



国家中医药管理局部署第二季度重点工作

全力推进中医药深化改革

4月18日，在国家中医药管理局局务(扩大)会议上，国家卫生计生委副主任、国家中医药管理局局长王国强安排部署了第二季度重点工作，强调全力推进中医药深化改革，尽快制订工作方案，明确时间表和路线图。

加快推进中医药健康服务发展。基本完成《中医药健康服务发展规划(2015-2020年)》的编制工作；推进中医“治未病”健康工程，协调国家卫生计生委等部门出台《中医养生保健服务机构标准》，研究制定中医类别医师在非医疗机构提供保健咨询和调理服务的要求，印发《中医预防保健(治未病)科研纲要》实施方案并组织实施；组织研究制订中医药健康旅游基地建设标准；协调民政部、卫生计生委推动开展中医药与养老服务结合试点。

着力推动中医药发展列为国家战略。完成中医药发展战略研究报告，为编制中医药发展中长期专项规划提供依据；协调国家发改委，争取将中医药发展中长期专项规划纳入国家专项规划编制工作计划；会同工业和信息化部等推进《中药材产业中长期(2014-2020年)发展规划》印发实施；配合国家发改委、卫生计生委等部门做好卫生服务体系规划编制工作；完成中医药海外发展战略研究，并积极协调争取设立专项推动实施；做好中医药事业发展“十三五”规划编制前期准备工作，开展规划编制专题研究。

- 协调国家卫生计生委等部门出台《中医养生保健服务机构标准》，印发《中医预防保健(治未病)科研纲要》实施方案并组织实施。
●争取将中医药发展中长期专项规划纳入国家专项规划编制工作计划。
●研究起草城市公立中医医院改革试点实施方案和中医医疗联合体试点工作实施方案以及中医分级诊疗办法。

扎实推进中医药参与医改。推进公立中医医院改革，提出县级公立中医医院综合改革试点工作的要求，研究制定县级公立中医医院综合改革评价指标体系，研究提出破除“以药养医”、理顺医药价格的中医药政策措施；研究起草城市公立中医医院改革试点实施方案和中医医疗联合体试点工作实施方案以及中医分级诊疗办法；推动完善鼓励中医药服务提供与应用的政策措施，研究起草在全国民医保中鼓励使用中医药服务的文件，协调相关部门开展中医优势病种付费方式改革试点；开展中医药健康管理项目绩效考核评价，启动研究制订新增基本公共卫生服务中医药项目，并开展试点；提出鼓励支持社会办中医和推进中医类别医师多点执业的政策措施。

加快推进中医药立法进程。抓紧协调国务院法制办修改完善法律草案，按程序早日提交国务院常务会议审议。

着力提升中医药服务能力和水平。继续深入实施基层中医药服务能力提升工程，组织开展检查评估和督导工作，启动2014年全国基层中医药工作先进单位申报评审工作；推进中医医院多专业一体化和中医综合诊疗服务模式工作，总结服务模式，并研究制定推广实施方案；继续开展中医医院持续改进活动，部署检查评估工作；加强中医重点专科建设，印发“十二五”中医重点专科建设中期评估细则和工作方案，研究起草国家中医重点专科五年建设规划，加强中医医院管理，研究制订大型中医医院巡查工作方案；联合卫生计生委开展综合医院中医药工作专项推进行动，推动妇幼保健机构中医妇科和中医儿科纳入局重点专科相关病种协作组开展专科病种合作。

着力提高中医药人才队伍素质。完成第二届“国医大师”评选工作；推进中医药院校教育教学改革，启动卓越医生(中医)教育培

养计划；推进中医药毕业后教育体系建设，加强中医住院医师和中医类别全科医生规范化培训(培养)基地建设；推进中医药职业教育和继续教育，组织实施国家级中医药继续教育项目；推进中医药传承与创新工程。

