

## 多地提高医保最低缴费年限 男30年女25年,啥信号?

最近,多地逐步提高职工医保最低缴费年限,男要缴费满30年,女要缴费满25年,引发热议。为什么要提高最低缴费年限?退休时缴费年限不够怎么办?又有哪些影响?

### 多地提高医保最低缴费年限

近期,广东省医疗保障局联合广东省财政厅、国家税务总局广东省税务局印发《广东省基本医疗保险关系省内转移接续暂行办法》,自2022年7月1日起实施。

该《暂行办法》提出,逐步统一全省职工医保缴费年限政策。累计缴费年限到2030年1月1日统一为男职工30年,女职工25年。未达前款规定的市,从2022年开始,在本市2021年缴费年限政策的基础上,逐年调整本市职工医保累计缴费年限。

此外,2021年底,山东省医疗保障局、山东省财政厅、国家税务总局山东省税务局发布了《关于进一步规范基本医疗保险参保缴费与待遇支付有关问题的通知》,全省统一职工基本医疗保险最低缴费年限。参保职工享受退休人员基本医疗保险待遇累计最低缴费年限按《关于建立医疗保障待遇清单制度的实施意见》(鲁医保发〔2021〕43号)规定执行,男职工为30年,女职工为25年,未达规定年限的统筹地区,2025年底前过渡到位。

### 为什么要提高最低缴费年限?

根据社保法规定,参加职工基本医疗保险的个人,达到法定退休年龄时累计缴费达到国家规定年限的,退休后不再缴纳基本医疗保险费,按照国家规定享受基本医疗保险待遇;未达到国家规定年限的,可以缴费至国家规定年限。

但是,对于医保最低缴费年限,各地执行的政策不一样。有的地区满10年或

15年即可,比如广州,目前按10年(2014年前参保)或15年(2014年后参保)执行;有的地区男要满25年,女满20年,比如北京;有的地区要男满30年,女满25年,比如重庆。

那么,多地为什么要提高医保最低缴费年限到男30年,女25年呢?

中新财经记者注意到,2021年,国家医保局、财政部发布《关于建立医疗保障待遇清单制度的意见》,明确提出逐步规范缴费年限政策。

中国社会科学院经济研究所研究员王震对中新网“中国新观察”栏目表示,提高最低缴费年限,是完善我国医疗保障制度的必然要求,也是在落实《关于建立医疗保障待遇清单制度的意见》,以提升医保公平性。原来各地缴费年限不统一,未来要全国一盘棋,全国要形成统一的政策框架。

中国社科院世界社保研究中心执行研究员张盈华对中新网“中国新观察”栏目分析,我国基本医疗保险统筹层次不高,一个省内不同地区对于最低缴费年限规定不同,随着医保统筹层次向省级迈进,地区之间缴费政策的差别应逐渐消弭。

广东省医保局在解读中称,缴费年限政策是职工医保筹资政策的重要组成部分。目前,我省各市的职工医保累计最低缴费年限存在较大差异。因此,拟采取逐年上调的方式,逐步统一全省职工医保最低缴费年限。

### 是因为医保基金缺钱了吗?

不少网友关心,之所以提高医保最低缴费年限,是因为医保基金缺钱了?在专家看来,这样的理解是片面的。

王震表示,把提高医保最低缴费年限

归结于医疗保险基金不够花了,其实并非如此,就算全国医保基金一分钱不收也够花两年的,虽然结构性上存在一些问题,但是总量是不缺的。

国家医保局数据显示,截至2021年底,全国基本医疗保险(含生育保险)基金当期结存4684.48亿元,累计结存36156.30亿元。3.6万多亿的累计结存,总体上比较充裕。

### 提高最低缴费年限有何影响?

对于医保最低缴费年限提高带来的影响,张盈华认为,在省内,随着最低缴费年限的统一,将加快基本医保省级统筹的步伐,同时解决地区之间参保人缴费负担差异性,有利于制度公平。

在她看来,这也会带动“实际最低缴费年限”随之提高,增加基本医保基金收入。部分人群可能会延长缴费年限,例如,如果提高实际缴费年限,距离退休年龄越近的人,越有可能延长缴费;更多灵活就业人员可能会转而选择参加城乡居民医保。

### 不够最低缴纳年限该怎么办?

医保最低缴费年限男30年、女25年,一些人觉得要达到这个年限比较难,如果到退休年龄不满最低缴费年限该怎么办?要一直缴费吗?

