

# 我国全链条护航生育健康

□新华社记者 李恒

全国辅助生殖机构达到645家,孕产妇系统管理率保持在90%以上,住院分娩率持续稳定在99%以上,建成3571家危重孕产妇救治中心、3221家危重新生儿救治中心……

记者6月26日从国家卫生健康委新闻发布会获悉,近年来,国家卫生健康委将“生”和“育”有机衔接,围绕“怀得上、孕得优、生得安、育得好、长得健”,推动全链条优质妇幼健康服务。

## 从早孕门诊到产前筛查,全程守护“孕得优”

今年年初,国家卫生健康委将“全国1万家医疗机构提供早孕关爱门诊服务”列为2026年为民服务实事。截至目前,各地设有妇产科的医疗机构已建成早孕门诊12226个。

“早孕门诊专门为怀孕14周以内的孕早期女性首诊提供‘一站式’便捷服务、‘主动式’关爱服务和‘组团式’协作服务,让每一位孕早期女性在这个特殊时期能得到更好指导。”国家卫生健康委妇幼司司长傅卫说。

南京市妇幼保健院主任医师沈嵘介绍,早孕门诊针对早孕早期女性特别关心和需要帮助的问题,分类提

供针对性指导。对于选择继续妊娠的,帮助“调身心、稳情绪”;对于暂时拿不定主意的,帮助“讲利弊、助抉择”;对于遇到异常情况的,帮助“查病因、稳处置”。

产前筛查是保障“孕得优”的另一道重要防线。北京协和医院主任医师蒋宇林表示,产前筛查能够检出常见的胎儿染色体疾病等,产前筛查和产前诊断有严格的技术门槛,公众可在省级卫生健康部门官网查询机构资质。

## 重视高龄孕产与无痛分娩,全力确保“生得安”

近年来,二胎妈妈、三胎妈妈越来越多,高龄孕妇比例持续上升。

“医学上通常把预产期年龄到35岁的孕妇称为高龄孕妇,这部分人群更易发生妊娠并发症和并发症等。”蒋宇林建议,高龄孕妈妈要提前3至6个月进行孕前体检,规范补充叶酸、复合维生素,主动按时接受产前诊断和遗传咨询,严格完成胎儿系统超声检查,做好产后康复。

分娩过程中的安全保障备受关注。沈嵘介绍,俗称“无痛分娩”的镇痛分娩是一项成熟、安全的技术,是生育友好医院建设的重要内容,助力产妇体面生产,还

能在一定程度上减少产后抑郁的发生,对产妇和胎儿来说都是非常安全的。

## 男女同备孕,筑牢生育健康根基

生孩子是夫妻双方共同的责任。北京大学第一医院主任医师姜辉表示,男性健康直接影响受孕成功率与胎儿质量,备孕男性要避免频繁桑拿等高温行为,工作1至2小时起来活动5至10分钟,不要长期穿紧身不透气的裤子。同时,要合理控制体重,规律作息,均衡饮食,科学锻炼,戒烟限酒。

针对男性不育,姜辉表示常见因素包括生殖系统相关疾病、内分泌与遗传因素、性功能障碍问题、生活方式与环境因素、免疫因素。他表示,临床上针对病因选择药物、手术或辅助生殖技术等治疗方案,大部分患者能获得理想效果。

北京大学第三医院主任医师李蓉表示,月经是反映女性生育健康的直观指标。月经周期长期紊乱、出现严重痛经或逐渐加重、非经期的阴道出血等要及时就诊排查原因。常规体检中要关注妇科超声、妇科炎症等。

(新华社北京6月26日电)

## 我省两部门联合印发《通知》

# 7月起,住院生娃“零自付”

本报讯(张静雯)住院生个孩子要花多少钱?我省即将更新答案:政策范围内“零自付”!近日,省医保局、省财政厅联合印发《关于进一步加强生育医疗费用保障工作的通知》(以下简称《通知》),明确自7月1日零起点分娩的参保孕产妇均可依规享受待遇。

根据《通知》,我省职工医保参保人员在省内定点医疗机构住院生娃发生的政策范围内医疗费用,不设起付线,100%报销,让广大职工群体生娃无经济后顾之忧。对于居民医保参保人员,《通知》明确,我省居民医保参保人员在省内定点医疗机构住院生娃,政策范围内医疗费用经基本医保、大病保险、医疗救助三重保障后,剩下的个人自付部分将由财政全额补助。

