



警花春训练绽芳华

3月19日,区公安分局开展“巾帼风采、练兵绽芳华”警务技能春季训练以及女子防身术搏击训练,近40名女民警在缙云体育中心集结,进行了

催泪喷射器、伸缩警棍、手铐等常用器械的使用训练。随后,女民警们进行了女子防身术搏击训练,拳法、腿法、摔法……高强度的训练让女民警们浑身

被汗水浸透,但大家依然紧咬牙关,动作到位,拳拳生风,充分展示了我区警营玫瑰的风采。

通讯员 陈远鸿 摄



农技专家果园授技



本报讯(通讯员 谭玮 文/图) 3月18日是农历二月初二。俗话说:“二月二,龙抬头,大家小户使耕牛。”在此大地解冻,春耕初始的时节,民进北碚区工委的农业科技专家来到三圣镇卫东村“科技服务基地”,为果农开展春季水果管理技术现场培训(如图)。

随着卫东村打造半山经济带步伐的加快,该村果树种植面积已达2000余亩。针对村民对春季果树育苗、修

枝、土壤管理等方面农业技术的迫切需求,来自民进北碚区工委的农业科技专家徐俊仲、钱春、屈明等深入田间地头,为村民进行现场讲解,并现场示范柑桔、枇杷、李子等水果的春季管理技术,以专业服务提升村民的种植技能,增强村民致富信心。

接受了专家们的手把手指导,果农们纷纷表示此次培训太及时,回去以后一定用科学的方法来管理果园,相信今年一定能有一个好收成。

天生街道

中层干部登台晒目标促落实

本报讯(记者 霍吕)日前,天生街道召开2018年“新时代、新思想、新作为”工作推进会。会上,该街道11个科室及9个社区的有关负责人,依次登台讲述本科室、社区的年度工作目标

和落实举措,鼓舞士气,形成比学赶超的干事创业氛围。

“今年工作的总体思路是强队伍、抓执法、亮亮点,紧紧咬住城市综合治理考核排名靠前这个目标,以考核促工作提升。”天生街道城管执法大队有关负责人表示。

围绕财政工作和经济发展工作,该街道发展经济科有关负责人表示,在经济方面,将继续以协调、监管、服务为抓手,全方位为辖区企业做好服务,并积极发现、培育新的增长点,优化经济发展空间格局,力争在经济

发展方面有较大突破。

“社区将坚持以‘抓党建引领导、创新社区治理’为工作宗旨,强化社区服务功能理念,全面推进各项工作

健康发展。”碚峡路社区有关负责人表示,接下来将继续加强党建工作,持续转变工作作风,切实增强服务意识,着力打造社区社会治理新典范。

简讯

■3月21日,北温泉街道社区戒毒(康复)办公室联合北碚志愿者协会在华山社区开展禁毒宣传活动,通过摆放展板、发放禁毒宣传资料等形式,向社区居民宣传《中华人民共和国禁毒法》《戒毒条例》等相关法律法规,并以以案说法帮助广大居民认清毒品对个人、家庭、社会的危害,以及如何识别毒品、拒绝毒品等,引导辖区居民提高

识毒、防毒、拒毒意识,增强抵御毒品的能力。

(通讯员 王中文)

■3月22日,柳荫镇组织开展“崇尚科学、反对邪教”宣传教育活动,通过设置展板、发放宣传资料以及现场咨询等方式,向居民宣传反对邪教、禁毒、扫黑除恶、司法救助等知识,营造和谐稳定的社会氛围。

(通讯员 陈广正)

电力宣传进校园



本报(记者 曾晓隆 通讯员 谭定琴)“大家知道在我们的日常生活中,怎样可以有效预防触电吗?”“当身边人触电时,我们应该如何施救?”日前,国网重庆北碚供电公司的青年志愿者走进文星小学开展“青春光明行,不

忘初心跟党走”主题活动,向同学们宣传安全用电知识,用实际行动弘扬雷锋精神。

课堂上,青年志愿者用诙谐的语言、生动的课件、可爱的动画,向同学们科普电力基础常识,宣传预防触电注意事项、触电急救方法等,并通过有奖问

答式互动,让同学们积极参与到课堂中来。在激发同学们参与热情的同时,潜移默化地巩固大家对安全用电知识的掌握和应用。

据了解,国网重庆北碚供电公司今年3月份正式启动“青春光明行,不忘初心跟党走”系列活动,旨在发挥新时

期雷锋精神和志愿服务精神,全面营造向上向善、互帮互助的良好风尚。接下来,该公司将广泛发动团员青年结合自身实际,开展丰富多彩的学雷锋志愿服务活动,将雷锋精神有机融合到中心工作中,让雷锋精神得到弘扬和传承。

跨省异地就医住院费用直接结算十问

一、好处有哪些?