从各地政策来看,到退休年龄缴费不满最低年限,是允许一次性补缴的。

其中,广东明确,可按规定选择按月或一次性缴费至规定年限。选择一次性缴费的人员,以办理一次性缴费时退休待遇享受地上上年度全口径城镇单位就业人员月平均工资为缴费基数,按退休待遇享受地职工医保用人单位费率缴纳至规定的缴费年限。一次性缴费的人员,缴费达规定年限后,享受退休人员医疗保障待遇。

## 安徽盒子健康首发新型医用外科口罩

零售指导价为1.5元/只

本报讯7月12日上午,“健康新材料医疗级应用及成果转化研讨会暨健康盒子新型医用外科口罩发布会”在合肥市瑶海区尚荣大健康产业园举行,安徽盒子健康科技有限公司宣布新型医用外科口罩全球首发。

作为合肥市科技防疫代表企业、合肥市年度创新企业,盒子健康当天首发的新型医用外科口罩采用新型灭活材料制作,

具有过滤、抑菌、灭活三大特点,可接触灭活99%的人体冠状病毒,零售指导价为1.5元/只。据悉,此款口罩已获国内外多项资质,已取得医疗器械生产许可证、欧盟CE证书、商务部白名单、冠状病毒灭活报告、多种细菌的抑菌报告等权威认证。在当天的会议现场,安徽省立医院感染病医院、安徽省胸科医院、国药控股安徽省医药有限公司、丰原医药营销有限公

司、合肥光大药房连锁有限公司、京东方合肥医院等与盒子健康签署战略合作合作协议,向国内外销售盒子健康生产的新型医用外科口罩。

当天的会议围绕“健康新材料医疗级应用及成果转化”的主题,以专家演讲、成果展示、战略签约、圆桌论坛形式进行。会上,中国出入境检验检疫协会会长王新、中国国际旅行卫生保健协会会长张立、中

国出入境检验检疫协会副会长段小红、中国国际旅行卫生保健协会医疗物资与医疗合作分会会长蔡天智发表致辞;医疗物资与医疗合作分会秘书长陈红彦,安徽省保健化妆品协会会长陆维福,江苏中南同创医疗科技有限公司董事长钱万城,中国国际旅行卫生保健协会医疗物资与医疗合作分会副会长、盒子健康董事长黄玉浩发表专题演讲。(本报记者 王悦)

## 妊娠期高血压疾病,你关注了吗?

利辛县人民医院 马玲

妊娠高血压疾病是女性妊娠期特有疾病,更是引起孕产妇以及胎儿死亡的主要原因之一,该病的主要临床表现就是高血压、水肿、蛋白尿、肾功能减退、抽搐昏迷等,对孕妇及胎儿危害较大,严重时还会造成母婴死亡。对此每位孕妈应掌握妊娠期高血压疾病的相关知识以及预防常识,从而降低妊娠期高血压疾病的患病率,减少其造成的并发症,对自身及腹中宝宝的安全提供重要保障,接下来我们一起来谈一谈妊娠期高血压疾病!