需要说明的是,在省外定点医疗机构发生的政策范围内住院分娩医疗费用,仍按参保地原待遇标准执行。除了费用减免,《通知》提及广受关注的“无痛分娩”(即“分娩镇痛”),明确取消“分娩镇痛”医疗服务项目先行自付比例,全额纳入医保报销范围。同时,鼓励有条件的地方对新生儿参保提供资助,将保障关口前移至“生命起点”,让孩子一出生就能拥有健康护盾。

## 武夷山医改做“加减法”:

# 患者住院从“人等床”到“床等人”

□本报记者 林李冰 通讯员 占婷

如果告诉你,一家医院不扩建、不加床,却能让患者少等近两个小时,一天多收治60位患者,你信吗?武夷山市立医院用两个多月的试运行证明了:可以。

“以前抢救室常常满床,大家脑子里那根弦一直绷着,就怕新来的危重患者没地方收治。现在流程顺了,心里也踏实多了。”6月26日,武夷山市立医院急诊科护士长郑丽英的这番话,道出了“全院一张床”管理模式带来的真实变化。

长期以来,“患者等床位,有的科室挤破头,有的科室空荡荡”,是不少公立医院的通病。今年2月,武夷山市立医院主动破题,在闽北地区率先试水“全院一张床”改革,设立床位运营中心,对全院床位统一动态调配,打破科室之间的“墙”,让有限的医疗资源流动起来。

经过两个多月的试运行,该改革于今年5月在全院正式推广。一组数据见证了变化:与去年同期相比,急诊患者平均候床时间从近5个小时缩短至3小时出头,床位使用率提升到97%左右,全院单日最高收治患者数从611人增至671人。床位周转更快了,急诊拥堵也明显缓解。

更难得的是,收治质量不降反升。试运行期间,需要一级护理的重症患者占比和二、四级手术占比均稳步提高,实现了“快收快治”与“安全质优”的双重目标。这正是管理精细化带来的红利。

“改革的核心,就是让医生跟着患者走。”武夷山市立医院院长林清解释。患者需要住院时,床位由运营中心统一安排。若专科床位紧张,便遵循“急诊优先、专科相近、区域相邻”原则,跨科收治至其他病区。患者住过去,原科室医生照样前往查房、制定治疗方案,护理则由收住病区负责。这样一来,患者不再干等床位,谁治病、谁护理也各司其职,流程顺畅许多。

精准调度离不开技术支撑。医院上线的可视化床位管理系统,每10秒自动刷新床位状态,医护人员通过院内平台或医院公众号即可实时查看空床信息。系统还自带预警功能:某科室床位使用率低于75%时亮红灯,提示资源闲置,便于运营中心及时协调收治;床位紧张时则迅速启动跨科机制,确保急诊患者应收尽收。

目前,全院所有科室都已纳入统一床位调配范围,床位资源的潜力真正被挖掘出来。跨科收治,安全是底线。医院专门制定《跨科收治患者医疗安全管理细则》,明确收治医生对患者全程负责,并建立医生备班机制,确保病情变化时能第一时间有人处置。护理方面,通过分层级培训、专科护士结对指导等方式,着力提升全科照护能力。正是这套“医护双线兜底”的机制,让患者跨科住院也能安心。

从“患者等床”到“全院统筹”,从“静态管理”到“动态治理”,武夷山市立医院以资源统筹的“小切口”,撬动了服务效率与质量的双提升,为公立医院高质量发展提供了一个可复制的基层样本。

林清表示,目前“全院一张床”已进入常态化运行,下一步将结合大数据持续优化调度算法。这家县级医院正以精细化管理,在破解群众“住院难”的道路上书写一份有温度的答卷。

## 健康 科普

# 记性变差不光是老人病 年轻人也要警惕“脑雾”

□黄隽 唐雯晖

记性变差究竟是人体正常衰老现象,还是大脑发出的疾病预警?熬夜、情绪压力是否会造成不可逆脑损伤?轻度认知下降能否通过干预改善?针对市民普遍关心的大脑健康问题,南平市人民医院老年病科中医副主任医师蒋幼聪认为,大脑养护不分年龄,生理性健忘与病理性认知障碍差异显著,早期精准识别、科学干预,能够有效延缓甚至逆转轻度认知损伤,保障群众生活质量。

## 健忘的类型各有不同

“生理性健忘多为部分遗忘,经旁人稍加提醒,患者就能完整回忆全部事件,性格、情绪不会发生突变,健忘症状时轻时重,不会持续加重。”蒋幼聪介绍,这同长白发、老花眼原理一致,是机体老化的正常现象,无需过度焦虑。

