

山东省价格协会通讯

2020年11月26日

第11期 (总173期)

目 录

【协会动态】

- ◇ 山东省价格协会顺利完成2020年度价格鉴证师职业能力水平评价
考试山东考点的考务工作

【政策法规】

- ◇ 省府办公厅要求进一步清理规范行业协会商会收费

【价格信息】

- ◇ 山东：原粮价格延续升势猪肉价格继续下降
- ◇ 10月份全国居民消费价格同比上涨

【分析预测】

- ◇ 天然气价格不具备持续大幅上涨基础

【政策解读】

- ◇ 《基本医疗保险用药管理暂行办法》政策解读

【健康知识】

- ◇ 中医四法缓解眼疲劳

【协会动态】

山东省价格协会 顺利完成2020年度价格鉴证师职业 能力水平评价考试山东考点的考务工作

2020年度全国价格鉴证师能力水平评价考试于11月14至15日在全国各考点进行。由山东省价格协会承担的山东考点设在齐鲁工业大学,来自全省各地考生633人参加了考试,参考人数居全国第一。

省价格协会为顺利完成好山东考点的考务工作,按照中价协考务工作要求,秘书处多次召开会议,对具体工作进行了分工。由于疫情防控原因,很多高校采取封校管理,这对选择考点学校产生了较大的困难。经过秘书处工作人员多次走访协调,最后将考点定在齐鲁工业大学。

今年参考人员多数来自价格评估鉴证行业,年龄从二十岁到六十几岁,年龄差异大,但从考场纪律看,多数考生表现出非常好的素养,遵守规则,服从管理。在大家的努力下,山东考点安全有序,得到负责山东考点巡视的中国价格协会吕明良会长的赞扬。

考试结束后,中国价格协会吕明良会长借来山东考点巡考和调研之际,委托省价格协会组织几所有代表性大专院

校和有一定规模的价格鉴证评估机构参加的座谈会,主要议题是把价格鉴证师职业能力水平评价报考工作推向大专院校。会议于11月16日下午在济南召开。山东管理学院副院长鞠永强、齐鲁工业大学继续教育学院院长岳恒志、山东交通学院继续教育学院党支部书记梁伟、山东商业职业技术学院会计金融学院院长张洪波、山东工程职业大学商学院院长刘杰;以及山东新业价格评估有限公司总经理艾传新、青岛华融价格评估有限公司总经理杨宜民、山东大公价格评估事务所总经理权利飞等27人参加了会议,会议由省价格协会秘书长吴萍同志主持。

会议首先由中国价格协会吕会长为大家讲解价格鉴证师职业能力水平能力评价考试报考工作情况和今后的发展思路及方向。他说,中国价格协会组织的价格鉴证师职业能力水平评价考试,是在国家人社部、国家发展改革委取消价格评估机构和价格鉴证师行政审批,价格鉴证师资格考试三年后,为加强价格评估人才队伍建设,促进价格评估行业健

康发展,根据价格评估鉴证市场需要,发挥行业协会职能作用,经国家人社部同意,中国价格协会于2019年恢复了价格鉴证师的考试。目的是为社会、为企业培养注入价格评估鉴证人才。为了把价格鉴证师报考推向院校,协会组织大家一起座谈交流,寻求双赢的合作模式,即为院校学生提供实习就业机会,又为评估鉴证企业培养推荐技能人才。

座谈中,院校领导们对该考试的报考流程、通过率、费用等细节问题进行了询问了解,评估机构的总经理们也对价格鉴证师职业人才需求及希望与院校合作的意向表示出极大的诚意,吕会长对明年价格鉴证师报考工作如何推向院校

和大家进行了交流并提出了三点意见:一是要在学校进行大力宣传,中价协印制宣传手册,由省价格协会到院校进行宣传,让学生认识了解价格鉴证师职业技能及就业方向;二是有选择地在几所院校试点,高校可开选修课,中价协建有师资库,能够满足到校讲课及培训;三是协会要发挥桥梁纽带作用,根据高校报考人数,及时与各地评估鉴证企业沟通,对各企业所需价格鉴证师进行统计,为考试合格学生提供实习就业场所。