着力推进中医药协同创新。加强中医药创新体系建设，推动建立中医药协同创新机制，研究制定加强中医药科技创新体系建设的指导意见，提出产学研协同创新政策；深化国家中医临床研究基地建设，推进临床研究基地重点病种临床科研共享系统联网，落实临床研究基地建设拓展重点病种研究新领域，组织开展基地验收；开展中药资源普查试点，组织和指导16个中药材种质资源基地完成建设规划；加强科研项目管理和促进成果转化，制定落实加强改进中央财政科研项目管理和资金管理的若干意见具体措施，建立中医药科技成果信息服务平台。

着力加强中医药文化建设和宣传工作。组织开展2014年“中医中药中国行——进乡村、进社区、进家庭”活动，做好“中医中药台湾行”的各项准备工作；继续组织中医药文化科普巡讲，推动“中国中医”频道尽快上线；完成中医药事业发展白皮书；做好中医药新闻发布等重大宣传计划的落实工作，研究制订涉及中医药事件舆论的应对和处置方案。

新华



预防手足口病中医有良方

本报记者 孙闯河

日前，记者到市中医院采访时发现，前来儿科看病的患儿人数有所增多，其中有一些婴幼儿被确诊为手足口病。为此，记者采访了市中医院儿科主任王宏霞，请她来谈谈中医是如何预防和治疗手足口病的。

在儿科门诊，正在为患儿检查的王宏霞说：“春夏两季是手足口病的高发期，遇到发热、流鼻涕、咳嗽的患儿，我们总是检查得格外仔细，以免延误病情。”说到中医对手足口病的辨证施治，王宏霞说：“中医认为，手足口病乃由湿热疫毒感染所致，多发于春夏两季，治疗上宜清热解暑祛湿，清凉解毒、疏散风热或兼以透疹外出。其中，在发疹初期，患儿仅见少量疱疹，分布稀疏或伴有表证，病位主要在肺，这时易采用疏散风热、透疹外出的治疗方法，佐以清热解毒，使表邪得解、邪有所出、疱疹得消；对于湿重于热者，临床症状除见大量疱疹显现，疱中含有脓液，患儿还伴有大便稀溏、苔黄腻、脉滑等症状，这时的治疗应以化湿为重点，兼以清热解毒。对于热重于湿者，可见疱疹红、身热不宁、烦躁口渴、大便干结等症，这类患儿在治疗上应以清热解毒为主，佐以祛湿。”

谈到具体的治疗方法，王宏霞说：“治疗手足口病，中医治疗效果比较好，既能消除和缓解症状，又能缩短病程。在发病的早期和中期，一般采用清热解毒、化湿凉血的疗法，常用的药物有连翘、黄芩、栀子、生苡仁、牛蒡子、蝉衣、紫草、芦根、竹叶、生石膏、黄连、灯芯草、六一散等；在发病的后期，若出现手足心热、进食少、烦躁不安等症状，可以再加入生地、麦冬、白薇、玉竹等养阴清热之品。”

另外，王宏霞提醒广大家长，一旦孩子出现以上症状，应及时到正规医院就诊，并积极配合做好隔离工作。此外，患儿可能因发热、口腔出现疱疹而不愿进食，所以饮食要清淡、可口、易消化，口腔有糜烂时多吃一些流质食物，禁食冰冷、辛辣、咸等刺激性食物。每次餐后用温水漱口，口腔有糜烂时可涂鱼肝油，以减轻疼痛，促使糜烂早日愈合。患儿的衣服、被褥要及时清洁，衣服应宽大、柔软，经常更换；剪短患儿指甲，必要时包裹患儿双手，防止抓破皮疹；臀部有皮疹的患儿，应随时清理大小便，保持臀部清洁干燥。

最后，王宏霞强调，一些家长认为板蓝根可以抗病毒，所以经常给孩子服用。其实，这是不符合中医理论的。中医认为，人体是一个统一的整体，也是一个平衡体，只有达到阴阳平衡才能不发病，治病也是同样的道理，正所谓阴阳秘，精神乃治。由于板蓝根药性凉，滥服会导致孩子脾胃虚寒。因此，服用板蓝根要适量，并加藜香或苏叶等药性比较温和的药物煎水服用，从而保护好胃肠道。



