千里同心，鲁渝携手护安康

我市17名医疗骨干赴巫山开展支医工作

2026年7月21日，由烟台市卫生健康委统筹选派的2026年度鲁渝协作支医工作队跨越千里抵达重庆市巫山县，正式开启为期半年的“组团式”医疗帮扶工作。进驻以来，全体支医队员锚定帮扶使命、坚守临床一线，以党建引领凝聚队伍合力，以实干担当服务巫山群众，在巴山渝水间书写鲁渝同心的健康协作答卷。

队员们在工作中。

精准统筹选派
夯实支医帮扶前沿阵地

接到鲁渝卫生协作任务后，烟台市卫生健康委党组立足巫山县临床诊疗紧缺需求，精准统筹全市医疗资源，从骨科、甲乳外科、儿科、中医科、妇科、医学影像、泌尿外科、血管外科、胸外科、康复医学、生殖男科等11个重点专业，择优遴选出17名业务骨干组建援巫医疗队。队伍人员临床经验丰富，覆盖县域诊疗薄弱环节和关键领域。

队伍抵达巫山后，第一时间与巫山县卫生健康委、县人民医院、县中医医院及4所乡镇中心卫生院进行对接座谈，严格落实“按需帮扶、精准施策”工作要求，根据各医疗机构业务短板完成人员分配。属地各单位全方位做好食宿、办公等后勤保障，切实解决队员异地生活的后顾之忧。全体队员抵达巫山县后，次日全部到岗履职，快速完成角色转变，无缝衔接日常诊疗、技术带教等各项工作。

党建铸魂领航
筑牢帮扶一线战斗堡垒

异地帮扶阵地建在哪，党组织就跟进到哪。为抓实外派队伍思想建设，医疗队出发前即成立临时党支部，严格规范落实“三会一课”组织生活制度，利用晚间休息时段集中学习有关上级有关卫生健康、乡村振兴、东西部协作的精神，定期召开支部会议研判临床难点、动态掌握队员思想状况，做到人离岗位不离组织、身在异乡恪守党性。

临床工作中，全体队员立足岗位争先创优，党支部书记、烟台市烟台山医院关节骨科专家刘克贵到岗第一天不顾路途劳顿，顺利完成两台关节置换手术，以实操示范带动巫山医护提升手术水平。“我是党员我先上”成为全队统一行动准则，党员先锋模范作用在手术室、病房、门诊一线充分彰显。

独行快，众行远。为缓解高强度临床工作压力、破除专业科室壁垒，医疗队在队长、烟台毓璜顶医院甲状腺外科专家崔希刚和副队长、烟台市蓬莱人民医院妇科专家张海燕的带领下，常态化开展特色团建交流活动。召开“援巫工作感悟分享会”，全体队员围坐交流岗位适应心得、梳理工作堵点、共研解决举措，有效加快队伍融入巫山环境。

依托常态化交流机制，队员打破单一专业局限，针对复杂疑难病例建立多学科会诊（MDT）协作模式，整合外科、中医、影像、儿科等专科技术优势，多学科联合研判诊疗方案，发挥了各自专业优势，大幅提高疑难病症处置专业化水平。

直面困难攻坚
以医者温情架起鲁渝连心桥

巫山县地处山区，山地交错、夏季高温高湿，队员在驻点初期普遍面临方言沟通不畅、饮食气候差异大等现实考验，部分队员出现了湿疹、肠胃不适等症状，但没有人叫苦叫累，更没有人因此离开过自己的岗位。

为破解医患、医护沟通障碍，队员主动向巫山当地医务工作者学习方言沟通技巧；为了适应湿热气候，队员们互相分享自己的避暑小妙招。酷暑之下，全体队员坚守门诊、病房、手术室一线，以耐心细致的问诊、温和亲切的态度对待前来就诊的当地群众，用耐心和微笑筑牢两地人民的连心桥。

在繁忙诊疗工作间隙，临时党支部组织全体队员走进巫山博物馆开展主题研学活动，引导全体队员读懂巫山、扎根巫山、服务巫山。在博物馆，队员们驻足于“龙骨坡文化”展区，惊叹于200多万年前的巫山猿人遗存，感受着这片土地沧桑巨变；流连于“大溪文化”精美的彩陶前，感悟着长江流域先民的智慧与审美；更在“巫山魂”展区，深刻体会到了三峡移民“舍小家、为国家”的奉献精神。

