工作,确保为患者提供及时、精准的诊疗服务。作为一名乡村医生,在面对疫情形势严峻时,坚持以村民的身体健康大局为重,冲锋在前,义无反顾,充分体现了基层卫生工作者的责任和担当。

目前,随着医改的逐步深入与推进,县、乡、村卫生“一体化”逐步形成,乡村医生“乡聘村用”越来越常见。乡村医生是县、乡、村三级医疗卫生队伍的一部分,建立上下贯通的职业发展机制,才能有更多突破职业“瓶颈”的机会。近几年,乡村医生的工作条件和待遇得到明显改善。一些地方改造和建成了一大批标准化的村卫生室,并配置了医疗器械和办公用品;不少地方适时提高了乡村医生的待遇水平,年近50岁的乡村医生有了社会保险,养老更有保障。工作条件的改善,提高了乡村医生的工作积极性和业务能力,有利于更好地为广大基层群众提供健康服务。同时,管理部门还完善了乡村医生培训机制,让他们定期参加高水位的培训和进修,以提高业务水平,从而更好地满足基层群众的诊疗需求。

(作者供职于汝州市骑岭乡田堂村卫生室)

人物剪影

隔离点里的“贴心管家”

本报记者 王正勋 通讯员 任怀江 关心 文/图

“谢谢王大夫!在隔离病区的十几天里,多亏您为我排忧解难。”

“隔离十几天,有您帮忙,俺一天药也没有停……”

日前,在温县庆丰隔离点,那些即将离开的,或者仍在病区进行隔离的人们,提起守护在这里的温县人民医院肾内科医生王锋锋,总是感激不尽。

“任务越是艰巨和烦琐,越是检验我们能力和服务的时刻。”说起隔离点的工作,王锋锋如是说。自今年1月中旬新一轮新冠肺炎疫情暴发以来,他辗转于温县多个隔离点,悉心照料、服务每一位隔离人员。3月9日,庆丰隔离点启用,他被管理部门抽调至此,开始倾情服务这里的隔离人员。

来到庆丰隔离点,王锋锋便一头扎进工作中,成为隔离人员的贴心守护者。他第一时间加上了所有隔离人员的微信,成立了隔离人员微信群。每天早上,微信群里的消息就立刻爆满,有询问饮食的,有身体不适需要药物的,有咨询病情的,他总是耐心解答;对于需要各种物品的人,他就一条一条地记下来,然后逐一叮嘱后勤人员,让他们尽快买来,送到隔离人员手中。

“我刚住进来时,心情急躁,多亏王大夫耐心劝导,还向我讲解健身的方法。不知不觉间,我的隔离期就满了……”一位姓朱的隔离人员离开时,对王锋锋感激地说。朱某是从上海市返回温县的密接人员,刚来到隔离点时,他担心自己被感染了,心情焦虑不安,还时常对医务人员发脾气。得知他的情况后,王锋锋每天都和他促膝长谈,给他讲解新冠肺炎的症状和防控知识等,他的心才逐渐平静下来。

“大哥,您今天的血压值、血糖值都是正常的,您就放心吧!”一大早,王锋锋就打开微信群的视频,认真询问一名马姓隔离人员的情况后,轻声安慰其一切正常,不要担心。这位隔离人员是一名大货车司机,途经高风险地区,返回温县后需要隔离。他因患有糖尿病、高血压病等,来到庆丰隔离点后,情绪急躁,担心自己真的感染了新冠病毒。王锋锋得知他的情况后,第一时间和他谈心,耐心安慰他,隔离点里有专业的医生,会为他提供全方位的诊疗服务。为了监测他的健康情况,每天早上,王锋锋就开始联系他,询问他的情况,随时向他提供咨询、送药



工作中的王锋锋

等服务。其间,王锋锋还为他讲解预防血压、血糖升高的知识和锻炼身体方法。对此,他感激地对王锋锋说:“隔离十几天,我从您这儿学到了很多防病知识!”

“王大夫待人热情周到!这十几天,我们的房间天天都有欢笑声。”一位从修武县转过来的郑姓隔离人员感慨地说。原来,郑某是和不到10岁的孙子一起来隔离的。分

配房间时,王锋锋得知他们是祖孙俩,便将他们调换至一个双人间,免去了分离之苦,也让他们能够相互照顾。

“用心服务,群众满意,我就高兴。”自新冠肺炎疫情发生以来,王锋锋多次被调配到温县滨河、海旺、庆丰等隔离点工作,累计服务发热患者和隔离群众近千人,他用热情和耐心,为他们带去了一路的亲情和温暖。

中国人寿:以群众为中心 持续推动绿色低碳发展

本报记者 王 平 通讯员 刘富安 王小宝 菲 菲

近日,中国人寿保险股份有限公司(以下简称中国人寿)发布了2021年ESG(环境)暨社会责任报告。报告全面展示了中国人寿在发展中面对环境、社会责任及公司治理等领域的实践和成效。