### 一、妊娠期高血压疾病的发病原因

妊娠期高血压疾病包括妊娠期高血压、子痫前期、子痫、慢性高血压并发子痫前期以及妊娠合并慢性高血压。根据流行病学调查发现,妊娠期高血压疾病可能与以下因素有关:①初产妇。②年轻孕产妇(年龄≤18岁)或高龄孕产妇(年龄≥35岁)者。③精神过度紧张或受刺激致使中枢神经系统功能紊乱者。④寒冷季节或气温变化过大,特别是气温升高时。⑤有慢性高血压、慢性肾炎、糖尿病等病史的孕妇。⑥营养不良,如贫血、低蛋白血症者。⑦体形矮胖者。⑧子宫张力过高者,如羊水过多、双胎妊娠、糖尿病巨大儿等。⑨家族中有高血压史,尤其是孕妇之母有重度妊娠期高血压史者。

### 二、妊娠期高血压疾病的病理生理变化

妊娠期高血压疾病的基本病理生理变化是全身小动脉痉挛。由于小动脉痉挛,造成管腔狭窄,周围阻力增大,内皮细胞损伤,细胞通透性增加,体液和蛋白质渗漏,表现为血压上升、蛋白尿、水肿和血液浓缩等。全身组织器官因缺血、缺氧受到不同程度的损害,严重时会导致抽搐、昏迷、脑出血、心肾衰竭、胎盘早剥等严重并发症。

### 三、妊娠期高血压疾病的临床表现及分类

根据妊娠期高血压疾病病情的轻重程度,可以将其分为以下四类:1、妊娠期高血压:妊娠期首次出现BP≥140/90mmHg,并于产后12周内恢复正常;尿蛋白(-);可伴有上腹部不适或血小板减少。2、子痫前期:①轻度:妊娠20周后出现BP≥140/90mmHg;尿蛋白≥0.3g/24h

或随机尿蛋白(+);可伴有上腹部不适、头痛、视力模糊等症状。②重度:BP≥160/110mmHg;尿蛋白≥2.0g/24h或随机尿蛋白(++);持续性头痛或其他脑神经或视觉障碍;持续性上腹不适。3、子痫:在子痫前期的基础上出现抽搐发作,或伴昏迷。子痫多发生于妊娠晚期或临产前,称为产时子痫;少数发生于分娩过程中,称为产时子痫;个别发生在产后24小时内,称为产后子痫。4、慢性高血压并发子痫前期:高血压孕产妇于妊娠20周以前无蛋白尿,若孕20周后出现尿蛋白≥0.3g/24h;或妊娠20周后突然出现尿蛋白增加、血压进一步升高。5、妊娠合并慢性高血压:妊娠前或妊娠20周前血压≥140/90mmHg,但妊娠期无明显加重;或妊娠20周后首次诊断高血压并持续到产后12周以后。

### 四、妊娠期高血压疾病的危害

妊娠期高血压疾病的危害较大,主要总结为以下三个方面:①对母体的危害:若孕妇的血压过高,容易引起脑出血、脑梗死等,甚至给肝脏、肾脏以及心血管系统带来损害,随着病情的发展,可引起肺水肿、急性肾功能衰竭等。孕妇产后容易诱发产后出血、视网膜病变等并发症,严重时还会危及生命;②对胎儿的危害:若孕妇出现妊娠期高血压疾病,可影响胎儿的发育,导致胎儿肢体粘连、骨骼发育畸形、胎肺发育不好。此外妊娠期高血压疾病对胎儿智力、神经系统方面的发育有着较大的影响;③患妊娠期高血压疾病的孕妇,还会出现微循环功能障碍,而微循环功能障碍会引起子宫血管痉挛,导致胎盘供血不足,从而降低胎盘功能,这时容易引起胎盘早剥,早产甚至是死胎。

### 五、妊娠期高血压疾病的护理

#### 4.1 血压监测

患有妊娠期高血压疾病的孕妇,在整个怀孕期间,应该注重加强血压的定期监测。一般血压监测的时间可以在休息后的半小时进行监测,同时做好记录,一旦发现异常情况的出现,比如说血压不降反升的情况,这时应及时就医。若已经接受治疗的孕妇,切记不可随意停药或者更换药品,要严格按照医嘱用药,做好治疗的配合工作,以保障自身和胎儿的健康。