病理性认知障碍是大脑器质性病变引发的持续性、进行性神经损伤,属于疾病预警信号。临床表现表现为记忆力大幅衰退,患者反复询问同一问题,反复告知仍无法留存记忆;常年熟练的家务、工作难以完成,计算、规划能力大幅下滑;频繁出现物品错放、熟悉环境迷路、无法自主管理钱财等情况。

与此同时,患者会出现性格情绪剧变,原本开朗温和的人变得孤僻多疑,易怒暴躁,主动回避社交、放弃个人爱好。蒋幼聪特别提醒,一旦出现反复迷路、无法理财、性格骤变、丧失基础生活技能等表现,须第一时间前往神经内科或记忆门诊筛查,避免延误最佳干预时机。蒋幼聪发现,生活中大家常把认知障碍、老年痴呆、阿尔茨海默病混为一谈。认知功能障碍覆盖两个阶段:早期主观认知下降、轻度认知障碍,此时损伤较轻,基本不干扰日常生活。持续恶化后进入重度阶段,也就是大众口中的老年痴呆。老年痴呆是认知障碍发展到严重阶段的统称,此时认知、记忆衰退严重,患者失去独立生活能力。阿尔茨海默病是老年痴呆最主要类型,占全部痴呆病例50%至70%,典型表现为近记忆彻底丢失,性格行为异常、认知全面衰退。厘清三者概念,能够帮助市民精准识别病情,避免因认知误区导致的拖延治疗。

## 认知障碍不再是“老年专属”

以往认知障碍被贴上“老年病”标签,但临床就诊数据显示,中青年记忆力下降、脑雾患者逐年增多,认知障碍早已不再是老年专

属疾病。蒋幼聪系统归纳五大核心诱因。长期职场竞争、生活不确定性使人体持续分泌皮质醇,直接损伤负责记忆的海马体与管控决策的前额叶神经元;抑郁、焦虑会打乱多巴胺、5-羟色胺等神经递质分泌,诱发健忘、反应迟钝。

不良生活方式是加速大脑退化的重要原因。长期熬夜剥夺大脑夜间自我修复时间,过度依赖电子产品、搜索引擎,导致人体主动思考、深度记忆能力持续退化;长期久坐造成脑部供血不足,高糖高脂饮食引发代谢紊乱,多重因素叠加加重脑疲劳。

此外,高血压、糖尿病、高血脂等慢病年轻化,持续破坏脑血管内壁,造成脑部供血不足,诱发血管性认知障碍。长期超负荷工作消耗大脑神经可塑性,导致思维迟缓、注意力涣散;碎片化信息过载、线下社交缺失,进一步加剧认知功能损耗。

那么,熬夜、焦虑是否会造成永久性脑损伤,蒋幼聪解释说,短期熬夜、临时性焦虑引发的脑雾、健忘,大多属于功能性失调,无器质性损伤,及时调整作息、舒缓情绪、坚持运动后可显著改善,不会形成不可逆损伤。但如果长期昼夜颠倒、持续精神高压,且叠加三高、肥胖、慢性疲劳等问题,会

逐步出现脑血管、神经元器质性损伤,最终发展为难以逆转的认知衰退。他强调,规范管控血压、血糖、血脂是性价比最高的护脑方式,能够有效保护脑血管、减少脑细胞损伤,缓解轻度认知下降,阻断病情进展。

## 捕捉隐匿的早期信号

认知障碍早期症状十分隐蔽,常被误认为是正常衰老。专家提醒,若持续3个月以上出现做事无条理、言语卡顿、频繁迷路、判断力下降、物品错放、性格突变、回避社交等多项叠加症状,需及时就医评估。

据介绍,不同病因引发的轻度认知下降,预后效果差异明显。由甲状腺功能减退、维生素B12缺乏、抑郁焦虑、镇静药物副作用、短暂脑缺血等可逆因素引发的轻度认知障碍,去除病因、对症治疗后可完全康复。无器质性病变的早期轻度认知障碍,配合长期认知训练、健康生活干预,多数患者能维持稳定甚至好转。

对于阿尔茨海默病等神经退行性疾病引发的认知问题,大脑已形成不可逆蛋白沉积、神经元坏死,无法彻底痊愈,但通过规范用药、居家康复训练,可有效延缓衰退速度,保留基础生活能力。大面积脑梗、脑出血造成大量脑组织坏死引发的认知损伤,仅能通过康复训练小幅改善功能,难以完全复原。