动动脚趾消除疲劳

一个人最疲劳的部位要数双腿，双腿几乎承担着人体的所有活动，所以有“人老腿先老”一说。经常做做脚趾操，能够帮助人们改善腿脚衰老的症状。

所谓脚趾操，就是活动脚趾与按摩脚趾相结合。活动脚趾有几种方法：一是双腿直立，脚尖并拢，脚后跟一抬一落；二是坐在凳子上，用脚趾从地板上夹起小球，反复练习；三是在坐、卧时有意识地随意前后活动脚趾，持之以恒，多活动脚趾可以促进血液循环，有效消除足部疲劳。

按摩脚趾就更简单了，每天洗澡或洗脚时，让双脚在40℃的热水中浸泡5分钟左右，然后先用手按摩脚心，直到局部发红发热为止。在按摩脚心的同时，动动脚趾，用手将脚趾来回按摩。按摩脚趾可以消除疲劳、恢复体力、增进食欲、健脾益胃。足浴后按摩脚底、脚趾，对精神衰弱、顽固性膝踝关节麻木疼痛、肾虚腰酸腿软、失眠、慢性支气管炎、偏头痛等都病症有一定的疗效。

小欣

活动预告

下一期，“市民走进中医院”活动将带你走进市中医院内六科。在这里，你可以详细了解中医在治疗脾胃病、老年病等方面有哪些专长和优势。如果你有兴趣，可以拿起电话，拨打13598538802或13603918692报名，凡报名参加者都有精美礼品相送。

紫花地丁

紫花地丁，别名野苣荬菜、光瓣苣荬菜等，是多年生草本植物，无地上茎，叶片下部呈三角状卵形或狭卵形，上部较长，呈长圆形、狭卵状披针形或长圆状卵形。紫花地丁味苦、辛、寒，归心、肺经，具有清热解毒、凉血消肿、清热利尿的作用，主要治疗疮、痈肿、黄疽、痢疾、腹泻、目赤、喉痹、毒蛇咬伤等。

据市中医院中药科科主任李娥介绍，紫花地丁在炮制时，取原药材，先除去杂质，用水洗净，然后切段，干燥。炮制后贮藏于干燥容器内，置阴凉干燥处，防潮，脾胃虚寒者慎服。同时，在服用紫花地丁时应注意以下几点：凡各种疔毒、疮、红肿热痛者，可单用鲜品捣汁服，并用其渣敷于患处或与金银花、蒲公英、野菊花配伍；气血两虚者，可加入当归、黄芪；湿热凝结、骨痛疼痛高肿者，可与茯苓、车前子、金银花、牛膝同用，以利湿清热；颈项瘰疬核者，可与夏枯草、玄参、贝母、牡蛎同用，以散结消肿。 本报记者 梁智玲 整理



李娥教你识中药

先住院 后缴费

焦作市中医院于2012年4月30日开始，对新农合病人和医保(城镇职工基本医疗保险、居民基本医疗保险)病人实行“先住院、后缴费”新型服务模式。市中医院竭诚为广大市民提供更加优质的服务。

用心服务 守护健康

——记市中医院内六科护理团队

本报记者 梁智玲

“大娘，输完液后要进行治疗热敷包治疗，您先休息一会儿，我去准备材料。”“知道了，热敷包效果不错，再加上你的技术也好，我这几天腹胀感减轻了不少。”在市中医院内六科接受治疗的赵大娘，对医生制订的治疗方案和护士精湛的技术感到非常满意。

市中医院内六科目前拥有床位30余张，每个房间配备有独立的卫生间，住院环境良好。“我是因为胃部不舒服来该科就诊的，作了无痛胃镜检查后，医生发现我的胃部有一个肿块，便进行了切除，并在术后配合热敷包进行治疗，现在恢复得很好。”赵大娘说。在医生的安排下，护士将粗盐和医生开出的中药混合到一起，用专用袋子包好，放进微波炉里加热到合适的温度，然后放在赵大娘的腹部进行治疗。该科护士长王云介绍，内六科目前开展了多种中医外治法，包括热敷包、艾灸、中药浴足等，极大地减轻了患者的痛苦，深受好评。

