

# 新小区要配建养老服务设施

## 菏泽出台社会养老服务体系规划建设规划,满足老龄化社会需求

目前菏泽60岁以上老年人132万,在全省率先步入老龄化社会。预测,到2015年老年人口将突破150万,占总人口的比例上升至19.7%,养老服务需求不断增长。

本报菏泽12月5日讯(记者李凤仪)近日,菏泽市人民政府下达了《菏泽市社会养老服务体系规划建设规划(2011—2015年)》的通知,要求到2015年,增加社区日间照料床位和机构养老床位0.3万张,各类养老床位总量达到39143张,每个街道建立一所老年人脱氧功能的综合性养老服务设施。到“十二五”末,全市老年人日间照料服务基本覆盖城市社区和50%以上的农村社区。

通知中规定,城市新建小区开发建设和旧城改造要按照规定,将养老服务设施建设纳入公建配套实施方案同步规划、同步建设、同步竣工、同步交付使用。已建小区没有养老服务设施的,要逐步补建或利用闲置的设施改建。同时,鼓励通过整合、置换或转变用途等方式,将闲置的医院、企业、农村集体闲置房屋及各类公办培训中心、活动中心、疗养院、小旅馆、小招待所等设施资源改造用于养老服务。

支持社会组织兴办或运营的公益性养老机构,政府给予社区1万至1.5万人养老床位不低于30张的社区老年人日间照料中心20万元补贴;1.5万到3万人、建筑面积不低于1085平米、养老床位不低于40张的社区老年人日间照料中心30万元的补贴;3万人以上的,建筑面积不低于1600平方米、养老床位不低于50张的社区老年人日间照料中心40万元的补贴。

今后,政府举办的养老机构应以建设老年养护机构为主,现有的政府举办的养老机构应逐步向老年养护院转变,为社会兴办的养老服务机构提供示范。此外,依托现代技术手段,为老年人提供高效便捷的服务,规范行业管理,到2015年,养老信息服务平台覆盖全市城乡社区,养老服务体系将摆上县区人民政府的重要议事日程,纳入目标责任考核范围。

# 菏泽医疗救助实现一站即时结算

## 新农合(医保)和民政医疗救助同时进行

本报菏泽12月5日讯(记者李德领)城乡困难群众医疗救助结算以后更方便了。5日,记者从菏泽市民政局获悉,为简化医疗救助程序,方便快捷地为医疗救助对象提供救助服务,菏泽全面实施城乡医疗救助与新农合、城镇居民、职工医疗保险补偿同步结算的“一站式”即时结算服务。“一站式”即时结算医疗救助模式是指由市、县区民政局在市、县区定点医院及乡镇(街道)卫生院设立医疗救助窗口,在“新农合或城镇职工(居民)基本医疗保险信息系统”基础上,建立“菏泽市城乡医疗救助管理系统”,

两套系统联网并行,实现医疗救助对象可以享受医疗救助与农保、医保报销同步结算的快捷服务。

据悉,“一站式”救助对象为城市低保对象、农村低保对象和农村五保对象以及城乡其他特殊困难群众,但不包括因自杀、自残、打架斗殴、酗酒、吸毒、镶牙、整容、矫形、配镜以及保健、婚检、康复等发生的医疗费用;交通事故、医疗事故以及其他赔付责任人应支付的医疗费用等。

符合救助条件的城乡医疗救助对象在定点医疗机构住院就医时,由救助对象本人或监护人持《低保证》《五保

证》、《医疗救助证》和身份证(户口本)等有关证件到医院救助窗口进行登记备案。

定点医院将救助对象的相关信息录入“新农合或城镇职工(居民)基本医疗保险信息系统”和“民政医疗救助管理系统”进行审核,审核无误后可予以网上登记备案。

救助对象出院结账时,首先按照新农合(医保)信息系统通过系统方案设置自动生成新农合(医保)报销金额进行报销,再根据“民政医疗救助管理系统”自动生成的医疗救助金额即时结算救助,使救助对象在得到新农合(医保)补偿的同时获得城乡医疗救助。

## 菏泽每个县区都要有特殊教育学校

### 全方位关爱残疾人群体

本报记者 李德领

近日,菏泽市出台《关于加快推进残疾人社会保障体系和服务体系建设的实施意见》,要求到2015年,建立起全市残疾人社会保障体系和服务体系,到2020年,实现残疾人人人享有基本生活保障,人人享有基本医疗保障和康复服务。

### 社会保障制度建设:困难残疾人家庭优先救助

对一户多残、老残一体等特殊困难家庭和低收入残疾人家庭优先实施临时救助;坚持“救早、救小”原则,对0-6岁残疾儿童实施免费抢救性康复,在定点机构接受康复训练达不到入学条件的,救助年龄可放宽到9周岁。大病救助、医疗救助要优先照顾符合条件的残疾人,对贫困残疾人大病住院费用经医疗保险报销后,在政策范围内自付部分救助比例原则上不低于50%。