通过座谈交流,协会、院校和企业在一些合作意向上达成共识。

【政策法规】

省府办公厅要求 进一步清理规范行业协会商会收费

一、总体要求

坚持以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导,深入贯彻落实党的十九大精神,持续深化“放管服”改革,落实减税降费政策,进一步优化营商环境,针对突出问题,明确分工、落实责任,全面规范和整治行业协会商会乱收费问题,减轻企业负担,保护和激发市场主体活力,打造我省“少高优强”国际化一流营商环境。

二、严格管理责任,健全完善行业

协会商会收费长效监管机制

各级、各有关部门要严格按照《通知》关于清理取消行业协会商会违法违规收费、提升收费规范性和透明度、建立长效监管机制的工作要求,制定完善相关配套政策措施和具体管理办法。

(一)省发展改革委做好行业协会商会收费政策相关组织实施,统筹做好行业协会商会与行政机关脱钩改革工作。

(二)省民政厅持续规范会费收取

标准和程序,组织做好行业协会商会与行政机关脱钩改革工作。严格行业协会商会登记管理。指导督促行业协会商会加强自身建设,在年度报告、换届备案、随机抽查等工作中加大监督检查力度。

(三)省市场监管局加强对行业协会商会收费及价格行为的监督检查,依法查处不执行明码标价、依托行政机关强制收费等违法违规收费行为,切实维护企业合法权益。

(四)省财政厅加强财政电子票据管理改革,进一步规范行业协会商会社会团体会费票据的开具。

(五)省审计厅依法对行业协会商会进行审计监督。

(六)山东省税务局加强行业协会商会涉税收入监管,确保依法纳税。

(七)各业务主管部门和行业管理部门要认真履职尽责,落实管理责任,对未脱钩、已脱钩行业协会商会的业务活动加强指导和监管,杜绝行业协会商会依托行政机关或利用行政影响力乱收费问题。按时完成本领域行业协会商会脱钩改革任务,坚决防止虚假脱钩。

(八)各市、县(市、区)政府要落实属地责任,严格按照国家和省有关部门要求,加强对本地行业协会商会收费行为监督指导。

(九)各行业协会商会要严格按照《通知》要求切实加强自身建设,强化行业自律,努力为企业提供优质价相符的服务,助力企业减负,促进行业发展。

三、强化工作落实,确保清理规范工作取得实效

各级、各有关部门要按照《通知》明确的任务要求和时间节点,细化工作措施,明确时间表、路线图,组织做好本地、本领域行业协会商会收费自查、抽查工作。省发展改革委、省民政厅、省市场监管局负责牵头协调,会同省政府有关部门加强督促指导和监督检查。全省性行业协会商会要发挥示范作用,带头自查自纠,合理设定收费标准,规范收费行为。

(一)开展自查整改。各业务主管部门和行业管理部门组织本领域行业协会商会全面开展收费情况自查自纠,暂不能明确业务主管单位和行业管理部门的,由民政部门负责组织。2020年11月底前,各行业协会商会完成2019年及2020年1-9月收费情况自查,认真填报表格(见附表1、2),并在“信用中国”网站对清理规范后的收费情况进行公示。

(二)强化抽查检查。12月15日前,各业务主管部门和行业管理部门完成本领域全省性行业协会商会填报表格汇总工作,形成自查情况书面报告,报送省民政厅、省市场监管局(附电子版光盘)。2020年11月-2021年2月,省市场监管局、省民政厅会同省政府有关部门,根据行业协会商会自查情况,按照不低于10%的比例对全省性行业协会商会收费情况开展抽查检查。

(三)加强宣传引导。各级、各有关部门要加强宣传培训,总结推广行业协会商会在行业自治、服务企业等方面的典型经验做法。健全各级减轻企业负担举报机制,畅通“12315”“12345”

举报平台和山东社会组织网等投诉举报渠道,严肃查处并公开曝光违法违规案例,及时发现和解决工作中遇到的新情况、新问题,确保清理规范行业协会商会收费工作各项政策落到实处,切实提升企业群众获得感。

2021年2月底前,各市政府、省政府有关部门将本地、本领域清理规范行业协会商会收费情况报送省发展改革委,由省发展改革委、省民政厅、省市场监管局统一汇总后报省政府。

(来源:山东省人民政府办公厅)