过去:参保人员异地就医自己先垫资,再回参保地报销。报销周期长,垫付压力大,个人负担重,往返奔波累。

现在:只需支付个人负担的医疗费用;医保支付费用由医保与医院直接结算。省心、省时、省力、省钱。

二、哪些人群受益?

- (一)常驻异地工作人员:用人单位派驻异地工作的人员。比如有一些驻外的办事处,这些员工长期在外面工作。
- (二)异地长期居住人员:在异地居住生活的人员。比如到北京这样的大城市,随子女居住,帮助带孩子的老年人。
- (三)异地转诊人员:因当地医疗机构诊断不了或者可以诊断,但是治疗水平有限,需要到外省就医的患者。
- (四)异地安置退休人员:退休后在异地定居并迁入户籍的人员,比如回原籍居住的退休知青,退休前在工作地参保,现在退休回原籍居住了。

三、程序怎么走?

- (一)先备案:先在参保地的经办机构备案;
- (二)选定医院:选择跨省定点医疗机构就医;
- (三)持卡就医:一定要带上全国统一标准的社会保障卡就医。

四、如何办理备案?

- (一)备案地点:各参保地的经办机构。
 - (二)备案信息(关键):
- 1.备案原因:是异地安置或居住、常驻工作、还是转诊转院等。
 - 2.就医地点:填写你需要去看病的地方。
 - 3.参保人员登记备案成功后,备案信息上传至国家异地就医结算系统。

五、政策很复杂吗?

政策很简单,三句话十五个字。
(一)就医地目录:包括基本医疗保险的药品目录、诊疗项目和服务设施标准。
(二)参保地待遇:执行参保地的起付线、支付比例和最高支付限额。
(三)就医地管理:就医地经办机构要为异地就医人员提供和本地参保人员相同的和管理,包括咨询服务、医疗信息的记录、医疗行为的监控、医疗费用的审核等。

六、能举个例子吗?

父亲老张的医保关系在老家河北。小张在海南工作,父亲老张随小张在海南生活。老张住院直接持社保卡结算时,依照的医保目录要按海南的规定执行,而住院起付线、报销比例、支付限额等,仍按照河北的医保规定执行。如老张异地定居申请了异地就医长期备案。2017年5月,老张在海南一家跨省定点医院住院,总费用2.5万元,通过跨省异地就医平台直接结算。

按照原来的结算方式,老张需要先垫资2.5万元,然后回河北报销。

现在直接结算后:老张个人不需要先全额垫资,医保报销部分由医保与医院直接结算,参保人员需支付个人自付部分。假如老张医保报销金额为1.75万元,即他只需支付7500元即可办理出院。

七、异地住院结算时,万一不成功怎么办?

异地就医人员如果持卡结算时出错:首先确认本人是否备案和就医的医院是否是开通跨省联网结算,都已确认后,如仍然结算出错,再请医疗机构医保办工作人员帮助联系定点医疗机构所属的统筹地区社保经办机构,第一时间排查解决持卡结算问题。

八、选择跨省定点医疗机构方便吗?

截至2017年10月31日,全国跨省定点医疗机构增加到7688家,超过90%的三级定点医疗机构已接入网,超过80%的区县至少有一家定点医疗机构可提供跨省异地就医住院医疗费用直接结算服务;目前我区重庆市第九人民医院、北碚区中医院已开通全国跨省异地联网结算。同时在现有医疗机构入网基础上,逐步将更多符合条件的医疗机构纳入异地就医直接结算范围。

九、补充保险、公务员医疗补助、大病保险等报销费用可在跨省异地就医定点医疗机构一并结算吗?

部分地区异地就医已实行一单结算,涉及:①基本医疗保险、②大病保险、③补充医疗保险、④公务员医疗补助等。参保人员只结算应由个人承担的费用。

十、如何获得异地就医的有关信息?