烟台市中医医院胸外科专家董永帅说：“参观了巫山博物馆，我才真正理解了巫山人民的坚韧与豁达。作为医务工作者，传承这种精神，就是要扎根于此，守护好这一方百姓的生命健康。”

一程援巫路，一生山海情。从出征奔赴巫山到全面扎根临床，2026年度烟台支医队将持续深化“造血式”组团帮扶，全力为巫山培育一支“带不走”的本土医疗队伍，共绘鲁渝卫生协作壮美画卷。

YMG全媒体记者 **夏靖尧**
通讯员 **毕建涛 吴海宁** 摄影报道

医保咨询台

可以不使用本人医保就诊吗？

咨询：老人是烟台退休职工，但是老人行动不便，请问子女可以替他们开药吗？

答：可以。《医疗保障基金使用监督管理条例》第十七条第二款明确规定：“因特殊原因需要委托他人代为购药的，应当提供委托人和受托人的身份证明。”因此，在老人行动不便等特殊情况下，子女可以代其购药。

咨询：请问不使用本人的医保就诊会有什么后果？

答：不使用本人医保进行挂号就医或购药是“冒名就医”，按照有关法律规定，轻则暂停本人医疗费用联网结算，重则构成违法犯罪。同时，医保信息平台会实时记录您的疾病史，将会影响您以后相关疾病的诊断和康复治疗。

咨询：我是烟台参保职工，如果身体不舒服到医院进行门诊检查，请问能报销吗？

答：若您在烟台参保缴费正常且正常享受待遇，在我市职工普通门诊定点医药机构就医发生的普通门诊费用实行即时结算。参保职工在职工普通门诊定点医疗机构就医发生的符合政策规定的门诊费用可由统筹基金按比例报销，实行起付标准和限额管理。一二三级医院起付标准分别为200、400、600元，报销比例分别为在职职工80%、70%、60%，退休职工提高5%，年度最高支付限额在职职工为5000元，退休职工为6000元。

咨询：门诊慢特病的申办材料有哪些？

答：参保人提供身份证或社会保障卡、近一年之内的病历材料（诊断证明、门诊病历、住院病历、相关检查检验报告等）。实行有效期管理的病种，参保人应在有效期内申办。申办时提供的病历材料时限超过一年的，还需补充近期的就诊记录及相关检查检验报告。

咨询：如何查询医保个人账户金收支和余额信息？

答：（1）登录“烟台市医疗保障局”微信公众号查询；

（2）定点医药机构的医保码设备自助查询；

（3）医保经办服务大厅自助设备上查询；

（4）医保经办服务大厅窗口由工作人员代为查询。

咨询：我是一名烟台参保职工，请问我的医保个人账户支付密码忘了怎么办？初始密码是什么？

答：医保个人账户支付初始密码是身份证最后7位数的前6位，初始密码不能直接支付，首次使用前必须修改。忘记密码后，可在定点医药机构的医保终端设备上修改，也可登录烟台市医疗保障局微信公众号重置修改密码，还可到医保经办大厅自助设备或窗口办理密码重置修改业务。

咨询：我参加了烟台居民医保，请问生育能享受什么补助，标准是多少？

答：参保居民中符合计划生育政策的孕产妇，产前检查、住院分娩费按孩次实行定额支付。补助标准为：一孩1000元、二孩1500元、三孩3000元。

（张孙小娱 衣宝萱）

烟台120精准调度抢黄金救援时间

医警联动救治中毒少女

本报讯（YMG全媒体记者 **张苹** 通讯员 **杨素秋** 摄影报道）7月18日晚，一通紧急求助转接电话接入市120急救指挥中心：一名15岁女孩发生药物中毒，情况危急、生命垂危。紧要时刻，120调度员谭艳丽沉着冷静、科学处置，通过电话持续安抚女孩情绪，指导其平稳呼吸、保持意识清醒，规避次生风险，为院前急救抢夺宝贵黄金救援时间。