#### 4.2 保证充足的睡眠时间

妊娠期高血压疾病孕妇在日常生活中需要注意休息,孕妇应该保证充足的睡眠,每日休息时间不少于10小时,同时还应该注意注重睡眠环境的舒适度,睡眠环境尽量保持安静,减少噪音对睡眠的影响。在卧床休息时,建议选择左侧卧位,可减轻子宫对腹主动脉、下腔静脉的压迫,使回心血量增加,改善子宫胎盘的血供。左侧卧位24小时可使舒张压降低10mmHg。

#### 4.3 加强胎动的监测

通常来说,妊娠20周左右开始出现胎动,同时胎动还会随着腹中胎儿的发育而增强,特别在下午和夜间更是胎动的活跃期,而且胎动可能会持续20-40分钟左右。而妊娠高血压会影响胎盘的灌注,所以孕妇在孕早期就需要做好胎动的监测,正常情况下每小时胎动次数为3-5次,如果在日常生活中感到胎动出现异常,应及时就医,并进行密切观察,以保障胎儿的健康。

#### 4.4 合理调整饮食

孕妇在怀孕期间,需要对饮食进行合理调整,保证饮食的合理性,建议以清淡饮食为主。孕妇可从妊娠20周开始,每天补充钙剂1-2g,可降低妊娠期高血压疾病的发生。轻度妊娠期高血压孕妇在日常的饮食中需摄入足够的蛋白质(100g/d以上),要注重补充维生素、铁和钙剂等,保证为机体提供充足的营养,建议多食牛奶、鱼、鸡蛋以及豆类食品,同时还应该多食新鲜的水果和蔬菜,避免食用高脂肪、高糖分、刺激类食物。除此之外,轻度妊娠期高血压孕妇不必严格限制食盐,因为长期低盐饮食可引起低钠血症,易发生产后血液循环衰竭,而且低盐饮食也会影响食欲,减少蛋白质的摄入,对母亲和胎儿不利。但全身水肿的孕妇应限制食盐摄入量,每天食盐的摄入量控制在3-4g。

#### 4.5 加强孕期自我监测

妊娠期高血压疾病孕妇,应自妊娠早期开始接受产前检查,并主动坚持定期检查,以便及时发现异常情况,及时得到治疗和指导。倘若已经接受治疗的孕妇,要及时监测血压变化,不能因为血压暂时平稳而掉以轻心。若是孕期出现了新的异常

情况,比如上腹部不适、头晕头痛、阴道出血或者视力模糊等情况,应及时就医,避免耽误病情而威胁到孕妇和胎儿的生命安全。

#### 4.6 戒烟戒酒

众所周知,烟和酒对人体有非常大的伤害,同时也是诱发高血压的高危因素。对于孕妇而言,从备孕时应进行戒烟戒酒,并注重预防二手烟带来的危害,孕妇家人也应该做好配合工作,为孕妇以及胎儿的成长和发育营造良好的家庭环境。

#### 4.7 科学饮水

孕妇在整个怀孕期间,饮水是十分重要的。在日常饮水中,应以硬水为主,硬水中还有较多的钙离子和镁离子,能够更好地参与孕平滑肌细胞的收缩功能调节,如果缺乏钙离子和镁离子,就容易引起血管痉挛,从而导致血压升高。

#### 4.8 情绪管理

孕妈在整个孕期还应该保持积极乐观的心态,保持心情愉悦,这样不仅能够促进宝宝的发育,而且能够使孕妇的血压维持在一个平稳的状态。所以,孕妇在整个怀孕期间要避免长期处于不良情绪中,其家人尤其孕产妇爱人,要为孕妈妈们提供一个充满爱且和谐的家庭环境,为宝宝的健康发育以及孕产妇血压的控制奠定一个良好的基础。

