

医保政策宣讲“搬”进消防营地

1月22日下午,一场面向“火焰蓝”的医保政策专场宣讲活动在无锡市消防救援支队主会场举行。活动通过视频连线方式,让全市消防救援人员共同聆听了由无锡市医保中心带来的深入、实用的政策解读课。

“消防救援队伍是应急救援的主力军,为社会安定和人民生命财产安全作出了巨大贡献。保障好他们的健康权益,是我们医保部门义不容辞的责任。”市医保中心工作人员表示,医保部门主动作为,将政策宣讲“搬”进消防营地,旨在为这群“逆行者”及其家庭提供精准、贴心、零距离的医保公共服务。

活动现场,市医保中心业务骨干化身“政策讲师”,聚焦消防救援人员最为关切的实际需求,进行了系统梳理和精准讲解。课程内容全面覆盖了基本医疗保险制度框架、职工医保参保缴费与待遇享受细则、生育保险相关待遇、医保个人账户家庭共济政策、异地就医备案结算流程,以及“掌上办、网上办”等线上便捷服务渠道。讲解紧密结合消防救援队伍职业特点,尤其对出警、跨区域调动等可能涉及的医疗保障问题进行了重点剖析,力求让复杂政策变得清晰易懂、触手可及。

“我们因任务需要经常临时性



外出,如果在外地突然需要就医,该怎么操作才能顺利报销?”“像我们这样的职业,退休后的医保待遇和在职时会有很大变化吗?”“听说医保个人账户可以给家人用,具体怎么操作?”……政策宣讲结束后,活动进入了气氛活跃的互动答疑环节。长期奋战在抢险救援一线的消防队员们,结合自身及家庭可能面临的实际情况,踊跃提问。市医保中



心工作人员针对问题一一进行了耐心解答。

面对面的交流,零距离的解答,有效消除了消防救援人员在医疗保障方面的疑惑。市消防救援支队消防队员纷纷表示:“这次政策宣讲非常及时。医保中心主动上门服务,把政策讲透、把服务送上门,切实为我们解除了后顾之忧,让大家更能安心投入工作。”

“此次活动是医保政策系列宣传活动的重要一环,也是优化营商环境、服务特定群体的具体实践。”市医保中心工作人员表示,下一步,市医保中心将继续创新宣传方式,拓展服务渠道,为各类参保单位和群众提供更加主动、精准、高效的医保公共服务,持续提升群众在医疗保障方面的获得感、幸福感和安全感。

(葛惠)

塑料餐盒怎样用才安全

“外卖餐盒盛放65摄氏度以上的食物会释放有害物质”“塑料餐盒遇热析出氟化物”……近期,某视频平台的相关言论,让外卖爱好者忧心忡忡。

塑料餐盒到底还能不能安心用?答案的关键,在于餐盒是否合格以及使用方式是否正确。

我国于2024年9月6日正式实施《食品安全国家标准食品接触用塑料材料及制品》(GB 4806.7-2023)。该标准明确要求,塑料餐盒在预期使用条件下,不得释放有害物质,相关化学物质迁移量需符合安全限量,且必须标注最高使用温度。

市面上合格的塑料餐盒,主要原料为聚丙烯(PP),部分采用聚乙烯(PE)。上海海洋大学食品学院化学系副教授、中国科普作家协会会员薛斌介绍,这两种塑料具备良好的耐热性和化学稳定性,防油抗渗

能力也较强,十分适合制作餐盒。

薛斌认为,网传的“氟化物析出”说法有夸大成分。氟化物常被制成防水防油涂层,成本相对较高,而塑料餐盒本身已有防油抗渗特性,合格的食品级塑料通常不会含有这种物质。真正的风险,藏在“劣质塑料餐盒+高温高油外卖”的组合里。

海南医科大学副教授、海南医科大学第一附属医院心内科副主任孟庆雯表示,劣质塑料餐盒遇到滚烫的高油高脂食物时,会释放大量的微塑料。这些微塑料颗粒能穿透肠道屏障进入血液循环,长期刺激血管壁引发慢性炎症,损伤血管内皮,促使脂质沉积,最终形成动脉斑块。更危险的是,这些微塑料颗粒还可能滞留在动脉斑块内部,被巨噬细胞吞噬后形成泡沫细胞,使斑块坏死核心区域加速扩大,让不稳定的斑块更容易破裂。

专家指出,可以通过以下3个方法减少劣质塑料餐盒对人体的伤害。

首先,优选包装材质。在点外卖时,消费者最好选择采用耐热铝箔餐盒盛放高温或油炸食物的商家;选购无汤水食物时,优先选择采用无塑料膜纸质餐盒的商家。

其次,减少接触时间。收到外卖后,及时将食物转移到陶瓷或玻璃碗中,避免食物长时间与塑料餐盒接触。

最后,做好饮食防护。每天最好补充300克西蓝花、紫甘蓝等深色蔬菜,以及50克全谷物,利用其中的抗氧化剂和膳食纤维,抵御塑料相关物质带来的氧化损伤。

“我们不可能完全拒绝外卖餐盒等塑料制品,但不必谈‘塑’色变。”孟庆雯说,只要选对产品、正确使用,就能把塑料餐盒的健康风险降到最低。

(科技日报)



近日,无锡市锡山区东亭人民医院消化内科与普外科组成的多学科医疗小组与手术室团队紧密协作,成功为患者实施双镜下直肠癌根治术。通过积极救治,目前患者恢复良好,已进入术后康复阶段。

(吴心艳)

图片新闻投稿邮箱:
jkrm999@163.com



魏江磊教授、刘振国教授在帕金森专科病房。

改变抖僵慢、乏力摔跤、加药不见效 上海双专家“增效解毒” 助力帕金森患者开心过年

帕金森中晚期,不少患者抖僵加重,夹菜夹不住,浑身乏力,走路摔跤,加药不见效,还严重流口水、便秘……过年都不敢出门。

对此,上海帕金森病专家魏江磊教授、刘振国教授,联合推行帕金森中西医结合“增效解毒”新方案,通过每年3—4次住院,强化治疗效果,解除体内积存的“毒素”,从而让患者告别抖僵慢,开心过大年。

(江南)

3位上海专家开的易可中医医院
专家坐诊信息

2月8日,上海曙光医院脑病科魏江磊教授、上海新华医院神经内科刘振国教授,联手为帕金森中晚期、偏头痛、三叉神经痛、中风、眩晕、失眠、耳鸣等疑难杂症患者进行诊疗。