获取大致位置信息后，市120急救指挥中心第一时间调派烟台市中医医院急救车赶赴现场。出诊途中，曲洪雪、臧璐、邹鹏飞等急救人员详细核实患者年龄、中毒诱因、身体症状等关键信息，提前备好对症药品、洗胃设备与监护仪器，做好充分救治准备。与此同时，调度员引导女孩通过微信发送实时定位，精准锁定救援地点。

考虑到女孩独自遇险、病情危重、现场情况不明，指挥中心立即启动医警联动应急机制，迅速对接幸福派出所值班民警，同步推送患者信息、精准位置及救援重点，开启警务保障、医疗救治双线并行救援模式。民警迅速抵达现场，与120急救团队紧密配合、分工协作，有序开展现场排查、体征监测与紧急处置，顺利将患者转运上救护车送往医院救治。

目前，患者经医院系统对症治疗，生命体征平稳，已脱离生命危险。

沁水河社区开展家庭教育心理专题讲座

化解家长育儿焦虑

本报讯（YMG全媒体记者 **金海善** 通讯员 **于建章 费振波**）近日，牟平沁水河社区联合善德爱心服务队，在牟平青少年科技体验馆开展了一场主题为“别让我们的焦虑，毁掉孩子的一生”家庭教育心理专题讲座。本次活动邀请国家二级心理咨询师王倩倩授课，60余名家有青春期孩子的家长参与此次学习。

讲座中，王倩倩结合青春期青少年心理发展特点，剖析家庭教育中普遍存在的家长焦虑问题，引导家长调整自身心态，学会换位思考，用科学、平和的方式与青春期孩子沟通。同时提醒家长，家庭教育切忌急于求成、拔苗助长，不要因过度焦虑影响亲子关系，妨碍孩子身心健康成长。

“听完老师的分享，我学到很多和孩子相处、沟通的方法，这场讲座对我们家长来说十分实用。”家长刘桐菲深有感触。大家纷纷表示，今后会调整教育方式，放下焦虑情绪，尊重孩子成长规律，构建和谐融洽的亲子关系。

破解“癌王”困局 守护胰腺健康

毓璜顶医院专家详解胰腺癌科学防治、早期识别要点

胰腺癌被大众称为“癌王”，是恶性程度极高的肿瘤。它隐蔽性强、进展速度快、早期难以发现、预后较差，多数患者确诊时已发展至中晚期。大众对该病认知不足，往往忽视身体细微异常，错过最佳治疗时机。烟台毓璜顶医院肝胆外科张桐用通俗的语言，全面梳理胰腺癌的核心防治知识，教大家科学预防、精准识别、及时干预。

