

# 手机上即可完成全部操作 达州上线“为他人异地就医自助备案”

本报讯（通讯员 谢黎）为方便群众异地就医备案，日前，达州市上线了“为他人异地就医自助备案”业务，我市参保人登录“四川医保”APP或“四川医保公共服务平台”微信小程序，可为近亲属代为办理异地就医备案，且全程在手机上完成，无需跑腿。达州市医疗保障局已整理发布详细操作流程，帮助更多市民便捷办理该项业务。

据介绍，全程仅需四步即可完成成为近亲属代办异地就医备案业务。第一步，账户登录。首先需要进入“四川医保”APP或“四川医保公共服务平台”微信小程序，点击手机右下方“我的”，再进入“登录”页面。若是首次登录，还需要额外注册个人信息并采集人脸信息进行身份验证。

第二步，添加成员。登录成功后，点击手机左下方“首页”，选择“异地就医备案”开始申请备案。在异地就医备案页面，点击“为近亲属备案”，下拉页面在备案人选项中依次点击“点击选择家庭成员”“添加家庭成员”。在阅读并点击个人承诺书的“我已阅读并同意”按钮后，进

入添加家庭成员页面。

第三步，填写信息。根据要求，填写需要添加的家庭成员的身份信息，包括“姓名”“证件类型”“证件号码”“出生日期”“性别”“关系”，填好后点击“添加账户”，绑定成功后点击“确认”按钮即可。

第四步，正式备案。在添加完家庭成员后，根据该近亲属的实际情况，在备案页面依次选择符合的“就医地”“参保险种”“备案类型”，点击下方的“开始备案”按钮。仔细阅读备案告知书，了解相关内容后选中“本人已仔细阅读备案告知书”，点击“我已阅读，开始备案”按钮。在备案材料页面，填写备案时间、联系人信息并仔细阅读承诺书相关条款，确认无误后签署姓名，点击“保存并提交”，确认无误后，点击“提交备案”按钮，至此完成全部自助备案操作，若备案成功，将即刻弹出“异地就医自助备案开通成功”的绿色字体提示。

若要查看备案结果，可点击手机下方“服务”，在“医保个人查询”板块中找到“异地就医备案查询”，选择办理类型中的“代

办备案”，点击“查看详情”即可查看所有备案记录。



## 健康教育

### 当心蚊子携带致命病毒 达州疾控教你科学防蚊

据专家研判，2026年登革热、基孔肯雅热等蚊媒传染病，境外输入引发本地扩散的风险较往年上升，部分地区可能出现聚集性疫情。但市民不用恐慌，只要做好“清积水、勤消杀、防叮咬、早就医”，就能有效阻断传播链。

首先要认清，传播登革热、基孔肯雅热、寨卡病毒这三种蚊媒传染病的“元凶”，都是同一种蚊子——白纹伊蚊，也就是我们常说的“花蚊子”。它黑白相间，攻击性极强，清晨、傍晚最爱出来“觅食”，飞行范围虽只有50—100米，但“叮人”超精准。而由它传播的三种疾病，症状有相似之处，但也各有特点，简单来说，三种病都可能发热、出皮疹、关节痛，但登革热高热更剧烈、疼得更狠；基孔肯雅热关节痛最持久；寨卡病毒对孕妇和胎儿风险最高，还会通过母婴、性接触传播。

蚊媒传染病防大于治，没有特效疫苗，也没有特效药，但做好防蚊灭蚊，就能最大程度避开风险。首先要清积水，蚊子幼虫离不开水，只要清除所有积水，就可以从根源“端掉”蚊子窝。室内每隔3天给水培植物换水，冲洗容器内壁；及时倒掉花盆托盘等家具积水；闲置的各类瓶罐要么扔掉，要么翻转倒扣，避免存水；清理空调外机冷凝水，定期疏通排水口。室外清理阳台、天台、庭院的卫生死角，封堵缝隙，避免雨水积存；下水道口安装防蚊闸，井盖、电缆井孔用防蚊贴封堵。其次，做好防叮咬。居家安装完好的纱门纱窗，睡觉用蚊帐，这是最安全的物理防蚊方式。外出避开清晨（7—9点）、傍晚（16—18点）蚊子活跃时段，少去树荫、草丛、凉亭等阴暗潮湿处；穿浅色长袖衣裤，外露皮肤涂抹含避蚊胺、驱蚊酯等成分的驱蚊产品，儿童、孕妇使用前遵医嘱。

如果出现发热、皮疹、关节痛等症状，尤其近期有蚊虫叮咬史，或去过蚊媒传染病流行地区（如东南亚、非洲），要立即前往医院发热门诊、感染科就诊，主动告知医生旅行史和蚊虫叮咬史。确诊前，不要自行服用布洛芬、阿司匹林等退烧止痛药，可能加重出血风险，掩盖病情。

□达州疾控

## 零距离传授急救技能

### 我市开展应急救护志愿服务进广场活动

本报讯（通讯员 郑文娟 摄影报道）近日，达州市120指挥中心联合市中西医结合医院、市计划生育协会在达州市人民广场开展了一场以“提升全民应急救护能力”为主题的志愿服务进广场活动，为市民普及专业急救知识。

活动现场，工作人员手把手指导市民实操练习心肺复苏，详细讲解按压位置、力度、频率等核心操作要点；针对儿童呛奶、老人异物卡喉噎食等家庭日常高发突发险情，重点示范标准海姆立克急救法动作要领。通过科普展板、发放宣传手册与便民礼品等多方式，向广大市民普及应急急救技能、优生优育政策知识、家庭保健科学常识。

活动还设置了便民服务环节，由专业医护人员为到场群众免费测量血压、解答健康疑惑，



医护人员在健身场所教授急救技能。

把专业健康服务、暖心惠民举措精准送到群众身边，切实提升居民的健康意识。

活动结束后，工作人员前往健身场所，针对健身运动场所容易发生的运动损伤、晕厥、心悸等

突发情况，开展急救科普培训。工作人员结合场所特点，重点讲解了现场应急处置流程、心肺复苏操作规范及常见意外伤害急救技巧，提升健身从业人员的安全防范意识和现场急救能力。