【政策法规】

山东：原粮价格延续升势 猪肉价格继续下降

11月5日,山东省价格监测中心重点监测的114种居民生活消费品中,49种周环比(较10月29日,下同)价格上涨,占42.98%;14种持平,占12.28%;51种下降,占44.74%。

原粮价格延续升势

本监测日,全省集市小麦每500克均价(下同)1.243元,上涨0.21%,较上月同期高1.97%。玉米1.221元,上涨1.50%;与上月同期相比,上涨6.45%。

集市7种粮食及制品1升2平4降。其中,绿豆6.029元,上涨0.05%;玉米粉2.044元,标准粉1.771元,均持平;粳米2.903元,下降0.19%;挂面2.482元,下降0.30%。超市5升2降。其中,标准粉2.185元,上涨0.58%;玉米粉2.404元,上涨0.58%;小米5.929元,上涨0.70%;绿豆6.499元,下降0.20%。

生猪仔猪价格走势分化

育肥猪止跌回涨。本周14.260元,

较上周上涨1.45%。26个省级监测点18升3平5降,其中荣成民兴生猪养殖专业合作社和广华殷家河养殖场涨幅较大,分别为5.84%和4.35%。

当前,猪粮比价为11.56:1,仍处于红色预警区域。

仔猪连降11周,累计下降20.26%。

本周34.046元,较上周下降0.21%,降幅收窄2.61个百分点。26个省级监测点1升20平5降,其中江北明珠生态养殖场和郓城县德建养猪场降幅较大,分别为3.45%和3.03%。

鲜猪肉价格继续下降

4种鲜猪肉(精瘦肉、五花肉、去骨后腿肉和肋排)集市综合均价连降9周,累计降幅14.38%。本周25.498元,下降1.25%。其中,精瘦肉25.485元,下降1.22%;五花肉24.255元,下降1.49%。超市连降9周,累计降幅10.54%。本周28.566元,下降1.78%。其中,精瘦肉

28.214元,下降1.96%;五花肉27.436元,下降1.54%。

蛋菜价格小幅波动

全省集市、超市鸡蛋均价为3.691元、3.696元,分别上涨1.57%、1.23%。其中,烟台、菏泽集市价格涨幅较大,为5.26%和4.18%;泰安、威海超市价格涨幅

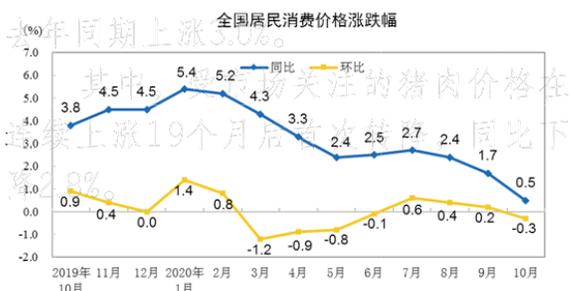
居前,为4.29%和4.63%。

17种蔬菜集市、超市均8升9降。本周综合均价2.969元、3.292元,下降0.50%、0.75%。其中,大白菜降幅居前,集市、超市分别下降11.32%、10.49%。

(来源:中国经济导报)

10月份全国居民消费价格同比上涨

国家统计局公布的数据显示,2020年10月份,全国居民消费价格(CPI)同比上涨0.5%,环比下降0.3%。1—10月,全国居民消费价格比



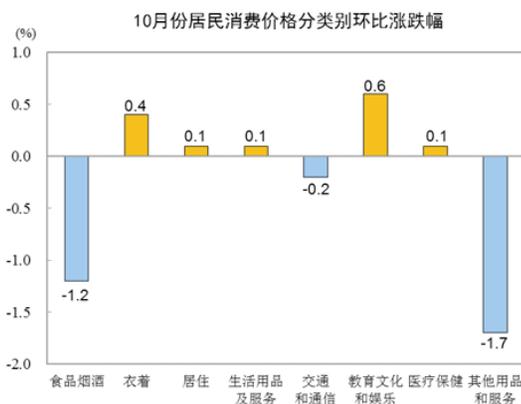
国家统计局城市司高级统计师董莉娟表示,10月份,各地区各部门继续做好保供稳价工作,市场供求总体稳定。其中,CPI同比涨幅回落较多,比上月回落1.2个百分点,主要是受去年同期对比基数较高、翘尾因素减少以及猪肉价格由升转降的影响。