认清胰腺癌凶险特质

胰腺癌的凶险有据可依，三大特点让它远超普通癌症。

早期隐匿，极易误诊：早期微小肿瘤不会压迫神经，仅会出现轻微腹胀、消化不良等，常被误认为普通胃病、胆囊炎，简单服药敷衍，直接错失早期诊疗机会。

进展迅猛，恶性度高：胰腺癌细胞侵袭、增殖能力极强，短时间内便可浸润周边血管和脏器，还易转移至肝、肺等部位，短短数月就能从早期发展为晚期。

治疗困难，预后不佳：胰腺周边血管、脏器密集，仅少数早期患者符合手术切除条件。同时，该病对常规放化疗敏感度低，整体五年生存率远低于常见肿瘤。

六类人群需重点警惕

胰腺癌发病具备明显倾向性，以下人群患病风险显著升高，需定期体检、密切监测身体变化。

长期吸烟者：吸烟是胰腺癌最明确的高危因素，吸烟者患病风险是普通人的2–3倍，烟龄、吸烟量与发病风险成正比。

有家族遗传史者：约10%的胰腺癌与遗传相关，直系亲属患有胰腺癌，个人患病风险会大幅提升。

慢性胰腺炎患者：胰腺长期反复发炎，腺体组织持续受损、受刺激，癌变概率会显著增加。

中老年新发糖尿病患者：50岁以上人群，无肥胖、无糖尿病家族史，突发2型糖尿病且降糖治疗效果差，大概率是胰腺病变的隐匿信号。

饮食作息差、肥胖人群：长期高脂高热量饮食、常吃加工肉类、少食果蔬粗粮，加上久坐不动、体重超标，会大幅提升患病风险。

40岁以上中老年人：胰腺癌高发于40岁以上人群，年龄越大，发病风险越高。

养成健康生活习惯

年龄、遗传等因素虽无法改变，但规范的生活方式，能有效降低胰腺癌发病风险。

坚决戒烟：戒烟是预防胰腺癌最有效的手段，无论烟龄长短，戒烟后身体损伤会逐步修复，患病风险持续下降。

优化饮食结构：多吃果蔬、粗粮，减少红肉、加工肉类、油炸食品和含糖饮料摄入，坚持清淡均衡饮食。

控重坚持运动：维持健康体重，每周完成150分钟以上中等强度运动，快走、游泳、骑行均可，杜绝久坐、肥胖。

严格戒酒限酒：长期酗酒易诱发慢性胰腺炎，反复炎症刺激会诱发癌变，日常尽量不饮酒。

管控基础慢病：糖尿病、慢性胰腺炎患者需规范用药、定期复查，稳定控制病情，避免胰腺长期受损。

出现不适尽快就诊

胰腺癌虽隐蔽，但并非无迹可寻。身体出现不明原因、长期不缓解的异常，需及时就医检查。

一是反复腹痛、背痛，上腹部隐痛钝痛，可放射至后背，平躺加重、弯腰稍有缓解；二是无痛性黄疸，皮肤、眼白发黄，小便呈浓茶色、大便陶土色；三是消化异常、莫名暴瘦，腹胀厌食、厌油腹泻，无减重干预却短期骤瘦；四是中老年突发血糖异常，降糖治疗效果不佳；五是持续乏力、恶心呕吐，休息后无法改善。

胰腺癌的凶险，大多源于发现过晚、重视不足。无需过度恐慌，但绝对不能忽视。规避高危因素、养成健康习惯、捕捉身体警报、高危人群定期筛查，是对抗“癌王”的关键。随着医学不断进步，胰腺癌治疗效果持续提升，早预防、早发现、早治疗，就是守护胰腺健康最好的方式。

YMG全媒体记者 **刘晋**
通讯员 **李成修 崔方荣**

健康科普

牙齿黑乎乎 分清色素和蛀牙

小朋友牙齿上黑乎乎的东西，有的时候并不一定是蛀牙，也可能是“色素”。儿童一般在2至6岁，牙齿就会开始有大量的软垢和色素。如果放任不管，就会发展成为龋齿威胁孩子的口腔健康。

什么导致了色素沉积的产生？

频繁进食含色素食物或饮料。食物色素、糖分和牙齿的接触时间越长，越容易造成色素沉积。孩子们对蛋糕、糖果、饮料等甜食不加节制，口腔清洁马虎，就会极易导致色素沉积、产生软垢残渣。

刷牙不认真或错误刷牙。小孩子长乳牙或牙齿还未成长的时候也要饭后漱口或刷牙，不认真的刷牙习惯会导致进食后，食物中的色素长时间黏附在牙面，极易滋生细菌、黑色素。

服用中药药剂、补铁剂等色素药物。孩子因为体质营养原因，摄入色素药物，形成易于色素沉积的菌群环境，导致黑色素沉积。

如何去掉或避免黑色素呢？

2至6岁的儿童很少有牙结石，只是软垢和色素较多，牙医会用非常柔和的低速毛刷或抛光方式去除，过后还会使用牙线棒对孩子的每个牙缝做清洁。所谓抛光，是用柔软的橡皮杯配合儿童喜欢的水果味抛光膏对牙齿表面进行抛光清洁，以去除软垢及色素，从而达到保护牙齿的目的。

小朋友的牙齿表面有许多细小的裂隙和窝沟，容易藏污纳垢，刷牙也较难清洁彻底。窝沟封闭的原理是在牙齿窝沟内涂上一种对人体无害的树脂，经固化后如同给牙齿穿上了一层保护衣。防止黑色素的过度沉积，导致菌斑的不断侵蚀，产生龋齿。

乳牙的牙釉质矿化程度较低，因此对黑色素沉积的防御能力较弱。家长可以带着孩子去牙科给牙齿涂上一层保护漆氟化物，抵抗“糖衣炮弹”的威胁。

（王茜玮）