

我国基本医保参保率巩固在95%

## 参保人数133068.14万人 参保结构更加优化

国家医保局3月16日发布的《2025年医疗保障事业发展统计快报》显示,截至2025年底,我国基本医疗保险参保人数达133068.14万人,同比增加406万人,参保率巩固在95%,参保结构更加优化。

根据统计快报,2025年,基本医疗保险基金(含生育保险)总收入、总支出分别为35873.11亿元、30009.38亿元。城乡居民基本医疗保险基金收入11226.40亿元,支出10657.07亿元。

统计快报显示,2025年享受门诊待遇72.15亿人次,同比增长25.51%,其中职工享受门诊待遇38.49亿人次,同比增长30.28%;居民享受门诊待遇33.66亿人次,同比增长20.47%。享受住院待遇2.78亿人次,同比减少3.40%,其中职工享受住院待遇0.85亿人次,同比增长3.77%;居民享受住院待遇1.93亿人次,同比减少6.27%。次均住院费用8509.28元,其中职工11152.69元,居民7338.49元。统计快报显示,截至2025年底,跨

省联网定点医药机构有65.58万家,其中跨省联网定点医疗机构24.18万家,跨省联网定点零售药店41.40万家。2025年,全国住院费用跨省直接结算1582.30万人次,基金支付1620.05亿元,结算人次同比增长10.38%,基金支付同比增长2.10%;全国门诊(包含普通门诊、门诊慢特病、药店购药)费用跨省直接结算2.92亿人次,基金支付455.01亿元,结算人次同比增长30.17%,基金支付同比增长26.21%。(光明日报)

医疗保障事业发展统计快报发布

## 去年医保基金支出超3万亿元

国家医保局3月16日发布的《2025年医疗保障事业发展统计快报》显示:2025年我国基本医保基金总收入35873.11亿元,总支出30009.38亿元,分别增长2.7%和0.8%,扭转了收支增幅倒挂态势。这也是医保基金支出首次突破3万亿元。

参保“大盘”保持稳定。截至2025年底,基本医疗保险参保人数达13.3亿人,同比增加406万人,参保率巩固在95%。职工医保参保超过3.88亿人,同比增加908万人,参保结构更加优化。

异地就医直接结算便捷群众生活和工作。2025年,全国住院费用跨省直接结算1582.3万人次,基金支付1620.05亿元,结算人次同比增长10.38%,基金支付同比增长2.1%;全国门诊费用跨省直接结算2.92亿人次,基金支付455.01亿元,结算人次同比增长30.17%,基金支付同比增长26.21%。(人民日报)

## 推动儿童青少年积极践行健康生活方式

据中疾控微信公众号消息,正值开学季,当同学们重返校园,在知识的跑道上奋力奔跑时,一个关乎全球80亿人健康的议题也值得关注。

### 肥胖是全人类的共同挑战

肥胖正成为全球性健康危机,全球已有超过10亿人患有肥胖症,全球有近30亿人,包括超过4亿学龄儿童,已经生活在超重或肥胖中——这一数字预计到2035年将增加到40亿。

这不仅仅是数字的增长,更关乎无数家庭的健康。儿童期肥胖会影响儿童的运动能力和骨骼发育,对行为、认知及智力等也会产生不良影响。儿童青少年肥胖可持续至成年期,增加多种慢性病的发病风险,加重医疗及社会经济负担。

推动儿童青少年积极践行健康生活方式、做好体重管理,可以有效地增强学生体质、防控超重肥胖,提升儿童青少年健康水平。

### 用活力点燃改变的引擎

科学运动是守护健康体重的得力伙伴,不仅能帮助我们保持活力、强健体魄,更能让心情像阳光一样灿烂。

增加体育锻炼,逐步达到每周至少150分钟中等强度运动的目标,让心肺功能平稳提升。对于没有运动习惯或体重偏大的同学,建议从低强度、易坚持的活动开始,选择对关节更友好的运动,如游泳、骑行,避免运动损伤。

每周进行2至3次力量训练,深

蹲、俯卧撑等动作能增加肌肉量,让大家更结实、强壮;

选择足球、篮球、跳绳等自己喜爱的运动,和同学伙伴们一起玩耍,让运动成为校园生活的快乐源泉。

### 用营养筑牢健康的根基

合理膳食而不是盲目节食,在守护生长发育的前提下,做出更科学的饮食选择。

用全谷物替代精制主食,保证每天摄入足量的新鲜蔬菜、水果和优质蛋白(奶、蛋、鱼、肉、豆),让每一餐营养均衡;

奶茶、含糖饮料、油炸食品和高糖零食往往含有大量的添加糖和脂肪,属于“高能量、低营养”的食物,这些食物是体重管理路上的“甜蜜负担”,注意减少它们的食用频次和食用量;

和家人一起制定健康食谱,周末共同烹饪健康美食,让健康饮食成为家庭新风尚,带动身边人一起科学饮食。

### 以小家带大家,用行动凝聚集体力量

应对肥胖从来不是孤军奋战,唯有带动家庭、校园共同行动,才能让“80亿个理由行动起来应对肥胖”的号召落地生根。

一是带动家庭,营造全员健康的家庭氛围。家庭是健康习惯养成的第一课堂,学龄儿童可以成为家庭健康的“小管家”,带动全家一起保持健康体重。

共建健康饮食环境:和父母一起规

划家庭采购清单,减少高糖、高脂、高盐食品采购,多选择新鲜蔬果、全谷物和富含优质蛋白的食材,烹饪优先选择蒸、煮、炖、凉拌等方式;

