

抗生素要吃够疗程才能见效

不同细菌感染,所用抗生素种类和疗程都不一样。对于普通细菌感染,如肺炎链球菌,用药到退热后72小时即可;对于金黄色葡萄球菌、铜绿假单胞菌、克雷伯菌或厌氧菌等病菌所致的感染,一般抗生素疗程要大于2周。这些药的用量前几天主要以缓解症状,后几天用来彻底消灭病菌,以免复发。症状减轻时不能随意减药或停药,因为盲目减少抗生素后,不但不能发挥其杀菌作用,小剂量的药物反而会使细菌产生耐药性,还会使病情反复发作。

医保加慈善,先心病手术基本可免费



本报记者 李钢

“孩子患先心病,没钱做手术,怎么办?”作为医疗领域的记者,我经常收到大病贫困患者的求助,先心病就是其中较多的一种。据统计,近年来,儿童先心病发病率有所提高,一些贫困患儿家庭因经济原因而错过了最佳治疗时机。其实,就现在的医保加慈善政策,贫困先心病患儿已非常有可能会获得免费手术的机会。

发病:新生儿先心病发病率上升

“孩子查出先心病四年了,一直没钱做手术。”7月16日,在济南军区总医院心血管病研究所的病房里,记者见到了先心病患儿小亮和父亲,他们来自云南。“我们去各地筛查发现,很多患儿因为家庭困难,一直没做手术。”济南军区总医院心血管病研究所乔彬痛心地说,尤其是在贫困的农村地区,很多有治疗机会的患儿迟迟得不到治疗。出生监测显示,新生儿先心病发生率有明显上升趋势。专家分析,这与环境污染、遗传、病毒感染、高龄产妇、手

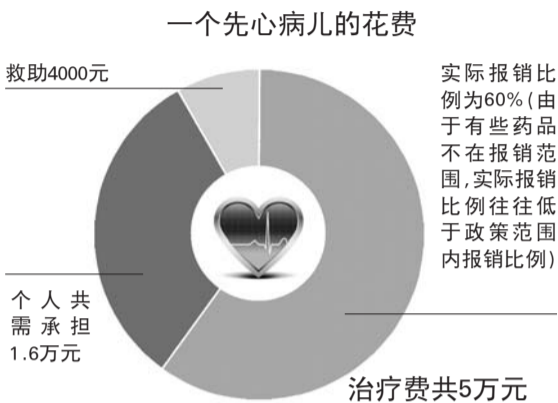
机电电脑辐射有密切关系。“先心病的治疗技术已经非常成熟,治愈率非常高。”省千佛山医院心外科专家王明华说,越早发现,越早治疗,治愈的机会就越高,但先心病手术在我国的治疗费用还比较高,需要几万甚至十几万。

医保:大病保险最高可补偿30万元

2015年,我省的大病医保政策进一步完善。从今年起,我省居民大病保险取消按病种补偿政策,原规定的20类重大疾病不再单独给予补偿,全部按医疗费用额度给予补偿。

省人社厅有关负责人介绍,根据我省大病保险工作实施方案,2015年,全省居民大病保险起付标准为1.2万元,个人负担的合规医疗费用1.2万元以下的部分不予补偿。个人负担的合规医疗费用1.2万元以上(含1.2万元)、10万元以下的部分给予50%补偿;10万元以上(含10万元)、20万元以下的部分给予60%的补偿;20万元以上(含20万元)的部分给予65%补偿。

一个医疗年度内,居民大病保险每人最高给予30万



元的补偿。与2014年相比,起付标准提高了2000元,最高支付限额提高了10万元,补偿比例增加20万元以上一档并提高5个百分点。

救助:慈善再救助1万-2万元

对一些贫困家庭来说,1.6万元也不轻快。“其实针对先心病儿,还有很多救助项目,由于信息不对称,名额甚至都用不完。”乔彬说。

据悉,目前有许多慈善基金在我省进行先心病救助活动。例如,神华公益基金会的神华爱心行动,爱佑慈善基金会的“爱佑童心”项目都救助贫困先心病患儿。这些项目会依据患病儿童医保报销比例、家庭经济情况、患病病种和治疗阶段情况等,最高资助2万元。目前这个项目

与省立医院、济南军区总医院心血管病研究所等我省多家医院有合作,有需要的患者可登录相关基金会的网站申请,或向省内定点医院咨询。

中国红十字基金会的天使阳光基金也旨在救助先天性心脏病儿童。该基金在我省的定点医院有山东省千佛山医院、临沂市人民医院、青岛阜外心血管病医院、滨州医学院附属医院(滨州人民医院)等(信息来自该基金会官网,可能实时更新),有需要的患者可登录其网站,或到定点医院咨询申请。

此外,根据山东省社会救助办法,低保贫困家庭患有重大疾病、慢性病需要长期门诊治疗的,相关政府部门应给予一定金额的救助。各县区根据实际情况也能提供一定救助,有需要的患者可向当地民政部门咨询。

相关链接

合规医疗费用的具体范围

一是符合《山东省基本医疗保险药品目录》规定的药品费用,包括乙类药品个人自付部分;省人力资源社会保障厅组织统一谈判纳入的抗肿瘤分子靶向类药品和部分特效药品费用。

二是《山东省基本医疗保险诊疗项目目录》和《山东省基本医疗保险医疗服务设施项目范围》中除不予支付项目外,其余费用(包括个人自付部分)全部纳入合规医疗费用支付范围。

三是经省人力资源社会保障厅确定的其他合规医疗费用。

新八段锦(九)



