住院“无陪护” 家人不受累

福建省肿瘤医院启动“无陪护”试点病房，为全国肿瘤专科医院首家

N海都记者 林宝珍

“一人住院，全家受累”，患病住院陪护难，是困扰很多家庭的难题。为了给住院患者提供全面、细致的护理服务，减轻家属负担，9月23日，福建省肿瘤医院“无陪护”病房试点工作正式启动。据悉，这是全国首家肿瘤专科医院开展“无陪护”病房服务。

护理员在照顾住院患者（院方供图）

治疗检查专人陪护 饮食生活专人照料

“无陪护”病房服务是由经过规范化培训、统一管理的护理员，为住院患者提供全程、全面、连续、专业的照护，实行无家属陪护或陪而不护，把家属从繁重的陪护任务中“解脱”出来，为患者创造安静、安全、舒适、温馨的住院环境，促进病人康复。

据介绍，福建省肿瘤医院将在胸部肿瘤外科（一区、二区）、乳腺肿瘤外科（五区）、妇科肿瘤外科（九区）、特需病房/临床营养科（二十区）、淋巴瘤及头颈部肿瘤内科、胸部肿瘤内科（二十七区），率先开展“无陪护”试点。

今后，患者在这些病区住院时，入院、出院有专人办理，治疗、检查有专人陪护，饮食、生活有专人照料，出院后还有专人进行康复与心理指导。在患者住院期间，陪护员将根据康复要求，提供连续的专业护理和康复训练，促进患者的身体功能恢复，提高生活质量，从而加速患者的康复进程；通过专业的护理和情感关怀，帮助患者应对疾病带来的心理压力和情绪困扰等。

收费标准分三档 整体纳入医保

此外，“无陪护”病房配备床边结算员，通过电子化系统完成入院登记、缴费、出院结算等手续，无需长时间等待或多次往返于不同部门；还提供床边订餐，通过专人床旁订餐、在线订餐、病房餐车现场选餐等，简化订餐流程，并由专人专车送餐到患者床前。

另据了解，根据《福建省医疗保障局关于进一步做好整体护理按床日收费政策试行工作有关问题的通知》等文件，“无陪护”试点病房整体护理按床日收费，按照医保、患者各负担一部分的原则，收费标准根据患者生活自理能力实施分为100元、160元、230元/床日三档，收费整体纳入医保支付范围。不再另行收取一级、二级、三级护理和吸痰护理、动静脉置管护理、一般专项护理、机械辅助排痰及对应除外内容费用。

福建省肿瘤医院院长陈传本表示，“无陪护”病房试点工作是满足群众多层次多元化个性化的医疗护理服务需求，既是响应当代社会的需求，也是满足群众的期望，切实提升人民群众的就医满意度。

国庆假期我省预计发送铁路旅客633.6万人次

相较去年同期 短途旅客有所增长

海都讯（记者 马俊杰 通讯员 李翔 陆逸） 昨日，记者从中国铁路南昌局集团有限公司（以下简称南铁）获悉，2024年国庆假期运输自9月29日至10月8日，共10天，南铁预计发送旅客1280万人次，其中我省发送旅客633.6万人次，同去年国庆相比基本持平，短途客流同比小幅增长。

今年国庆假期旅游流、探亲流、学生流等多种客流叠加，呈现出复杂多元的客流态势。在City Walk、乡村游广受追捧的当下，县域旅游持续升温，福州、厦门等客流集中城市与周边城市客流短途交换量增幅较大。另外，受热门国产游戏《黑神话：悟空》带动和文旅市场热点变化，山西、陕西等热门旅游目的地，以及南昌、泉州等新晋网红城市关注度持续上升，闽赣两省往返太原、衢州、西安、洛阳等方向旅客客流大幅增长。

为满足旅客出行需求，计划增开旅客列车450列，其中包括福州、厦门往返南平、福鼎、诏安、三明、龙岩、厦门等以及江西省内中短途旅客列车364列；闽赣两省往返沪杭、广深等方向长途旅客列车86列。

今年国庆假期，南铁针对世界自然遗产地泰宁，以及非遗文化底蕴深厚的泉州等文旅热门城市方向增加旅客列车班次，打造“高铁+旅游”“高铁+非遗”等集多种文化体验于一体的独特旅游选择。一些热门城市车站还在出站口设置了旅游咨询点，为旅客提供旅游攻略，满足旅客出游需求。