从同比看,城市上涨0.5%,农村上涨0.4%;食品价格上涨2.2%,非食品价格持平;消费品价格上涨0.6%,服务价格上涨0.3%。

从环比看,城市下降0.3%,农村下降0.5%;食品价格下降1.8%,非

食品价格上涨0.1%;消费品价格下降0.6%,服务价格上涨0.1%。

各类商品及服务价格同比变动情况



10月份,食品烟酒类价格同比上涨2.4%,影响CPI(居民消费价格指数)上涨约0.76个百分点。食品中,鲜菜价格上涨16.7%,影响CPI上涨约0.38个百分点;水产品价格上涨2.5%,影响CPI上涨约0.04个百分点;畜肉类价格上涨2.0%,影响CPI上涨约0.14个百分点,其中猪肉价格下降2.8%,影响CPI下降约0.13个百分点;粮食价格上涨1.5%,影响CPI上涨约0.03个百分点;鲜

果价格上涨0.4%，影响CPI上涨约0.01个百分点；蛋类价格下降16.3%，影响CPI下降约0.11个百分点。

其他七大类价格三涨四降。其中，其他用品和服务、医疗保健、教育文化和娱乐价格分别上涨2.4%、1.5%和1.1%；交通和通信、居住价格分别下降3.9%和0.7%，衣着、生活用品及服务价格分别下降0.3%和0.1%。

各类商品及服务价格环比变动情况

10月份，食品烟酒类价格环比下降1.2%，影响CPI下降约0.39个百分点。食品中，畜肉类价格下降4.5%，

影响CPI下降约0.34个百分点，其中猪肉价格下降7.0%，影响CPI下降约0.34个百分点；鲜菜价格下降2.1%，影响CPI下降约0.06个百分点；蛋类价格下降1.9%，影响CPI下降约0.01个百分点；水产品价格下降1.2%，影响CPI下降约0.02个百分点；鲜果价格上涨1.8%，影响CPI上涨约0.03个百分点。

其他七大类价格环比五涨两降。其中，教育文化和娱乐、衣着价格分别上涨0.6%和0.4%；居住、生活用品及服务、医疗保健价格均上涨0.1%；其他用品和服务、交通和通信价格分别下降1.7%和0.2%。

【分析预测】

天然气价格不具备持续大幅上涨基础

目前我国天然气资源供应较为充足，可以较好满足冬季保供需求，预计天然气消费需求将保持一定幅度增长。

针对今冬明春天然气保供形势，我国持续推进产供储销体系建设和各项保供工作，供应保障能力不断提高，居民等民生用气可以得到足额保障。

随着北方地区陆续进入供暖季，煤炭、天然气冬季保供也进入了关键时期。

针对近期煤炭、天然气价格出现较快上涨，国家发展改革委经济运行调节局主要负责人在接受经济日报记者采访时表示，在需求旺季来临前，煤炭、天然气价格较快上涨有其客观原因，也有一些人为

炒作因素，但总体看，今年冬季煤炭、天然气价格不具备持续大幅上涨基础。

据介绍，目前我国天然气资源供应较为充足，可以较好满足冬季保供需求，预计天然气消费需求将保持一定幅度增长。

“针对今冬明春天然气保供形势，国家发展改革委、国家能源局会同各地区、有关部门和企业建立密切沟通机制，持续推进产供储销体系建设和各项保供工作，供应保障能力不断提高，居民等民生用气可以得到足额保障。”该负责人指出，在用气高峰期，局部区域、个别时段仍有可能供应偏紧，同时也要高度关注持

续大范围极寒天气等不确定因素影响。

据统计,今年前9个月国内生产天然气1371亿立方米,同比增长8.7%,预计全年国内生产天然气超过1900亿立方米,连续4年增产100亿立方米以上。

在大力推动稳产增产的同时,我国继续保持天然气进口总体稳定。前9个月,我国进口天然气965亿立方米,同比基本持平。随着中俄东线中段建成投产,增加了管道气资源进口来源。同时,国际市场液化天然气(LNG)也供应充足,可满足国内需求。

