

■政策解读

中办、国办印发《意见》 聚焦民生

解锁看病养老托育新保障

近日，中共中央办公厅、国务院办公厅印发《关于进一步保障和改善民生着力解决群众急难愁盼的意见》（以下简称“意见”），提出多项涉及医疗、养老、托育等领域的举措，着力推进优质资源下沉、服务能力提升，让群众“看得上病、养得好老、带得起娃”。

《意见》原文：推进优质医疗资源扩容下沉和区域均衡布局，优化区域医疗中心建设模式、管理体制和运行机制。实施医疗卫生强基工程，推动城市医疗资源向县级医院和城乡基层下沉，逐步实现紧密型县域医共体建设全覆盖。支持高水平医院人员、服务、技术、管理等向基层医疗卫生机构下沉，推进城市医联体建设。

解读：把好医院、好医生送到基层，推动医疗资源从“集中”变为“均衡”，方便群众就近就医。

把城市医院的技术、人员下沉到县里、乡里，建成统一管理、资源共享的医疗“共同体”。不仅派人下去，还要带着先进技术和管理经验，让基层医院真正“强起来”。

《意见》原文：推动建立远程医疗服务网络，推广“分布式检查、集中式诊断”医疗服务模式。完善基本医疗保险药品目录调整机制，制定商业健康保险创新药品目录。

解读：基层检查、专家诊断，借助信息化手段提升基层服务质量，减少患者奔波。医保药品调整更灵活，新药进目录更及时，群众用药选择更多、负担更轻。

《意见》原文：完善普惠养老、普惠托育服务价格形成机制，新建养老机构护理型床位占比原则上不低于80%。增强社区日间照料、康复护理、上门服务能力，发展家庭养老

床位。发展农村互助性养老服务，鼓励乡镇敬老院向社会开放，优先服务困难老年人。

解读：保障服务价格合理，新建养老机构多数为护理型，照顾好失能老人。让养老服务“进社区、进家庭”，满足老年人多样化、就近化的照护需求。农村养老也要提质扩面，让最需要照护的老年人优先受益。

《意见》原文：大力发展社区嵌入式托育和家庭托育点，推动大城市实现托育服务覆盖80%以上社区。推动普惠托育纳入企事业单位职工福利体系。支持将生育津贴直接发放给参保人，鼓励有条件地区开展HPV疫苗接种。

解读：孩子托育“家门口就有”，解决年轻家庭“没人带娃”的后顾之忧。鼓励单位提供托育福利，让职工安心工作、育儿两不误。生育

政策更贴心，妇女健康服务更完善。

《意见》原文：推进城乡公共空间适儿化、适老化和无障碍改造。

解读：公共环境更友好，孩子、老人、残障人士出行更安心。

总的来说，这份《意见》既立足于群众最关心的“急难愁盼”问题，又着眼于提升公共服务的整体质量和均衡性，体现了以人民为中心的发展思想。它不仅推动优质医疗资源下沉基层，让更多老百姓能够享受到高水平的医疗服务，更在养老、托育等民生领域推出切实可行的举措，努力解决实际困难和瓶颈问题。

未来，随着《意见》各项措施的落实，城乡公共服务将更加公平可及，真正实现让人民群众在家门口就能看病、养老托育无忧，推动构建更加和谐稳定的社会保障体系，为实现高质量发展和共同富裕提供坚实支撑。

如洁

“减”出健康新生活，体重管理全面提速

你今天燃烧卡路里了吗？这句看似轻松的问候背后，其实是国家对公众健康日益重视的缩影。近年来，从国家层面推动的健康体重管理行动，到医院、学校、社区的全面响应，体重这一“小指标”已成为全民健康治理的大课题。

超重和肥胖不只是“形象问题”，更是引发心脑血管疾病、糖尿病、部分癌症等慢性病的重要诱因。随着我国居民营养结构和生活方式的变化，控制体重已不只是个体选择，而是整个社会必须面对的健康挑战。正因如此，体重管理行动被正式纳入“健康中国”战略，成为国家层面的重点工程。

从医院的多学科体重管理门诊，到“互联网+”动

态追踪系统，医疗体系的介入让体重干预更科学、个性化。不仅是治，更是防。比如山东大学第二医院的实时追踪机制，已不再满足于“开完处方就结束”，而是像健康教练一样持续跟进。