“戒糖”后又“戒盐”，低钠饮食靠谱吗？

N海都见习记者 何丹莹

抗衰“戒糖”风后，市面上又卷起“戒盐”风，不少网友在社交平台上晒出低钠食谱。低钠饮食是减少饮食中钠的摄入量，以助控制血压，减少心脏病和中风的风险，其科学性引起不少市民广泛关注。正常人需要低钠饮食吗？听听福建省营养协会副会长张雄畴怎么说。

对部分人群确有帮助 尝试前可先评估

据了解，虽然钠是人体必需的矿物质之一，但过量摄入却可能带来健康隐患。因此低钠饮食就是通过减少日常饮食中的钠摄入量的方式，以预防和控制高血压及其他心血管疾病。

在社交平台上的“低钠食谱”中，许多发帖网友会建议尽量避免高钠食品，如加工食品、腌制食品、快餐以及高盐调味料等，转而选择新鲜蔬菜、水果、全谷物和低脂蛋白质等自然含钠量较低的食物。

张雄畴介绍道，在低钠饮食中每日推荐的钠摄入量通常不超过2000毫克（约相当于5克食盐），而对于有特定健康问题的人群，如高血压、心脏病或肾脏疾病患者，推荐量可能会更低，大约在1200毫克（约相当于3克食盐）或更少。对于更低水平的低钠饮食，如500毫克以下，通常是在特定医疗情况下，如严重的水肿或心力衰竭，由医生指导进行。

“低钠饮食对部分人群确实有一定帮助。像高血压患者、心血管疾病患者、老年人等就适用低钠饮食，如果年轻人想尝试低钠饮食，要先判断自己是否需要，通过血液和尿液检查评估钠水平和肾功能，可以更准确地判断是否需要进行低钠饮食。”张雄畴说。

如何低钠才健康，网上的食谱能信吗？

张雄畴告诉记者，低钠饮食并非意味着完全戒除钠的摄入，而是需要科学合理地控制。值得注意的是，对于习惯重口味饮食的人来说，不要盲目地直接低钠，应该逐步过渡至低钠饮食。

低钠饮食并不意味着完全不吃盐。“长期低钠饮食可能带来电解质失衡、血压过低、肾脏功能受损、食欲下降、骨质疏松和免疫系统问题等潜在风险。”张雄畴建议，在调整饮食时务必咨询医生或营养师，确保饮食既健康又均衡。

电话刚注册 骗子怎就知道了？

泉州警方破获一起利用“地推”办卡方式买卖公民个人信息案，抓获7名犯罪嫌疑人

海都讯（记者 黄晓燕） “你好，这边有一款保健品能治疗各种身体疾病”“你好，这边有个投资项目，回报率很高”“你好，你儿子被××机关抓了，要交保证金”……你是否经常接到莫名其妙的广告电话或者被诈骗电话频繁骚扰？这说明你的个人信息或许被贩卖了！9月23日，记者从泉州市公安局获悉，泉州网安部门日前成功捣毁一个利用“地推”办卡方式买卖公民个人信息的违法犯罪团伙，抓获7人。

据经办民警介绍，泉州警方日前接到多起群众报警称，家中老人频频接到诈骗电话，险些上当酿成损失。经过警情比对，泉州网安部门民警研判分析，这些涉诈电话卡均在近日同一时间段注册，且诈骗电话IP源头均来自同一省份。

诈骗分子怎么那么快就拿到了才刚注册不久的电话信息呢？办案民警敏锐地察觉到，这可能是一起跨多省份的侵害公民个人信息团伙在作案。经过调查摸排，8月份，泉州警方分赴多地抓获兰某、肖某、班某等7名犯罪嫌疑人。

据犯罪嫌疑人供述，该团伙在“地推”售卡过程中，通过操作对象手机，在为对象注册本地电话卡的同时，偷偷利用设备绕过IP验证，同时注册省外电话卡，并将电话卡连同个人信息以每条60~80元不等的价格售出。目前案件在进一步侦办中。

泉州警方提醒广大群众，在遇到“地推”办卡活动时，应提高警惕，切勿将手机、身份证等物品交给陌生人私自操作，切勿扫描来历不明的二维码。面对“地推”人员提供的礼品或优惠，要保持理性思考，不要因小失大，陷入不法分子的陷阱。一旦发现个人信息被泄露或遭遇诈骗等不法侵害，应立即向公安机关报案，以便警方及时介入调查处理。