对残疾人适配基本型辅助器具、残疾人家居环境无障碍建设和改造给予政府补贴,对享受低保的重度残疾人逐步实现免费适配,落实残疾人机动轮椅车燃油补贴政策。

### 服务体系建设:残疾学生免费中等职业教育

实施残疾学生免费学前教育 and 高中阶段教育,逐步实行残疾学生免费接受中等职业教育。普通高校全日制本专科在校生中残疾人家庭子女及家庭经济困难的残疾学生,中等职业教育一、二年级在校残疾学生以及特殊教育学校职业高中班残疾学生全部享有国家助学金。

加大公用经费投入,不断改善特殊教育学校办学条件,市和县区都要有一所特殊教育学校。

将残疾人托养服务机构建设纳入当地公共服务设施建设整体规划,统筹安排,优先发展。按照床位不少于50张、建筑面积不少于2000平方米的标准,重点支持基层残疾人专业托养机构建设。

新农合、医保

城乡医疗救助

困难群众

“一站式”同步结算,医疗救助更快捷

健康饮水科普站④

(本刊为十期连载,集齐会给您带来惊喜哦!)

——菏泽市水司饮用水有限公司

# 为什么我们的身体呈酸性体质?

母体内的羊水和婴儿的体液大都是碱性的,为什么时间一长导致成酸性体质呢?

### 1.饮食结构不合理

随着人们生活水平的提高,我们吃的酸性食品比例过高,碱性食品过低,酸性食品和碱性食品的划分不是根据口感,而是根据食物在人体内最终的代谢产物来划分的。如果代谢产物内含钙、镁、钾、钠等阳离子高的,即为碱性食物;反之,硫、磷较多的即为酸

性食物,所以苹果虽酸却是碱性食物。碱性食物一般有瓜果、蔬菜、豆制品、海带等;我们常吃的鸡、鸭、鱼肉、蛋、米、面、油、糖、酒等等都属于酸性食物。科学的饮食习惯是酸碱食物比例为1:3,而我们的日常习惯却是3:1,完全颠倒了饮食规律。

### 2.环境的严重污染

造成饮用水、农作物、家禽鱼蛋等的严重污染,再加上饲养家禽鱼虾时加入大量的荷尔蒙催长,人们摄入这

些含有害元素的饮水、食物和吸入有害空气后,其中的酸性物质亦会滞留在体内,造成体质酸化。

### 3.运动不足

在阳光下多做运动多出汗,可帮助排除体内多余的酸性物质。但由于生活水平的提高,人们追求生活享受,以车代步现象愈来愈多,运动量大大减少,长此以往会导致酸性代谢物长期滞留在体内,导致体质的酸化。

### 4.过重的心理负担

有关科研机构曾做过这样的实验:把二只小白鼠放在二个笼子里,一只小白鼠用黑布将其眼睛蒙上,然后用一根小棍去骚扰它。一个月后发现,蒙上眼睛的小白鼠体液完全酸化,第二个月发现小白鼠的身上出现了癌细胞。而另一个笼子里的小白鼠却安然无恙。可见在高度紧张、高度压力的情况下,生物体会出现严重的酸化。科学家还发现,当一个人发脾气的时候,尤其是暴

怒的时候,他呼出的气体是有毒的。由于现代生活节奏的加快,人们在日常生活、工作和感情上承担着不同的压力。当这种压力得不到释放的时候,便会对身体造成影响,从而导致体质的酸化。

### 5.不良嗜好

烟、酒等都是典型的酸性食品,毫无节制的抽烟饮酒等,极易导致人体的酸化。

### 6.生活不规律

如彻夜唱卡拉OK、打麻将、夜不归宿等生活无规律,

都会加重体质酸化。预防和改善酸性体质

酸性体质的产生是体内碱性物质不足所造成,自我预防和改善酸性体质可先从饮食下手。首先调整饮食结构,保持营养摄入的平衡。多喝弱碱性水,少喝酸性水。可以多吃些偏碱性的食物,如水果、蔬菜、苏打饼干等。其次,必须保证适量的运动以及杜绝抽烟、酗酒等不良习惯。最后,情绪对体液酸化的影响很大,所以保持良好的心情也很重要。



母体内的羊水和婴儿的体液大都是碱性的,为什么时间一长导致成酸性体质呢?  
1.饮食结构不合理  
随着人们生活水平的提高,我们吃的酸性食品比例过高,碱性食品过低,酸性食品和碱性食品的划分不是根据口感,而是根据食物在人体内最终的代谢产物来划分的。如果代谢产物内含钙、镁、钾、钠等阳离子高的,即为碱性食物;反之,硫、磷较多的即为酸