在校园，体重管理已不是简单的“少吃多动”。沈阳的学校里，营养配比公示、减盐控油标准化，辅以科学运动追踪，为青少年打造“吃动平衡”的日常干预闭环，值得在更多学校推广。

更可贵的是，体重管理已走出专业场所，渗透到生活场景之中。杭州社区里的减重服务，一站式囊括营养干预、运动指导、健康评



估，让健康生活方式触手可及。这种“家门口的体重管理”，是公共健康服务向基层延伸、向精细化转型的典范。

从国家倡导，到城市实践，再到社区陪伴，体重管理正在构建一个全场景、多层次、全周期的健康支持体系。这不仅仅是为了“瘦下来”，更是让千家万户真正“健康起来”。

乐新

“免陪照护”病房上线，托付的背后是信任的考验

“一人住院，全家奔波”是很多家庭的真实写照。尤其对独居老人、外地子女或双职工家庭来说，住院陪护不仅耗时费力，还容易陷入“请假难、照顾累”的两难境地。如今，湖南52家医院率先试点“免陪照护”病房，用专业化服务代替传统陪床方式，试图打破这一现实困局。

以湖南省人民医院为例，患者家属可根据需要选择一对多或一对一的护理服务，费用从每日80元到280元不等。不同于过去“请护工”的模糊模式，这次的“免陪照护”纳入医院

正规管理体系，医疗护理员统一培训、考核上岗，并由医院护理部全程把关。这不仅提高了服务的专业性，也让患者和家属更安心地“托付”。

“免陪照护”的核心价值，在于实现了住院陪护的“专业化替代”。医生、护士、护理员形成闭环协作，家属从被动参与者转为选择支持者，既节省了人力，也提升了照护质量。更重要的是，医院从源头介入，不再把陪护问题外包出去或“甩锅”给家属，而是主动承担起照护管理职责，体现出以患者为中心的服务理念。

但要让“免陪照护”真正

落地生根，还有不少挑战。一方面，护理员服务质量如何持续保障？如何避免再次陷入“照护员鱼龙混杂”的老问题？另一方面，部分家属仍习惯“眼见为实”的陪护方式，能否真正放心交由陌生人照料亲人，仍需更多时间和信任积累。

从“全家奔波”到“放心托付”，是一次医疗服务供给方式的深刻变革，也是对医院管理能力、服务水平和制度保障的一次全面检验。期待这一模式不断完善扩展，让“免陪照护”不仅是一种选择，更成为一种安心的常态。

若彤

■医疗时评

长沙八大便民举措带来药事服务新图景

群众购药难、问药难、用药难，是不少城市面临的“最后一公里”问题。长沙市近日推出的药店“八大便民举措”，正是对此精准发力的一次系统回应。从24小时购药，到适老化服务、线上科普、送药上门，再到慢病档案管理和公益讲座，药店正从“售药点”转型为“健康服务站”，让群众真正感受到用药便利的升级。

这次举措背后有三大亮点值得关注。

一是服务边界的外延。传统药店主要售药，现在的药店则开始融入慢病管理、健康监测、顾问咨询等功能。不少药店通过“健康家庭专员”建立慢病档案，为高血压、糖尿病患者提供连续的健康支持，这一转变也有助于基层公共卫生体系的补位。

二是人群关爱的细化。不仅有适老化服务，还有对新就业群体、特殊人群的送药服务，甚至为户外劳动者提供免费凉茶。这体现了“用药安全”不再局限于药品本身，而是在场景、时段、人群上都做出了更具温度的延伸。

三是多元协作机制的成型。长沙市市场监督管理局牵头指导，行业协会制定标准，药企主动响应，药师现场宣讲，“政企民”三方形成了合力。这种机制不仅提升了政策落地力，也保障了执行过程的规范性和持续性。

药品零售终端是公共医疗服务的重要一环。通过“八大便民举措”，长沙正在探索一种以药品安全为基础、以健康管理为导向、以居民满意为目标的服务新模式。

当然，这样的服务升级也意味着更高的监管和专业门槛。比如，药师配备、数据隐私保护、慢病档案规范化等问题，都需要配套跟进。只有政策引导、企业投入与群众认同三方同向发力，才能让这份“零距离”的健康守护真正落到实处，走得更远。

从便民，到惠民，再到安心，长沙这份“药事清单”，开出了药店服务的新图景，也为其他城市提供了可借鉴的样本。

姚晓柏