

昌吉市口腔种植降费落地

@昌吉人,种植牙告别“万元时代”



本报讯 记者李思佳、通讯员吕振江报道:近日,昌吉市医疗保障局发布消息称,昌吉市有6家口腔医疗机构参与口腔种植体集中带量采购,并响应全流程医疗服务价格调控。其中,公立医疗机构1家,民营医疗机构5家。

2022年以来,昌吉市医疗保障局全面落地实施口腔专项治理成果,积极开展口腔种植收费专项治理行动,通过规范收费项目、设定医疗服务调控价格、集中采购耗材等措施,大幅降低口腔种植费用,减轻人民群众就医负担,种植牙告别“万元时代”。

据了解,口腔种植的费用大致包括种植体、医疗服务费用和牙冠三部分。

过去种植体均价在1500元左右,采取种植体集中带量采购后,种植体价格在771元左右。

今年,自治区医疗保障局要求,对“诊查检查+种植体植入+牙冠置入”等医疗服务价格实施全流程调控。目前,昌吉市单颗常规种植牙医疗服务价格的实际调控目标为3724元,包含种植全过程的诊查费、生化检验、影像检查费、种植体植入费、牙冠置入费、扫描设计建模费、麻醉费、药品费用的总和,不含种植体和牙冠等另收费耗材。

据介绍,牙冠是种植牙手术中的另一重要耗材,需根据每个人不同的口腔情况特殊定制,生产成本差异大,不符合集中带量采购的要求。因此,昌吉市6家口腔医疗机构采取竞价挂网的方式让牙冠企业进行良性竞争,使牙冠价格更加透明公开,在达到预期降价效果的同时,满足医疗机构多元化临床需求。

新疆医科大学第一附属医院昌吉分院口腔科主任赵凌冰介绍,目前,该院有4种牙冠可供患者选择,价格区间在800元至3500元。“我们事先会把不同价格牙冠的优缺点告知患者,患者可根据自己的身体条件和经济状况,选择适合自己的牙冠。”赵凌冰说,“以前患者种植一颗牙要花费10000元到12000元,实行价格调控后,患者种植一颗牙的基础价格在6000多元。”

昌吉市民宫爱新说:“我之前咨询过好地方,种1颗牙要1万多元,对普通人来说是有些压力的。新政策出来之后,能帮我省不少钱,这个惠民政策太棒了。”

昌吉市医疗保障局综合二科科长胡志军说:“下一步,我们将继续开展口腔专项治理行动,引导医疗机构通过透明价格、优质服务、规范管理等方式有序开展竞争,并对存在问题的医疗机构做好督促整改工作。”

昌吉市口腔医疗机构执行口腔专项治理情况统计表

序号	地区	口腔医疗机构名称	机构地址	联系人	联系电话	医保定点属性	医保编码	机构性质	是否具备卫健委批准开展口腔种植医疗服务相关资质证明
1	昌吉市	新疆医科大学第一附属医院昌吉分院	昌吉市青年路与石河子路交会处	熊健	13565319168	定点	H65230100289	公立	是
2	昌吉市	昌吉市平和口腔诊所	昌吉市绿洲路街道双河社区	闫炳勇	13899656388	定点	H65230100241	社会办	是
3	昌吉市	昌吉市齿齿口腔诊所	昌吉市建国西路中医院向东200米	贺剑	15299666076	定点	H65230100406	社会办	是
4	昌吉市	昌吉市王氏口腔门诊部	昌吉市中山路枫叶广场A座1F-04	王彦新	13899628075	非定点		社会办	是
5	昌吉市	昌吉瑞尔口腔诊所	昌吉市北京南路银苑小区东边商业楼1楼	秦海波	13899606509	定点	H65230100539	社会办	是
6	昌吉市	昌吉市思迈口腔诊所	昌吉市健康东路河畔苑商辅B段104号(90区1丘35栋)	马梦婷	15886909295	定点	H65230100230	社会办	是

昌吉市水林社区:多彩邻里节 欢乐齐分享



本报讯 记者马晓芳报道:看节目、晒盆栽、品美食、逛集市……5月14日下午,昌吉市建国路街道水岸林居小区内热闹非凡,一场以“邻里守望 和美家园”为主题的水林社区首届邻里节活动火热开场,吸引众多辖区居民参与。

当天18时,邻里节活动在独舞《美丽的鄯善》中拉开帷幕。随后,在“晒晒最美盆栽”环节,居民将自己精心养护的盆栽带到活动现场展示,一盆盆端庄素雅的君子兰、艳丽多姿的三角梅、小巧可爱的乒乓菊……在场观众纷纷为自己喜欢的盆栽投票。