目前,我国已建成储气能力近250亿立方米,其中地下储气库储气超过140亿立方米。今年供暖季,日最大可动用储气超过1.3亿立方米。

同时,天然气管网互联互通建设也取得了积极成效。据测算,今年通过互联互通可向京津冀等地区新增输气能力4000万立方米/天,必要时可立即组织“南气北上”等资源转供,以确保重点地区用气需要。

在煤炭方面,预计供暖季期间全国煤炭消费同比基本持平。目前,全国统调电厂存煤可用32天,处于历史同期较高水平,可较好保障发电需要。受部分地区煤炭产量下降影响,东北地区保供力度需有所加大。

近年来,每逢北方地区供暖季到来,煤炭、天然气价格就会出现一波上涨行情。从现货市场近期行情看,煤炭、天然气价格已有所抬头。

“煤炭、天然气国内生产稳定,进口还有进一步增长空间,资源供应总体

充足。总体看,煤、气价格不具备大幅上涨基础。”该负责人说。

数据显示,目前全国统调电厂存煤约1.6亿吨,为历史同期较高水平。天然气主要保供企业掌握着储气资源近180亿立方米,加上地方政府和城镇燃气企业已具有的储气量,全国可动用储气量比去年供暖季进一步增加。

在供储销体系中,能否全面严格签约履约,直接关系煤炭、天然气价格稳定运行。为此,国家发展改革委已组织三大油气企业与各地完成全年及供暖季合同签订,签订合同量同比增长5%以上。同时,大力推行签订煤炭中长期协议,以减少价格波动可能带来的不利影响。

“供暖季期间,我们将加强签约履约信用监管,督促企业严格按照合同保障供用气秩序稳定,严格执行价格政策。”该负责人表示,供暖季期间,对居民用气量价齐保,门站价格不上浮;对学校、医院、公共交通等民生用气保量稳价,在基准门站价格基础上上浮幅度不得超过20%;其他市场化气量价格由供需双方协商确定。

“需要强调的是,LNG市场价格波动不会影响居民用气,居民用气严格执行当地政府定价。”该负责人强调,在持续做好煤炭、天然气价格运行监测分析的基础上,将配合有关部门加强天然气价格监管,对违规涨价、串通哄抬价格等违法违规行爲,发现一起、查处一起、曝光一起,坚决维护公平竞争的市场秩序。

(来源:山东省价格监测预警网)

【政策解读】

《基本医疗保险用药管理暂行办法》 政策解读

2020年7月30日,国家医疗保障局发布《基本医疗保险用药管理暂行办法》,该《暂行办法》已经国家医疗保障局务会审议通过,全文六章三十七条,自2020年9月1日起施行。

《基本医疗保险用药管理暂行办法》的制定,旨在保障参保人员基本用药需求,提升基本医疗保险用药科学化、精细化管理水平,提高基本医疗保险基金的使用效益。这个管理办法回应了《中共中央国务院关于深化医疗保障制度改革的意见》对完善医保目录动态调整机制、实行医疗保障待遇清单制度的改革要求,将成为基本医疗保险用药管理的主要政策依据。《暂行办法》第四条指出,基本医疗保险用药管理坚持以人民为中心的发展思想,切实保障参保人员合理的用药需求;坚持“保基本”的功能定位,尽力而为,量力而行;坚持分级管理,明确各层级职责和权限;坚持专家评审,适应临床技术进步,实现科学、规范、精细、动态管理;坚持中西药并重,充分发挥中药和西药各自优势。这五个“坚持”实际上明确了基本医疗保险用药目录制定的五个基本原则。

《暂行办法》第六条对国家、省和

统筹地区各级医疗保险管理部门的职责、权限予以限定。该条指出:国务院医疗保障行政部门负责建立基本医疗保险用药管理体系,制定和调整全国范围内基本医疗保险用药范围,使用和支付的原则、条件、标准及程序等,组织制定、调整和发布国家《药品目录》并编制统一的医保代码,对全国基本医疗保险用药工作进行管理和监督。国家医疗保障经办机构受国务院医疗保障行政部门委托承担国家《药品目录》调整的具体组织实施工作。