结合《认知障碍患者居家康复管理的中国专家共识(2026版)》,蒋幼聪向市民普及居家康复的主要举措,操作简单、适合长期坚持。患者日常可坚持脑力与体力双向训练,通过拼图、读写锻炼思维记忆,搭配有氧运动促进脑部供血;饮食应遵循少糖、少盐、少油的原则,多摄入深海鱼、坚果、新鲜果蔬,为脑细胞代谢提供营养。

同时,保持规律作息,坚持日常人际交往与户外社交,激活脑神经活力;日常保持温和心态,减少情绪波动,避免精神刺激。针对慢病人群,需持续监测、规范管控血压、血糖、血脂,从源头降低脑损伤风险。可每周记录患者饮食、睡眠、情绪变化,每3至6个月进行认知功能复查,动态调整养护与干预方案。蒋幼聪表示,大脑养护贯穿终身,无论青年还是老年,发现记忆、认知异常需及时筛查,尽早干预,通过科学养护持续守护大脑健康,保障优质生活质量。

征程,总结百年治党治国宝贵经验,为新时代政协履职指明正确方向,提供根本遵循。市政协机关党员干部表示,要把学习贯彻习近平总书记重要讲话精神作为当前和今后一个时期首要政治任务,统一思想行动,坚持党对政协工作的全面领导,聚焦“十五五”规划落实和全市改革发展重大问题,用好政治协商、民主监督、参政议政职能,以实干实效深刻领悟“两个确立”、坚决做到“两个维护”,为推进中国式现代化南平实践广泛凝聚人心、凝聚共识、凝聚智慧、凝聚力量。

“一百零五载风雨兼程,初心如磐。作为教育工作者,我更加深刻体会到‘为党育人、为国育才’使命之重、责任之坚。”市教育局党组书记、局长,市委教育工委书记杨奎在观看庆祝中国共产党成立105周年大会后说,我们将认真贯彻执行党的教育方针,深入实施教育“十五五”规划,坚持立德树人根本任务,深挖南平这片思想沃土与文化富矿的育人价值,把思政教育“小课堂”和社会“大课堂”有效结合起来,打造具有南平辨识度的“大思政课”,不断增强青年学生的志气、骨气、底气,培养堪当民族复兴大任的时代新人,为南平绿色高质量发展贡献教育力量。

南平市农业学校党委书记黄金弟表示:“观看庆祝中国共产党成立105周年大会,聆听习近平总书记重要讲话,令我倍感振奋,深受洗礼。作为学校党委书记,我将进一步扛起管党治党第一责任,立足闽北乡村振兴需求,深耕农职教育,坚守为民造福的政绩导向,贯彻落实总书记关于‘三农’工作的重要指示精神以及给福建农林大学的回信嘱托,自觉扛起强农兴农的育人使命,建强农业人才‘蓄水池’,组织教师以科技特派员身份当好田间‘排头兵’,深耕田间课堂。在坚决摒弃形式主义、把农职服务扎根沃土野陌,用实实在在的成效赋能闽北乡村振兴,助力

农业农村现代化建设。”

在观看庆祝中国共产党成立105周年大会后,南平市民政局机关党委专职副书记陈文涵说,作为民政干部,将深入学习贯彻习近平总书记重要讲话精神作为当前和今后一个时期的重要政治任务,牢固树立和践行正确政绩观,以“幸福‘民’生·初心见‘政’”党建品牌为引领,夯实基层基础、锤炼党员作风,把党建活力转化为民生服务实效,因地制宜推广乡镇“幸福里”社区“四不离”互助养老模式,深化社会救助“1+N”联动机制,完善殡葬全程代办服务,用心用情办好各项民生实事,为助力南平经济社会发展、增进民生福祉贡献民政力量。

南平市委党史方志室党员干部表示,要把学习贯彻习近平总书记在庆祝中国共产党成立105周年大会上的重要讲话精神作为当前和今后一个时期的一项重要政治任务,以先进典型为榜样,以昂扬的精神状态和奋发的进取精神,大力弘扬伟大建党精神,牢记初心使命,践行宗旨意识,树立和践行正确政绩观,围绕职责使命,主动担当作为、履职尽责,进一步深化党史研究和阐释,强化精品意识推进志鉴编纂工作,着力锻造政治过硬、业务精湛、作风优良的党史方志干部队伍,努力为推动党史方志工作高质量发展、创造新的更大业绩。