带动全家参与运动:主动提议周末全家开展徒步、慢跑、亲子健身游戏等活动,在增进亲情的同时,让全家人养成规律运动的习惯;

全家追求健康体重:与父母一起关注自己的生长发育状况和全体家庭成员的体重变化,及时调整饮食、运动习惯。同时也要注意:超重及肥胖儿童的体重管理目标是在保证身高稳定增长的同时,维持体重不增或延缓体重增长速度,以达到健康体重,并非必须降低绝对体重。

二是带动校园,打造互助共进的健康校园。校园是青少年成长的主要场所,良好的校园环境能让健康习惯更好地坚持,也能带动更多同学参与体重管理。

营造包容氛围:拒绝肥胖“污名化”,在班级、社团中主动理解、包容,不嘲笑、不歧视,一起科学运动、健康饮食,让每一位同学都能在同伴支持中树立健康自信;

创造良好运动环境:结合自身兴趣,向老师提议开展趣味运动会、班级体育挑战赛等多样化体育活动,与同学们一起积极参与校园体育活动,让运动不再枯燥;

配合老师科普健康知识:主动分享自己的健康经验,协助老师开展健康主题班会,让肥胖危害、科学减重的知识走进校园的每一个角落。

(人民网)

## 首款侵入式脑机接口医疗器械获批上市

根据国家药监局网站消息,近日,国家药监局批准了博睿康医疗科技(上海)有限公司植入式脑机接口手部运动功能代偿系统创新产品注册申请,实现脑机接口医疗器械全球首发上市,标志着国际首个侵入式脑机接口医疗器械进入临床应用阶段。

该产品由脑机接口植入体、植入式脑电电极套件、脑电信号收发器、气动手套设备、一次性手术工具包、脑电解码软件、医用测试软件、临床管理软件组成。适用于颈段脊髓损伤所致四肢瘫患者,通过气动手套设备辅助实现手部的抓握功能代偿。患者需满足以下条件:18岁到60岁,C2~C6颈段脊髓损伤评级A~C级的四肢瘫,疾病确诊超过1年且经规范治疗后病情稳定至少6个月,手部无法完成抓握,上臂尚存部分功能。该产品采用硬脑膜外微创植入与无线供能通信技术,临床试验结果显示,受试者通过该产品实现了手部抓握能力的明显提高,进而改善患者生活质量。

近年来,国家药监局坚决贯彻落实党中央、国务院关于健全支持创新医疗器械发展机制重大决策部署,出台细化举措,强化部门协同,鼓励医工融合和科研转化,全力支持高端医疗器械重大创新,促进更多新技术、新材料、新工艺和新方法应用于医疗健康领域。脑机接口作为“十五五”规划纲要要确定的未来产业,国家药监局高度重视,在产品审评审批中倾斜资源,按照“提前介入、一企一策、全程指导、研审联动”原则,对创新产品开展前置审评服务,有效加快产品上市进程,切实提升了我国高端医疗器械国际竞争力。

下一步,国家药监局将继续做好高端医疗器械审评审批工作,切实以高效能监管助力医疗器械产业高质量发展,造福人民群众高品质生活。药品监督管理部门将加强该产品上市后监管,保护患者用械安全。

(人民网)

## 花粉季提前:预防花粉过敏,怎么用药效果好?

气象与环境监测数据显示,受去年冬季我国北方多地气温较常年显著偏高影响,今年植物花期提前,多地花粉季也较往年提早到来。

随着后续气温稳步回升,北方大部地区将逐步进入春节花粉飘散期,花粉浓度将持续处于较高水平。

花粉过敏多发于春秋两季,春季花粉过敏集中在3月至5月,过敏原以柏树、桦树、白蜡树、法国梧桐等植物的花粉为主。有明确花粉过敏的患者要提前做好应对措施。

### 预防花粉过敏 可提前1-2周用药

与其发病后再用药,不如提前用药。建议过敏症状较重、周期性过敏的患者检测一下过敏原。了解自己对他

种花粉过敏后,就可以针对性地进行预防。

如果是季节性的花粉过敏,可以在过敏季节到来前1~2周开始使用鼻用糖皮质激素(布地奈德鼻喷雾剂、糠酸莫米松鼻喷雾剂等),它们可以减轻鼻黏膜的过敏性炎症,降低鼻黏膜的敏感性,预防和缓解打喷嚏、流鼻涕、鼻塞等症状。

出现症状的时候可口服第二代抗组胺药(氯雷他定、西替利嗪等),这类药物能选择性地阻断组胺与受体的结合,从而减轻过敏症状。

3月份,柏树开始授粉,之后4-5月份还有白蜡树、梧桐树、桦树等树木授粉。患者如果对其中一种树木的花粉过敏,便会在该树木授粉期间出现过敏症状;如果患者同时对几种树木的花

粉都过敏,症状持续时间便会延长。因此,预防用药的周期应覆盖整个花粉季,一般需要等花粉季结束后1到2周才可以停药。

### 生活中这样做 减轻过敏症状

在花粉播散期尽量减少外出,外出时佩戴口罩和护目镜。

回家后及时洗脸、洗头、清洗鼻腔、更换外衣,把吸附在衣服和身体表面的过敏原去除。

外出开车时不开窗,通风模式可以选择内循环。居家期间尽量不开窗,可以配合使用空气净化器或新风系统。

如果做了这些工作,依然出现了过敏症状,应该在医生的指导下用药治疗。

(光明网)