

# 长护险今年起在全市试点



## 政策解读

上海市响应国家“十三五”规划纲要要求,“探索建立长期护理保险制度,开展长期护理保险试点”。2016年6月,本市被国家人社部确定为全国首批开展长期护理保险的15个试点城市之一。根据国家人社部要求,结合《上海市老年人保障条例》有关规定,在总结先行开展试点1年的徐汇、普陀、金山三个区的经验基础上,本市修订颁布了《上海市长期护理保险试点办法》,并于2018年1月1日起,在全市开展长期护理保险试点工作。

符合以下条件的人员,可申请享受长护险待遇:

1. 年满60周岁及以上,职工医保人员中已按照规定办理申领基本养老金手续的人员和居民医保人员;

2. 经老年照护统一需求评估、失能程度达到评估等级二至六级的长护险参保人员。

长护险的服务模式有三类:

1. 社区居家照护:指护理站、社区养老服务机构等为居家的参保人员,提供上门照护或社区日间集中照护及相关医疗护理服务;

2. 养老机构照护:指养老机构为抚养的参保人员,提供基本生活照料及相关医疗护理服务;

3. 住院医疗护理:指在承担老年护理功能的定点医疗机构中住院的参保人员,提供住院医疗护理的服务(见右侧表格)。

▲参保人员可自主到就近的社区事务受理服务中心提出申请并选择适合其的定点护理服务机构;

▲定点评估机构组织评估人员完成老年照护统一需求评估;

▲社区事务受理服务中心在收到告知书后告知申请人评估结果;

▲评估等级为二至六级的长护险参保人员与定点护理服务机构确认服务关系后,可享受相应的长护险服务。

注:可拨打12333或962218服务热线查询;

或拨打咨询热线:

59247112、59240462

办理网点:

朱家角镇社区事务受理服务中心

(朱家角镇沙家埭路18号)

朱家角镇社区事务受理服务中心沈巷分中心

中心

(朱家角镇沈巷路245号)

服务形式	服务内容	支付标准
社区居家照护	42项具体服务项目,分为基本生活照料和常用临床护理两类,如头面部清洁梳理、沐浴、协助进食/水、排泄和失禁的护理、生活自理能力训练、鼻饲、造口护理等。	社区居家照护每周上门服务时间为:评估等级二级、三级的,服务时间不超过3个小时/周;评估等级四级的,服务时间不超过5个小时/周;评估等级五级、六级的,服务时间不超过7个小时/周。  参保人员在评估有效期内发生的社区居家照护的服务费用,由长护险基金支付90%,个人自负10%。
养老机构照护		评估等级为二至六级的参保人员,可以享受养老机构照护。保基本类养老机构的准入条件,按照相关规定执行。市医保中心按照规定,与定点护理服务机构通过服务协议,约定养老机构照护服务的长期护理保险支付标准。  对参保人员在评估有效期内发生的符合规定的养老机构照护的服务费用,长期护理保险基金的支付水平为85%。
住院医疗照护	参照职工医保的诊疗项目、医疗服务设施和用药范围执行。	住院医疗护理的收费标准,按照本市现行医疗机构医疗服务项目和价格汇编等的相关规定执行。  参保人员在住院医疗护理期间发生的符合规定的费用,其待遇按照其本人所参加的本市职工医保或居民医保的相关规定执行。



## 医生谈健康

# 爱牙护齿,提高生命质量

朱家角人民医院口腔科 吴起

陈女士因牙龈红肿来院就诊,医生告诉她患有牙周病,她不解地问:“我每天早晚刷牙,为什么还会得牙周病?”

牙周病是牙菌斑、牙石、咬合创伤、食物嵌塞以及一些解剖因素共同作用所致的一种疾病。牙周病是侵犯牙龈和牙齿周围组织的一种慢性破坏性疾病,会破坏牙齿硬组织和牙齿周围组织,引起牙齿松动,甚至脱落。它不仅影响咀嚼、言语、美观等,还会造成患者心理障碍。据全国数据显示,牙周病已成为成年人牙齿缺失的首要原因,我国80%—97%的成年人有不同程度的牙周问题。老年人牙周病的发病率和严重程度明显高于年轻人;吸烟量与牙周健康的影响程度成正比。

有句广告语说得好:牙好,吃嘛嘛香!为了让

你有口好牙齿,请记住牙科医生的话。

**正确刷牙:**是最直接有效的方法,采用“巴氏刷牙法”每天早晚认真地刷3分钟。牙刷选用软毛小刷头,刷头与牙长轴成45度角倾斜,注意不要横着刷牙,也不要非常用力。正确的刷牙加上使用牙线,可以去除大约90%的菌斑,要知道,牙菌斑可是许多口腔疾病的罪魁祸首。

**定期检查:**每隔半年至一年进行口腔检查,有助于牙病的早发现早治疗。

**定期洗牙:**不仅保持口腔卫生,更有助于口腔健康。

**及时就医:**出现牙齿问题,越早治疗越好,将口腔疾病控制在最小程度。

你还要知道有关牙齿的小误区:1.嚼无糖口香糖不能代替刷牙,只是一种辅助的方法。2.碳

酸饮料对牙齿的腐蚀伤害很大,长期饮用会导致牙齿表面脱矿,甚至会造成牙釉质的剥脱,所以要少喝。睡前最好不要吃糖。3.少一颗牙很要紧的。当牙齿有缺失了,即便是一颗,也会导致咀嚼效率降低,牙隙增加,容易滋生细菌、增加蛀牙及牙周病风险,还会出血。而且对邻牙过度生长,同时临近的牙齿可能会移动或是倾斜,以后即使想镶牙,也会很困难。4.小朋友的蛀牙不容忽视,可能会导致其他牙齿畸形。如果炎症较重,可能会感染下面发育中的恒牙。5.一些老年人,认为自己年纪大了,牙病治疗麻烦,要求拔掉牙根,这十分不可取,因为保留天然牙根,有利于牙槽骨的健康。

口腔健康,关乎一个人的整体健康,长期的不懈努力才是根本之道!



