

2025年河南居民医保缴费标准公布

日前,河南省医疗保障局、河南省财政厅、国家税务总局河南省税务局已联合印发《关于明确2025年城乡居民基本医疗保险筹资标准的通知》,明确2025年河南省城乡居民基本医疗保险个人缴费标准与去年持平,仍为每人400元;同时,财政对居民医保的人均补助标准增加30元,达到每人每年不低于700元。

自2003年启动居民医保工作以来,河南省居民医保财政补助标准已实现22次连续上调,从最初的每人每年10元逐步提高至目前的700元。这部分补助资金将直接纳入医保统筹基金,为进一步扩大报销范围、提升医疗保障水平提供有力支撑。

参保居民在完成缴费后,可享受涵盖普通门诊、“两病”(高血压、糖尿病)用药保障、门诊慢特病以及住院医疗费用报销的医保待遇。

值得关注的是,在河南省连续参保缴费满4年的居民,自第五年起,其大病保险年度最高支付限额每年将提高3000元。若参保人当年未发生医保报销,次年大病保险支付限额也将相应提升3000元。此外,参保户籍限制进一步放宽,参保人办理异地就医备案后即可实现直接结算,医保服务的便捷性持续增强。

(据《大河健康报》)

注重关节健康 早预防早治疗

□记者 刘伟

本报讯 2025年10月12日是第29个“世界关节炎日”。10月11日,周口市中医院开展以“关爱关节,享受生活”为主题的义诊活动,通过提供中医药特色服务、开展科普宣教,向市民普及关节健康防护知识,分享专业的关节养护方法。

活动现场,周口市中医院风湿病科、骨科一病区专家团队为百余名市民免费测量血压、血糖,并进行健康评估。针对关节疼痛、活动受限等常见问题,专家们详细介绍了中药外敷、针灸、推拿等中医外治技术,并根据市民个体病情制订调理方案。“不用挂号就能看专家,还学到了中医养护关节的方法。这个活动太好了!”64岁的郭女士对义诊活动赞不绝口。

在健康宣教专区,医护人员向市民发放了《关节炎防治手册》《中医保健指南》等资料,用通俗易懂的语言解析了关节炎的发病原因、早期症状及日常护理要点,强调“早预防、早发现、早干预”的重要性,并示范了低强度关节养护运动方法,引导市民养成健康习惯。

此次义诊活动不仅满足了患者的就医需求,也凸显了中医药在慢性病防治中的独特优势。

本版组稿 李鹤



减重控盐 稳定血压

周口市疾控中心开展“全国高血压日”宣传活动



疾控专家向市民科普健康知识。

□记者 郑伟元 文/图

本报讯 2025年10月8日是第28个“全国高血压日”,宣传主题是“健康体重,理想血压”。当日,周口市疾控中心在人民路社区卫生服务中心门前开展健康宣传和科普活动,吸引众多市民参与。

活动现场,周口市疾控中心医生免费为市民测量血压。“高压150,得注意控盐了!”为一市民测量完血压,医生结合数值为其答疑解惑。围绕“盐与高血压”这一核心内容,医生通过模型演示减盐技巧,并手把手教授市民控油壶、限盐勺的使用方

法,引得围观市民纷纷动手体验。

在展板区,不少市民停下脚步,仔细阅读“高血压与肥胖的关系”“如何通过运动稳血压”等健康科普内容。医护人员还向市民发放了宣传资料和腰围尺等。

周口市疾控中心相关负责人表示,高血压是心脑血管疾病的主要危险因素,超半数患者因“不知晓、不控制”延误病情。通过开展此次活动,他们不仅向市民普及了减重控盐相关知识,还发放了控油壶、限盐勺等,推动“减盐控油”理念融入市民日常生活。

周口市精神卫生中心

多举措守护大众心理健康

□记者 李鹤

本报讯 2025年10月10日是第34个“世界精神卫生日”,宣传主题是“人人享有心理健康服务”。连日来,周口市精神卫生中心围绕这一宣传主题,开展基层指导、校园宣讲等系列活动,推动心理健康服务普及。

10月9日,周口市精神卫生中心副院长郭艳、精神科主任医师王建刚受邀参加郸城县严重精神障碍患者管理服务工作会议。会上,针对基层管理痛点,两位专家围绕数据互通、基层人员培训、患者筛查分类等关键环节阐述了解决方案,助力郸城县严重精神障碍患者管理服务向科学化、高效化升级。

10月10日,周口市精神卫生中心组织心理健康巡讲团走进西华县第二实验中学、西华县皮营乡第一初级中学,为不同年龄段学生举办心理健康知识讲座。王建刚等专家结合真实案例,以情景演绎的形式,向学生们讲解了情绪调节、人际沟通、压力应对等实用技巧。学生们纷纷表示:“我们学会了调节情绪的小方法,以后再遇到烦恼就知道怎么解决了!”讲座结束后,专家们与学校心理教师进行交流,并从辅导室功能布局、档案管理等方面提出改进建议,助力校园心理服务提质。

活动期间,周口市精神卫生中心还组织专家在周口开元万达广场及周边小区开展心理健康义诊活动。

健康热线:13949993566 13592285505 电子邮箱:zkrbwsb@126.com