省级医疗保障行政部门负责本行政区域内的基本医疗保险用药管理,制定本地区基本医疗保险用药管理政策措施,负责《药品目录》的监督实施等工作。以国家《药品目录》为基础,按照国家规定的调整权限和程序将符合条件的民族药、医疗机构制剂、中药饮片纳入省级医保支付范围,按规定向国务院医疗保障行政部门备案后实施。统筹地区医疗保障部门负责《药品目录》及相关政策的实施,按照医保协议对定点医药机构医保用药行为进行审核、监督和管理,按规定及时结算和支付医保费用,并承担相关的统计监测、信息报送等工作。

《暂行办法》第三条规定,基本医疗保险用药范围通过制定《基本医疗保险药品目录》进行管理,符合《药品目录》的药品费用,按照国家规定由基本医疗保险基金支付。《药品目录》实行通用名管理,《药品目录》内药品的同通用名药品自动属于基本医疗保险基金支付范围。

目录内药品使用同样受一定约束。《办法》第二十三条规定,参保人使用《药品目录》内药品发生的费用,符合以下条件的,可由基本医疗保险基金支付:

(一)以疾病诊断或治疗为目的。
(二)诊断、治疗与病情相符,符合药品法定适应症及医保限定支付范围;(三)由符合规定的定点医药机构提供,急救、抢救的除外;(四)由统筹基金支付的药品费用,应当凭医生处方或住院医嘱;(五)按规定程序经过药师或执业药师的审查。

《办法》第二十四条还指出,《药品目录》分甲乙两类,协议期内谈判药品纳入“乙类药品”管理。各省级医疗保障部门按国家规定纳入《药品目录》的民族药、医疗机构制剂纳入“乙类药品”管理。中药饮片的“甲乙分类”由省级医疗保障行政部门确定。特别需要关注的是基药。自从国家医保局组建以来,新农合与医保合并,之前基药政策中规定基本药物全部纳入医保目录并实行比医保药品更高报销比例的政策进行了修改,取而代之的政策是“符合条件的基本药物

优先纳入医保目录”,言下之意是“基本药物”并不必然纳入医保药品目录。

哪些药品可以进入医保目录自然应该是《暂行办法》的核心,主要分三类进行安排的,即不纳入、直接调出、可以调出。

对于不纳入,《办法》第八条规定,以下药品不纳入《药品目录》:

- (一)主要起滋补作用的药品;
- (二)含国家珍贵、濒危野生动植物药材的药品;
- (三)保健药品;
- (四)预防性疫苗和避孕药品;
- (五)主要起增强性功能、治疗脱发、减肥、美容、戒烟、戒酒等作用的药品;
- (六)因被纳入诊疗项目等原因,无法单独收费的药品;
- (七)酒制剂、茶制剂,各类果味制剂(特殊情况下的儿童用药除外),口腔含服剂和口服泡腾剂(特别规定情形的除外)等;
- (八)其他不符合基本医疗保险用药规定的药品。

应该直接调出的条款见于《办法》第九条,《药品目录》内的药品,有下列情况之一的,经专家评审后,直接调出《药品目录》:

- (一)被药品监管部门撤销、吊销或者注销药品批准证明文件的药品;
- (二)被有关部门列入负面清单的药品;
- (三)综合考虑临床价值、不良反

应、药物经济性等因素,经评估认为风险大于收益的药品;

(四)通过弄虚作假等违规手段进入《药品目录》的药品;

(五)国家规定的应当直接调出的其他情形。

《办法》第十条规定,《药品目录》内的药品,符合以下情况之一的,经专家评审等规定程序后,可以调出《药品目录》:

(一)在同治疗领域中,价格或费用明显偏高且没有合理理由的药品;

(二)临床价值不确切,可以被更好替代的药品;

(三)其他不符合安全性、有效性、经济性等条件的药品。

支付标准是《办法》里一个较大亮点,标志着“医保药品支付标准”会加快推进。《办法》第十二条规定,建立《药品目录》准入与医保药品支付标准(以下简称支付标准)衔接机制,除中药饮片外,原则上新纳入《药品目录》的药品同步确定支付标准;独家药品通过准入谈判的方式确定支付标准;非独家药品中,国家组织药品集中采购(以下简称集中采购)中选药品,按照集中采购有关规定确定支付标准;其他非独家药品根据准入竞价等方式确定支付标准;执行政府定价的麻醉药品和第一类精神药品,支付标准按照政府定价确定。