#### 4.9 合理运动

妊娠期女性很容易出现疲劳感,所以在日常生活中应该注意劳逸结合,特别在孕7个月,要避免过度运动或者重体力劳动,而且在日常生活中,还需要减少家务劳动。一旦身体出现疲乏的情况,应立即卧床休息。在日常的生活中还应该进行适宜的有氧运动,比如说散步、孕妇瑜伽等,不仅可以调节心情,而且还能舒缓身体,在一定程度上能起到控制体重的效果,但是需要注意的是,在平时的运动中,必须要根据实际情况合理运动,运动量以身体不感到疲劳为宜。

总之,妊娠期高血压疾病对孕妈妈和胎儿的健康有极大危害,因此孕妇在怀孕期间必须要做好自我防护,积极掌握妊娠期高血压疾病的相关知识以及护理方法,以便将血压控制在合理范围内,从保障母婴的安全。

## 关于霍乱 一张图说清楚!



7月10日,武汉大学发现一例霍乱病例的消息引起广泛关注。霍乱——一个遥远而又陌生的词汇,它有啥症状、如何传播、怎么预防?来看看中国疾病预防控制中心给出的答案。

### ① 什么是霍乱?

霍乱是由O1群或O139群霍乱弧菌引起的急性肠道传染病,是我国《传染病防治法》规定的两种甲类传染病之一。

### ② 霍乱的传染源是什么?

霍乱病人或带菌者是霍乱的传染源。

### ③ 霍乱怎么传播?

霍乱可通过饮用或食用被霍乱弧菌污染而又未经消毒处理的水或食物和接触霍乱病人、带菌者排泄物污染的手和物品以及食用经苍蝇污染过的食物等途径传播。

### ④ 感染霍乱后有哪些症状?

大多数情况下,感染只造成轻度腹泻或根本没有症状,典型的症状表现为剧烈的无痛性水样腹泻,严重的一天腹泻十几次。如果治疗不及时或不恰当,会引起严重脱水导致死亡。

### ⑤ 什么人容易感染霍乱?

人群普遍易感,胃酸缺乏者尤其易感。

### ⑥ 公众如何预防霍乱?

预防霍乱的方法比较简单。主要是“把好一张口”,预防病从口入。做到五要五不要。

**五要:**饭前便后要洗手,买回海产要煮熟,隔餐食物要热透,生熟食品要分开,出现症状要就诊。

**五不要:**生水未煮不要喝,无牌餐饮不光顾,腐烂食品不要吃,暴饮暴食不可取,未消毒(霍乱污染)物品不要碰。

### ⑦ 什么时候容易得霍乱?

我国的流行时间为3~11月份,6~9月份是流行高峰。

### ⑧ 霍乱的潜伏期和传染期多少?

潜伏期数小时至5天,通常2~3天。粪便阳性期间均有传染性,通常至恢复后几天才会消失。

### ⑨ 如何发现自己感染霍乱?

有腹泻症状,尤其是剧烈的无痛性水样腹泻,应马上到医院就诊,并做霍乱弧菌的培养检查。

与霍乱感染者一起就餐或密切接触的人也应采取粪便或肛拭检查,以确定是否感染。

在霍乱疫区内或近日常去过霍乱疫区,出现腹泻,应及时到医院就诊并留粪便作霍乱细菌学检查。

### ⑩ 感染霍乱后应如何做?

霍乱传染性很强,一旦发现感染霍乱,无论是轻型还是带菌者,均应隔离治疗。病人和带菌者要配合疾病预防控制中心工作人员做好流行病学调查、密切接触者采样、家里疫点的消毒等工作。

### ⑪ 感染霍乱可以治愈吗?

只要及早发现,及时补充水分与电解质溶液,合理使用抗生素,治疗霍乱并不困难。

记者:徐晨 李丽

设计:唐浩鑫