请记住一个使用功能强大的网址:<http://si.12333.gov.cn>。这是全国医保联网的信息查询系统,有五大功能板块:①异地定点医疗机构查询、②参保人员登记备案情况查询、③异地就医经办机构查询、④跨省异地就医费用查询、⑤统筹区开通信息查询。

北碚区人力资源和社会保障局

春季流感易发 我们可以这样预防



黎燕

呼吸科副主任,副主任医师。大学毕业后一直在“三甲”医院从事呼吸内科临床工作近15年,先后到新桥医院、重医附一院、西南医院学习,积累了广博的内科学知识,尤其在呼吸系统疾病诊治方面积累了丰富的临床经验,擅长治疗支气管哮喘、肺炎、慢支炎、慢性阻塞性肺疾病、肺心病、呼吸衰竭、胸膜炎、肺癌及肺栓塞、慢性咳嗽等各种呼吸系统疾病。安全操作纤维支气管镜3000余例,安全操作经皮肺活检200余例。担任重庆医科大学《内科学》及西南大学药学院《临床医学概论》大课教师,并带教进修生、实习生10余年,多次获得“优秀带教老师”荣誉,深得广大医学生的一致好评。
科室电话:023-68284900

春季是万物复苏的时节,也是流感易发的季节。什么是流感?有哪些症状?日常生活中如何防范流感?记者近日走访了市九院呼吸科副主任黎燕,请她为广市民预防流感支招。

流感和感冒的区别

“流感是流行性感冒的简称,它是由流感病毒引起的急性呼吸道传染病。常于冬、春季流行,通过空气飞沫传播,亦可通过直接接触患者的分泌物而传播。”黎燕介绍,流感和普通感冒症状虽然有些相似,但它们是不同的两种疾病。普通感冒,俗称“伤风”,由多种病毒引起,其中相当部分是由某种血清型的鼻病毒引起。流感是由流感病毒引起的。流感病毒分为甲(A型)、乙(B型)、丙(C型)三型。流感病毒容易变异,每次流感流行常由不同型别的流感病毒引起。流感临床表现为发热、头痛、浑身酸痛无力、怕冷,多伴有呼吸系统症状,比如流鼻涕和干咳。流感也可能引起腹泻和呕吐,还能加重潜在的疾病或者引起肺炎。

流感传染性强于感冒

黎燕说,感冒的症状没有流感严重,但比较多样化,以呼吸道症状为主,如喷嚏、鼻塞、流涕、咽痛、咳嗽等。一般患者少有高热,全身症状不显著。而普通感冒一般不会发生严重的并发症,也不会引起大流行。而流感传染性强,一旦有病例出现,迅速传播。由此可见,流感和普通感冒完全不同,它不是普通感冒的流行,而是一种比普通感冒严重得多的急性呼吸道传染病,需要特别加以预防。

黎燕说,流感的潜伏期为1到4天,平均为2天。成人流感发病前一天和发病后一周左右都可以传染,儿童流感传染性更强,最长发病后10天仍有传染性。市民一旦得了流感,不要盲目用药,应及时到正规医院治疗。流感治疗首先应隔离患者,保持房间通风。在医生指导下及早用抗病毒药物进行治疗。

预防流感有哪些有效的方法

- 黎燕说,普通感冒只能通过平时增强体质,休息好,多饮水,保证室内通风等来预防。而流感则可以通过实现接种流感疫苗来预防。此外,还有下列这些方法可以预防流感:
- 1.保持良好的个人及环境卫生。
- 2.勤洗手,使用肥皂或洗手液并用流动水洗手,不用污浊的毛巾擦手。双手接触呼吸道分泌物后(如打喷嚏后)应立即洗手。
- 3.打喷嚏或咳嗽时应用手帕或纸巾掩住口鼻,以免传染他人。
- 4.均衡饮食、适量运动、充足休息,避免过度疲劳。
- 5.每天开窗通风保持室内空气新鲜。
- 6.在流感高发期,尽量不到人多拥挤、空气污浊的场所。
- 7.接种流感疫苗已被国际医学界公认是防范流感的最有效的武器。由于流感病毒变异很快,通常每年的流行类型都有所不同。因此,每年接种最新的流感疫苗才能达到预防的效果。

记者 曾晓隆