## 市场速递

春节将至,又迎消费高峰。为减少消费纠纷,朱家角市场监督管理所在此提醒消费者,购买年货时,要防范识别消费陷阱,做到理性、安全消费。

**第一招:尽量到正规的商场或商城选购。**购买时除了要对比价格之外,还要认真查看商品质量、内含成分、洗涤成分等相关标记。需要特殊强调的是因鞋类商品有“三包”规定(“三包”有效期自开具发票或有效凭证之日起计算,如发现质量问题,7日内包退、15日包换),故在购买鞋类商品时,一定要认真选购、及时试穿,避免因款式、尺码不合适想更换但又过了“三包”有效期限的情况发生。

**第二招:购买食品类年货时,要注意包装是否完好无损,是否有完整的产地、厂址、电话,注意查看生产日期及保质期。要理性消费,不要被商家促销或打折所误导。**

**第三招:网购寄送年货提早规划。**春节前15天至20天快递量会猛增,导致包裹出现延误。因此,打算网购寄送年货的消费者,最好提前与商家或者快递公司服务点沟通,提前购买、算好时间差,以防耽误收货。网购年货时,要关注卖家标注的发货日期。

**第四招:提防商家“低标高结”。**要仔细观察价签标价和促销宣传,结账后留好小票,留心比较广告促销价格、价签标示价格和结账价格,发现虚构原价、低标高结等违法行为的,保存好当时货架标签价格、小票等证据,向当地有关部门投诉,维护自身合法权益。

**第五招:注意保存好购物凭证,**如买卖发票、物流取货单据以及网上聊天记录等,以便发生纠纷时维权使用。当与商家发生纠纷无法协商解决时,请及时致电12315或向各级消协组织投诉维权。  
朱家角市场监督管理所

# 教你「五招」避开年货消费陷阱



## 花香朱家角



# 杜鹃花

家住东大门栗亚妮喜欢种花,是一位年轻的养花能手,在她的悉心照料下,家里的杜鹃花开的正好。

栗亚妮说:“这个花比较好种,现在冬天给它晒晒太阳,浇浇水就可以了。”杜鹃花4月中下旬易搬出温室,先置于背风向阳处,夏季避免强阳光直射。秋末10月中旬开始搬入室内,冬季置于阳光充足处,室温保持5℃至10℃,最低温度不能低于5℃,否则停止生长。杜鹃花的花语:第一,永远属于你。第二,代表爱的喜悦,据说喜欢此花的人纯真无邪。  
张颖婷

# 酒后打人追悔莫及

## 角里说法

小孙自几年前与女友分手后,一直无法走出失恋的心理阴霾,至今也没有找到适合的感情对象,还染上了酗酒的恶习。

去年11月的一天晚上,因为拆迁款的问题和几个亲戚产生了矛盾,心情苦闷的小孙买来几瓶酒,不知不觉一夜过去了,两瓶洋

酒也已下肚,小孙的意识渐渐迷糊了起来,他出门准备买早点,踉踉跄跄的他走路有些不稳,七拐八拐竟溜进了附近一座正在装修的教堂。晕头转向的小孙被教堂门卫处的老刘拦下。酒气上头的小孙与老刘起了争执,对老刘拳打脚踢,还拿起一条凳子,追打逃离的老刘,追上后,几近疯狂的他又捡起砖块,向老刘的头部砸去……闻讯赶来

的工作人员急忙把两人拉开,将老刘送到了医院,经伤势鉴定,老刘的头部、面部两处构成轻微伤,小孙则若无其事地回到家中继续上网玩游戏,直至被赶来的警察抓获。

酒醒后的小孙在看守所悔不当初,发誓今后一定远离酒精,将酗酒的恶习戒掉。然而为时已晚,酒精带给他的有法律的严惩。检察官指出,小孙持械随意殴打他人,其行为已涉嫌寻衅滋事罪,目前正被青浦区检察院审查起诉中。  
韦贵莲



## 私房菜谱

# 梅花糕

东市街王卫芹阿姨有一项拿手绝活——制作梅花糕。据阿姨自己说,制作梅花糕已经好多年,每每都能得到邻里的称赞。

●材料:精制油备用、凉开水备用、糯米10斤、白糖3斤、核桃若干、红枣若干、蜜枣若干、梅花糕模具

●做法:第一步:将10斤糯米浸泡半小时,淘好糯米,用温水冲,沥干,凉一夜备用。第二步:第二天将糯米碾粉,红枣去核撕碎备用,蜜枣去核撕碎备用。第三步:糯米粉中放入白糖、核桃、红枣,搅拌均匀,高压锅内烧开水,第四步:梅花糕模具四周图层油,避免粘

皮,把均匀的糯米粉倒入一个个小的模具中,抚平表面,在顶端放上些许碎蜜枣;第五步:将模具放在高压锅出气口,利用蒸汽蒸熟梅花糕,大约1分钟一个。蒸好的梅花糕倒出后,用凉开水揉平毛糙四周。

●小编试吃:刚出锅的梅花糕很香,拿在手里很柔软,吃一口,唇齿留香,很糯,而且里面有核桃和枣子,很健康,但糖尿病患者不能过多食用哦。  
徐善俊