市中医院内六科主要采用中西医结合疗法治疗老年病，如心脑血管疾病、慢支肺气肿、糖尿病及消化系统疾病，如慢性胃肠道疾病、肝硬化腹水等效果明显、毒副作用少。近年来，该科在采用介入疗法治疗胆结石方面也有长足的发展。

今年80岁的毋大爷患上哮喘10多年，每年都要犯病多次。“尤其是在换季的时候，我最容易犯病，每次犯病都会出现心慌、闷



王云(右)与该科护士一起为患者进行艾灸治疗。

本报记者 梁智玲 摄

气、呼吸不畅等症状。”毋大爷回忆说，他在家人的陪伴下到市中医院内六科就诊，希望能用中医的方法对自己的病进行治疗。

该科医生接诊后，根据毋大爷的身体特点，制订了内服中药并配合艾灸、贴敷的治疗方案。经过3个多月的治疗，毋大爷的身体状况有所好转。“连续两年了，我都在这里进行冬病复治，医生说3年为一个周期，我现在已经感觉好多了。”毋大爷说。据毋大爷的家人介绍，在该科接受中医系统治疗以来，毋大爷几乎没有再住过医院，尤其是在喘证容易复发的秋冬季，他也能顺利度过。“现在每隔两个月来医院复查一下，根据身体实际情况进行中医治疗，我真得要好好感谢这里的医生和护士。”毋

大爷说。

该科护士用精湛的技术和优质的服务，为患者康复带来了保障。“这里的护士态度都很好，她们总是想方设法为我们考虑，力所能及地满足我们提出的要求。”采访时，一位住院患者忍不住夸赞。这位患者因患有慢支肺气肿住进了该科，在住院的10多天里，除了正常的查房和治疗时间，护士每天都要过来看他好几趟，询问他有没有什么地方需要帮助，这种认真负责的态度让他感觉很安心、很温暖。王云说：“尤其是喘证容易复发的秋冬季，我们注重对患者进行人性化护理，急病人所急，想病人所想，用真诚的服务为患者守护健康。”

揉搓鼻翼 茶水洗脸 健脾祛湿

谷雨养生三部曲

今年4月20日是二十四节气中的第六个节气——谷雨，也是春季的最后一个节气。谷雨时节雨水增多，有利于谷类农作物的生长。养生保健专家提醒，这个时节也是预防过敏、健脾祛湿和护肤保健的重要时段，并向大家推荐了谷雨养生三部曲。

揉搓鼻翼缓解过敏

古时有“走谷雨”的风俗。谷雨这天，大家走村串户或到野外走动，与自然相融合，强身健体。如今，这样的风俗逐渐演变为春游或踏青，但对于过敏体质的人而言，谷雨前后花粉、柳絮较多，需要防花粉症及过敏性鼻炎、过敏性鼻炎等病症。这类人群除了要注意避免与过敏源接触，减少户外活动外，不妨每天早或者外出之前用冷水搓揉自己的鼻翼。

养生保健专家介绍，导致鼻炎的主要原因是鼻黏膜敏感、鼻腔的

免疫力降低。每天早晚用冷水洗鼻子有利于增强鼻黏膜的免疫功能，是防治鼻炎不错的办法。用冷水洗鼻子的时候，顺便揉搓鼻翼可改善鼻黏膜的血液循环，有助缓解鼻塞、打喷嚏等过敏性鼻炎症状。

茶水洗脸防止衰老

目前，正是春茶上市的季节，虽然价格稍高，但由于此时的茶口感最好、最养人，还是吸引了不少爱茶之人。但是，喝剩下的茶叶水倒掉是不是很可惜呢？

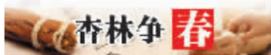
为此，养生保健专家建议，大家不妨用喝剩下的茶叶水洗脸，不但能减少皮肤病的发生，而且可以使脸部皮肤有光泽、滑润、柔软，用纱布蘸茶水敷于眼部，每日1-2次，每次20-30分钟，有助于消除黑眼圈。茶叶中含有茶多酚，有抗氧化作用，可防止肌肤衰老。此外，茶叶还能抗辐射，尤其适合长期使用电脑的女