“观看庆祝中国共产党成立105周年大会后,我倍感振奋,深受启迪。新征程催人奋进,新使命呼唤担当。”武夷新区党政办公室主任谢进表示,作为新区干部,将深怀感恩之情,汲取奋进力量,把学习成果转化为干事创业的强大动力;坚定信念、对党忠诚,以先进模范为标杆,不断提升综合素质与履职能力;立足武夷新区发展定位,主动融入发展大局,聚焦主责主业,勇于担当、善于作为;以初心践使命,以实干促发展,为武夷新区高质量发展贡献全部力量。

南平市住建局城建科工程师王元顺表示,作为住建

系统年轻党员干部,将深学笃行习近平总书记在庆祝中国共产党成立105周年大会上的重要讲话精神,紧扣南平城市更新“十五五”规划,坚持以人民为中心,常态化开展城市体检,精准排查城建项目谋划与城乡基础设施建设中的短板,建立清单化、闭环式整改机制,系统推进城市更新行动。同时,抓实“我为群众办实事”实践活动,着力推动片区综合开发和居住功能完善等重点项目,稳步提升城乡整体品质,把学习成效转化为项目推进实效,不断增强群众的获得感、幸福感,以实干担当为南平城乡建设事业高质量发展贡献青春力量。

“收看庆祝中国共产党成立105周年大会后,我内心倍感振奋,肩头责任更加厚重。”浦城县管厝乡党溪村驻村第一书记张依婷表示,百年征程里,一代代共产党人以鲜血、汗水、勇气与智慧书写时代答卷,使她深受洗礼。作为驻村第一书记,她将立足党溪村实际,深挖本土文旅资源,做强特色富民产业,时刻把群众冷暖放在心上,脚踏实地、久久为功,奋力打造宜居宜业和美乡村,用乡村振兴的实绩践行共产党员的初心使命。

“在中国共产党的带领下,国家实现了从站起来、富起来到强起来的伟大飞跃,我们村也发生了翻天覆地的变化,老旧小区改造、人居环境整治、便民服务提质等一件件民生实事落地见效,群众的幸福感、获得感持续提升。”建阳区崇泰街道赤岸村书记张望说,收看庆祝中国共产党成立105周年大会后心情澎湃,作为一名村书记,将始终扎根乡村一线,牢记为民初心,主动扛起村级治理、民生服务、乡村发展重任,不断提升履职能力,筑牢基层党建根基,以基层乡村实干佳绩向建党105周年献礼。

(本报记者 郑富雷 徐陆锋 严岚 张莎 余雅丽 卢国华 程若兰 陈颖 通讯员 施伟邦 谢丁辉 罗彩媚 许映琼 宋丹丹 袁野 黄慧聪 王维 谢寿邦)

(上接第一版)大家一致认为,习近平总书记的重要讲话高屋建瓴、思想深刻、催人奋进,全面回顾了中国共产党105年来栉风沐雨、砥砺前行、砥砺前行的光辉奋斗历程,深刻总结了党的百年宝贵经验,展望党和人民事业发展的光明前景,为做好新时代人大工作指明了前进方向,提供了根本遵循。大家纷纷表示,要把学习贯彻习近平总书记重要讲话精神作为当前和今后一个时期的最重要政治任务,切实把思想和行动统一到讲话精神上来,始终坚持党对人大工作的全面领导,牢牢把握人大工作正确政治方向,聚焦全市中心工作,依法履职尽责,不断提升立法、监督、代表等各项工作质效,以扎实的履职成效坚定拥护“两个确立”、坚决做到“两个维护”,为奋力推进南平绿色高质量发展贡献人大力量。

市政府办组织全体党员干部集中收听收看庆祝中国共产党成立105周年大会,全程认真聆听习近平总书记重要讲话。大家一致表示,习近平总书记的重要讲话,立意高远、振奋人心、催人奋进,为我们在新时代新征程做好“三服务”工作指明方向、提供遵循。我们将以此次大会精神为指引,坚定信心、接续奋斗,深入学习贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想,牢固树立和践行正确政绩观,深入践行“五个坚持”,聚焦中心大局,主动担当作为,有效发挥统筹协调、参谋助手、督促检查、服务保障等职能作用,按照“快稳准细实”要求,锤炼过硬作风、提升履职本领,用好“三化五定”闭环落实机制,推动党中央决策部署和省委、市委工作要求落地见效,以实干实绩为中国式现代化南平实践贡献人大力量。

南平市政协机关组织党员干部集中收听收看庆祝中国共产党成立105周年大会,聆听习近平总书记重要讲话后,大家一致表示,习近平总书记重要讲话立意高远、内涵丰富、鼓舞人心,系统回顾党105载风雨兼程的奋斗



(严数时制图)