第二十六条规定,支付标准是基本医疗保险参保人员使用《药品目录》内药品时,基本医疗保险基金支付药品费用

的基准。基本医疗保险基金依据药品的支付标准以及医保支付规定向定点医疗机构和定点零售药店支付药品费用,支付标准的制定和调整规则另行制定。

关于OTC是否纳入医保药品目录,从征求意见稿到正式文件的变化较大,有几处可以说明。一是征求意见稿是将OTC药品作为“不纳入”的,在《办法》中没有再提及;二是《办法》明确写上:原则上《药品目录》不再新增OTC药品。(第三十六条)。

《办法》第十一条提出,《药品目录》原则上每年调整一次。专家评审主要体现在三个方面:一是对符合当年《药品目录》调整条件的全部药品进行评审,并提出四份药品名单。

(一)建议新增纳入《药品目录》的药品。

(二)原《药品目录》内建议直接调出的药品。

(三)原《药品目录》内建议可以调出的药品。

(四)原《药品目录》内药品建议调整限定支付范围的。二是参与国家医保部门组织的谈判或准入竞价。三是对于调入或调出《药品目录》的药品,专家应当提交评审结论和报告。

此次国家医保局出台《基本医疗保险用药管理办法》更加清晰的界定了基本医保的支付范围,有利于发挥基本医保保障功能,更好的减轻了参保人员看病就医负担。

(来源:中国发展和改革委员会)

【健康知识】

中医四法缓解眼疲劳

传统医学很早就对视疲劳有所认识。视疲劳(视物不能持久,久视者视物昏花,眼球或眶周有酸胀感等),中医称为肝劳,其发病与用眼过度、屈光不正、体质虚弱等因素有关,属久视劳心伤神,耗气损血,目中经络涩滞和肝肾精血亏损不足,筋失所养,调节失司所致,其病机主要责之于肝、心、肾。

中医临床将视疲劳辨证分为四型:一是肝肾不足,久视后目干涩酸痛,伴见头晕耳鸣、腰膝酸软、失眠多梦。二是脾气虚弱,视久昏花、困乏、眼目干涩、睑重欲闭、头晕、面白神疲、倦怠乏力。三是心血亏虚,劳目久视则视昏眼痛、不欲睁目,可伴见面白无华、健忘、心悸。四是肝郁气滞,平素不耐久视,视久则眼胀、怕光、流泪、眼眶眉棱骨痛,伴见精神抑郁、头晕头痛、心烦欲吐、口苦、胁胀痛。以上不适,治疗上可选择按摩、食疗、蒸汽熏眼、药液敷眼等。按摩:取眼部周围的攒竹(面部,眉毛内侧眉头凹陷处)、睛明(位于鼻根目内眦交界

处)、承泣(瞳孔的直下方,眼球与眶下缘之间)、瞳子髎(眼睛外侧1厘米处,眶骨外的凹陷中)、丝竹空(眉梢凹陷处)等穴,用手指轻揉并按压,以局部有酸胀感为度,每日1~2次,每次15~30分钟。

食疗:推荐两个茶饮。一是枸杞红枣茶:枸杞、桑葚、山药各10克,红枣10个,水煎,分2次服。二是桑菊薄荷茶:桑叶9克、菊花6克、薄荷9克、金银花9克,沸水冲泡代茶饮。

蒸汽熏眼:沏一杯热气腾腾的菊花枸杞茶,伏在杯口上用菊花茶的热气熏眼两三分钟。

药液敷眼:取菊花、枸杞、桑葚、当归、丹参、熟地、党参、珍珠粉、熊胆粉、薄荷、杏仁、芦荟、冰片等,水煎浓缩,以纱布浸其中,用时以纱布置于眼上(闭眼),纱布上放置少量冰片,熏蒸25分钟,取下纱布并擦拭干净眼睑。

(来源:人民网)

编辑:山东省价格协会秘书处

电话:86974978

通讯地址:济南市东关大街长盛北区38号

传真:86974979

E-mail:sdjgxx@sina.com

邮编:250013