融入大局 用行动扛起时代重任

中国人寿坚持以服务国家大局为己任,积极服务健康中国建设和应对人口老龄化国家战略,主动参与多层次社会保障体系建设。

一是推进乡村振兴。中国人寿立足主业优势,筑牢防贫保障网,全面助推乡村振兴。2021年,中国人寿承接1000余个帮扶点的乡村振兴帮扶工作,投入帮扶资金5000多万元,为脱贫人口提供保险产品与服务。其中,乡村振兴专属医疗保险为137万人次提供医疗费用补偿5.2亿元。二是聚焦国家战略。中国人寿累计投资区域经济和实体经济规模分

别超过1.4万亿元和2.7万亿元。积极开展“对外经营劳务及商旅保险”等业务;成功承保“一带一路”沿线50个国家人身险业务,为90余家中资海外企业提供境外安全保障,风险保额达到40亿元。三是助力健康中国建设。2021年,中国人寿在全国承办大病保险项目200多个,覆盖城乡居民超过3.5亿人,成为基本医疗保险的重要补充。大力发展老龄保险、计划生育保险、女性保险等普惠性保险,老龄保险承保超过5000万老龄人口,累计提供2.96万亿元的保障金额。

据了解,中国人寿持续为客户提供高质量的保险服务,用行动扛起时代重任。

用心服务 多维度满足客户需求

中国人寿将客户体验工作融入发展大局,贯彻落实以人民为中心的发展思想,深入推进服务和销售融合,多维度满足客户需求。

具体表现为:一是提升联络服务水平。建立客户联络中心“SIP(自助-智能-人工)三级”多元服务模式,综合应用大数据、智能、云计算等新技术,打造95519、APP(手机软件)、微信、短信等多触点服务,全年服务供给30.78亿次,电子化、智能化服务占比超88.89%。二是打通柜面服务流程触点,为临柜客户提供智能、自助服务,让服务省时省力、简单快捷。三是持续关注客户健康,开展以“推动健康关口前移”为目标的群众性运动、健身活动,累计超2200万人次参与。聚焦客户亲子教育热点,11年持续开展中国人寿小画家活动,创新打造系列直播课程,有160多万客户观看。

另外,在保险理赔方面,坚持为保险咨询或申请理赔的客户提供踏实、贴心的服务。2021年,中国人寿累计赔付件数超过1911万件,理赔直付服务超过600万人

次;为近17万名客户提供“确诊即可赔”的重疾一日赔服务,赔付金额超过74亿元。在多元化产品供给方面,中国人寿共计开发新产品73款,变更产品87款,为客户提供养老、重疾、意外、医疗等保障,不断增强客户的幸福感、安全感。

科技创新 践行社会守护者职责

中国人寿全力夯实科技发展基础,积极推进数字化转型,为高质量发展添能蓄势。具体表现为“五大举措”:一是中国人寿大健康平台应用。二是寿险APP服务提升。三是智慧柜员机再升级。四是增值服务生态平台“V客生活”建立。五是数字化平台赋能金融生态。

在销售方面,中国人寿物联网有效覆盖全国机构网点,打造线下职场的线上数字孪生,实现全国12大类、24万台电子设备的集中管控,科技资源扁平化供给和信息高效畅达全国一线职场,为

营销员打造全方位社交化应用场景。在服务方面,深化以客户为中心的敏捷产品交付机制,日均科技产品迭代优化超过40次,快速满足客户需求。在运营方面,中国人寿新增推出核保五大智能模型,建立覆盖五大类、19个关键风险类别的健康险智能理赔模型,让理赔更加高效、便捷。在社会公益事业方面,中国人寿带领青年团员积极参与志愿服务,努力打造品牌公益项目。据悉,2021年,中国人寿向中国国际慈善基金会捐赠7000万元。2021年,全国各地出现新冠肺炎疫情,中国人寿第一时间启动应急预案,多措并举筑牢疫情防控网,全力保障疫情期间保险服务。据不完全统计,中国人寿团险渠道向一线职场的医务人员及工作人员捐赠保险保障,总保费达482.85万元,捐赠现金及物资共39.5万元,赔付理赔金达162.32万元。

双碳生活 可持续推进绿色发展

中国人寿积极响应党和国家号召,在“碳达峰、碳中和”要求下,主动承担经济绿色转型“助推器”的角色,深化绿色运营,支持绿色金融,践行责任投资,携手应对气候变化。

一是企业运营践行节能减排。2021年,中国人寿保单无纸化投保率达99%,投保及运营各环节合计节约纸张3557吨。二是将绿色投资落到实处。中国人寿将ESG评估纳入另类投资项目

的投资决策流程,推动落地优质项目,全年新增绿色投资规模超

过500亿元,累计绿色投资规模超过3000亿元。三是积极应对气候变化。中国人寿制定了气候变化应对体系,优化和丰富产品种类及服务。在运营端,实施无纸化办公。在投资端,坚持以投资拉动社会积极应对气候变化,助力国家和社会实现绿色、可持续发展的转型。

今后,中国人寿将持续以“建设国际一流,负责任的寿险公司”为ESG战略目标,以科技创新为动力,以绿色低碳为方向,坚守保险本源,服务新发展格局。