水林社区居民罗瑞东平时就喜欢种花,这次她带来4盆盆栽参加活动。“虽然没拿上奖,但我还是挺开心的。我平时忙于经营便利店,和邻居交流也比较少,感谢社区给我们搭建了交流和展示的平台。”罗瑞东笑着说。

在“美食大PK”环节,辖区居民把自家做的糖洋芋、麻辣香锅、干煸辣子鸡等美食端上桌。菜香味扑鼻而来,引得居民纷纷举筷品尝。在“置换空间”区,小朋友带着自己闲置的玩具和书籍等摆起了地摊,和辖区小朋友交换,欢声笑语一片。水林社区居民贾丽娜和丈夫带着孩子来参加活动。贾丽娜说:

右图:5月14日,水岸林居小区,志愿者为社区居民义诊。
本报记者 马晓芳 摄



下图:5月14日,水岸林居小区,大家品尝社区居民做的美食。
本报记者 马晓芳 摄



“我女儿今年8岁了,今天带了一些闲置的玩具来参加。我们还一起品尝了凉皮子、撒子等美食,与邻居一起唠家常,

增进邻里情。”
活动现场,志愿者还为居民提供了义诊和健康咨询服务。

辟谣



别再侧躺玩手机了,真的会变斜视! 来看正确姿势

最近,“千万不要侧躺玩手机”的话题引发网友关注,有网友表示,自己侧躺玩手机之后,眼睛的近视度数竟然加深了,甚至出现了斜视的情况。

那么,侧躺玩手机真的会导致眼精度数增加吗?这种姿势还会带来其他伤害吗?

侧躺玩手机影响视力

侧躺玩手机是一种不良习惯。长期保持这种姿势,容易使靠近枕头一侧的眼部血管受到压迫,导致供血不足,时间一长就容易有“膨胀感”,可能会出现短时的影像重叠和睫状肌痉挛。

同时,侧躺玩手机时,左右眼用眼不均匀,长此以往会导致眼疲劳,造成暂时性单侧视力明显下降,左右眼睛视力偏差。

躺着玩手机时,手机屏幕距离眼睛很近,人眼肌肉的调节力度会增大,所承受的压力更大,就容易产生各种不适症状。如容易引起计算机视觉综合征,常见症状为视力模糊、眼睛干涩和眼睛疲劳。

侧躺玩手机对肩颈腰的损伤风险

当我们平躺在床上时,脊柱受到的压力最小,约为25%,而当我们侧躺时,身体的肩背、腰部与床的接触面积变小,在脏器的重力作用下,脊柱会向下弯曲、旋转,受力大幅上涨,约达到75%。长期侧躺玩手机,脊柱一直处于高压状态,可能会导致脊柱髓核往一侧隆起突出,导致脊柱侧弯,引发腰间盘突出症。

腰间盘突出症还容易合并出现骶髂关节紊乱,表现为长期、慢性的腰腿痛症状,影响患者的生活质量。

此外,侧躺玩手机时,还会使得腰部、背部的肌肉被过度牵拉,处于紧张和疲劳的状态,长期下来也容易导致疼痛。

那么,我们该如何正确地使用手机?

首先,要注意手机与眼睛的距离。无论是日常使用还是躺着玩手机,都要注意避免屏幕与眼睛距离太近,建议保持一臂(约50到70厘米)的距离。

其次,要保持光线充足。我们的眼睛会自动调节瞳孔的大小,以适应不同的光线条件。

如果在昏暗环境下玩手机,屏幕光线强,而周围光线极弱,瞳孔就会增加调节频率,也更容易视觉疲劳,还可能诱发急性青光眼,严重的甚至会导致失明。

因此,玩手机时一定要保证周围光线充足,同时要将手机屏幕亮度调节到与周围光线没有较大的亮度差异,保证在不费力的情况下就能看清手机屏幕。

此外,建议玩手机20分钟左右,就转换视线,眺望远处20秒,每天看手机屏幕的时间尽量不要超过4个小时。

最后,要注意多眨眼。正常情况下,眼睛每分钟约眨眼24次,每次眨眼,眼睛都会分泌泪液,来湿润角膜,保证眼表的湿润。而玩手机时,由于注意力集中在手机屏幕上,我们的眨眼次数会变少,导致泪液分泌不足,眼表容易干燥,长期下来可能造成干眼症。

来源:学习强国