图/金红 文/徐洁

八段锦是我国古传至今的养生方法。依据现有文献,八段锦之名最早出现在南宋洪迈撰写的《夷坚志》中。今天,八段锦仍然流传很广,各地都有养生爱好者练习。我省八十一岁高龄的中医名家乔鸿儒自创了新八段锦,共分二十一式,希望更多人学习受益。演示者为乔鸿儒弟子谭桂昌先生。

马步献杵:双手合十,肘肩平齐,指朝天,接福式,再抱肘(见①)。乔鸿儒先生说,此招式可集中精神,颐养力源。

俯仰无愧:两手握拳于腰际,低头三次,仰首九次。(见②③)

吃相

吃虫记

崔滨

每到雨后的夏夜,小区里总有人打着手电守在土壤湿软的树下,不避蚊虫地耐心等待着粉红色的“知了猴”爬出地面。昏黄的光亮,映出他们脸上的幸福憧憬,仿佛自己在等待的,是人间至高的美味。

也只有温热温暖的夏天,生活在北方城市的人们才有更多的机会吃到昆虫。知了猴、蚂蚱、蚕蛹,甚至蝎子、蜈蚣,油炸炙烤到金黄的“虫干菜”,被急不可耐的餐饮商户添进菜单,成为当季的特色招牌菜。

若是与亲友聚餐时有“昆虫菜”,我倒也颇有兴味地多尝上几口,这些油炸或烤的昆虫,大多焦香四溢,口感酥脆,肉质细腻,如忘记它

们张牙舞爪的姿态,很多时候我都有“根本停不下来”的感觉。

这种半遮半掩吃虫的快感,直到去了云南才被充分释放。四季温暖如春的滇地草木昆虫种类繁多,当地人也对吃虫情有独钟,无论是肥白的虫卵,还是筋健的成虫,都会被云南人放入锅中,烹调成美味佳肴,所谓“三个蚊子一盘菜,蚂蚱能做下酒菜。”

不过,一个问题便萦绕心头,我们何时开始以虫为食的呢?

世界各地都有吃虫的历史。联合国粮农组织曾经估算过,直到现在,地球上还有25亿人会把昆虫当做食物,而且对于其中10亿非洲和亚洲的贫困人口来说,昆虫更是他们重要的蛋白质来源。

不错,这也许能回答我

们为何吃虫的问题,就像有人评价第一个吃螃蟹的人一样,固然是勇士,但肯定也是饿了。饥饿之下,既然人类可以食用的植物,昆虫也在其间咬嚼,人为什么不能直接吃虫呢?

而这一吃,还真吃对了。现代生物医学研究发现,昆虫含有丰富的蛋白质、不饱和脂肪酸、甲壳素(壳多糖)、维生素、生物活性物质等营养素,而且许多营养素是昆虫所特有的。尤为符合现代人健康观念的是,昆虫的蛋白质含量虽超过禽畜肉,但脂肪含量却比禽畜低许多,食用后不会引起胆固醇升高。

正是由于昆虫的营养价值如此优越,曾有低碳环保组织号召大家多吃虫子少吃肉,还在东南亚一些国家开展食用昆虫养殖产业,但是

卖力鼓吹了不少年头,却并没有让汉堡王、麦当劳这些“用肉大户”,在菜单里增加“香辣炸蚕蛹”、“烤蝗虫汉堡”这样的单品。

究其原因,我想还是感性的“口腹之欲”,战胜了“低碳营养”的理性。毕竟,猪牛鸡鸭的食用口感、烹调方法乃至色泽摆盘,甩出昆虫不知道要多少条街。而且,如果人们一开始就认为吃昆虫足以解决蛋白质来源,我们的祖先为何还要不辞劳苦地养殖牲畜,每天去地里捉虫子不就可以了么?

所以,昆虫入食虽有诸多好处,依然只是如今常规饮食中另类独特的一隅。若是有机会碰到昆虫的美食,也不妨放胆吃上一嘴,给我们的味觉一次新鲜刺激的体验。

山东省口腔医院城西分院本月29日开诊

开诊当日就诊治疗费可享半价起优惠

7月29日,山东省口腔医院(山东大学口腔医院)城西分院将正式开诊运营。坐落于济南市槐荫区,作为配套济南城西区域的大型专业口腔医疗机构,它的开放运营将给周边居民带来极大便利。城西分院的正式开诊,标志着省

口腔迈出省际医疗布局的第一步,是探索医院管理新模式,服务地区百姓健康的又一次创新尝试,将为山东群众的口腔健康做出新的贡献。

开诊当天,省口腔医院城西分院将开展多项优惠活动。凡到诊者皆可获赠精美礼

品一份,更有抽奖环节送惊喜大礼。同时,开诊当日免挂号费、口腔材料诊查费,种植牙4200元起,牙齿矫正八折,烤瓷冠七折,拔牙、补牙、洗牙治疗费用更可享受五折优惠。

山东省口腔医院是山东省唯一的省级口腔现代

化专科医院,也是我省首家新三甲口腔专科医院。几十年来,省口腔医院致力于对全省口腔医学事业发展的引领、人民口腔健康的维护以及专业人才的培养等方面,在全省乃至全国都享有较高知名度和良好声誉。

下周二 肝病科普讲座

为帮助丙肝患者能够早发现、早诊断、早治疗,济南市传染病医院(济南市经十路22029号,八立交桥西300米)将于7月28日(星期二)9时,在门诊大厅举行肝病科普讲座,届时该院的相关专家将为公众提供免费咨询,并介绍医院承担的各种免费优惠项目,发放各种科普资料,欢迎广大朋友前往参加。