性，可抑制皮肤色素沉着，减少过敏反应的发生，茶叶中的鞣酸作用还可以缓解皮肤干燥。

按揉穴位健脾祛湿

谷雨时节，空气中的湿度逐渐加大，潮湿的环境容易让湿邪侵入人体，造成胃口不佳、身体困重不爽、头重如裹、关节肌肉酸痛等症状，对于各类关节疾病患者，如风湿性关节炎患者，要引起足够的重视。

养生保健专家介绍，中医认为，湿气通于脾，因此祛湿要从健脾补脾入手。按揉阴陵泉穴能起到健脾祛湿的功效。因为阴陵泉是脾经的合穴，也是祛湿要穴。该穴位于人体的小腿内侧，膝下胫骨内侧凹陷中，取该穴道的时候，应采用正坐或仰卧的姿势，每次左右腿穴位各按摩60下，每日早晚各按摩一次即可，以穴位感到酸胀为适度。杨璞



刘利花：想方设法为患者解除痛苦

本报记者 梁智玲

刘利花是市中医院内二科的一名护士，别看她是一个“80后”，但各种护理手法却非常专业、熟练。在市中医院日前举办的静脉输液技能大赛中，她以两轮比赛一次扎针100%的成功率取得了优异的成绩。“病人的痛苦我看在眼里，急在心上，想方设法为患者减轻痛苦，不怕脏、不怕累，是我应尽的职责。”她对记者说。

刘利花所在的内二科以治疗心血管疾病为主。对于心血管疾病患者来说，便秘可能是一个致命的危险因素。一个月前，一位年过七旬的老人因心脏病在该科治疗，这名老人入院前连续6天没有解大便，有强烈的腹胀、腹痛感，服用药物后，仍无济于事。看到患者憋得通红的脸以及痛苦的表情，在床边进行护理的刘利花二话没说，戴上一次性手套，帮患者把大便抠了出来。随后，老人的腹胀、腹痛感逐渐消失。患者家属在一旁见此情景后非常吃惊，不知道该说什么感谢的话才好。“我当时真没想到那么多，看着患者痛苦的表情，唯一的念头就是赶紧采取有效措施，让患者不再痛苦。”刘利花说。

在日常的护理工作中，刘利花用耐心和爱心温暖着每一名前来就诊的患者，把患者当成自己的亲人来对待，将脏和累抛在脑后，从而赢得了患者的尊重与信任。

王静：牢记责任 奉献爱心

本报记者 梁智玲

王静是市中医院内四科的一名护士，30多岁的她看上去非常干练。在市中医院日前举办的静脉输液技能大赛中，她以两轮比赛一次扎针100%的成功率取得了优异的成绩。“对于患者而言，我们没有下班时间，没有节假日，无论何时，都要以最好的状态为患者提供最优质的护理服务。”王静说。

不久前的某一天中午，她换好衣服准备下班回家。当她已经走出医院大门时，突然想起把钥匙丢在了护士站，便转身回去取。刚走到护士站，电话突然响起，她接起电话后面传出一个着急的声音：“马上准备抢救病人。”电话是急诊科打来的。放下电话后，王静想都没想，转身走进了更衣室，换上刚刚换下来的护士服。几分钟后，她与科室医生一起开始对患者进行抢救，心肺复苏、除颤、心电监护……等到抢救结束，患者脱离危险后，已经是15时了。这时，王静才长长地舒了一口气，并突然想起中午和家人约好了一起吃饭，但她又一次爽约了。

“在临床工作中，每一次为患者扎针前，都要认真找血管，一定要看准了再扎下去，坚决避免让患者受二次罪。”王静说。

在工作中，王静把“牢记责任，奉献爱心”当成自己的工作准则，时刻严格要求自己，用优质的护理服务赢得了广大患者的好评。



本报记者 梁智玲 摄



本报记者 梁智玲 摄