



甘肃医保 “亲情帮代办”上线

一键代办8项高频业务

本报讯(奔流新闻·兰州晨报记者欧阳海杰实习生朱玲霞)近日,甘肃省医疗保障局推出“亲情帮代办”服务功能,参保人只需登录个人医保账号,通过搜索“甘肃省医疗保障局微信、支付宝小程序”或下载甘肃医保服务平台APP,就能为家属代办8项高频医保业务。

“亲情帮代办”设有“业务代办、我的代办、常见问题”三大专区。“业务代办”专区深度整合城乡居民参保登记等8项医保高频业务,具体包括:医保参保(代登记)、家庭共济(代缴费)、缴费凭证(代下载)、亲情账户(代展码)、医保密码(代修改)、就医记录(代查询)、异地就医(代备案)、个人医保(代缴费)。

“我的代办”专区实时展示参保群众已申请办理的业务列表,详细呈现业务名称、办理状态。

“常见问题”专区则按照业务类型分类,整理了亲情账户、家庭共济等常见问题及解答。专区内提供关键词搜索框,方便参保群众快速定位问题。

通过本人账号为亲属代办业务时,部分涉及资金安全的功能(如密码修改、家庭共济、亲情账户等)会要求参保人进行刷脸确认,需被绑定人完成人脸识别后才能办理。

目前,“亲情帮代办”暂未开放IOS苹果系统使用权限,如需办理可通过安卓系统进行。后续将在严格确保安全合规的前提下,逐步推进对IOS苹果系统的支持。

立秋养生贵在“收”

7日将迎来秋季的第一个节气立秋。中医专家介绍,立秋后阳气渐收、阴气渐长,人们需遵从秋季的养生方法,养阴润燥、收敛神气,其核心在于一个“收”字。

“立秋有三候,一候凉风至,二候白露降,三候寒蝉鸣。”针对立秋时节的特点,人们应当如何从情志、运动、饮食等方面调养?

中国中医科学院广安门医院呼吸科主任李光熙介绍,中医认为,秋应于肺,而悲忧最易伤肺,因此,秋天切不可悲伤忧思,应保持精神上的安宁,不急不躁,可听舒缓音乐,经常练习缓慢有节律的呼吸方法。秋季气温适宜,可在跑步、打球等“动功”基础上配合八段锦、站桩等“静功”,动则强身,静则养神,动静结合可达心身康泰之功效。

“‘辛主散’,过食辛散之品易损肺气、伤津液,因此入秋应尽量少饮酒。”李光熙说,立秋时节也不宜过多摄入葱、姜、蒜、韭菜、辣椒等辛辣食物。

“立秋后燥气当令,肺易为燥邪所伤,可食用梨、莲藕、百合等性味甘凉食物补充津液。”宁夏医科大学中医学院教授郭斌说,此时湿气未退,脾虚者易生内湿,可食用薏米、山药、赤小豆等健脾祛湿;“贴秋膘”应先清后补,且平补为要,护脾为本,可食用陈皮、山楂助消化,以防滋腻伤胃。

据新华社北京8月6日电

天佑德 青稞酒

奔流

奔流新闻

兰州晨报

陇原好家风 丝路传孝韵

第三届天佑德甘肃“孝老爱亲”网络推介发布仪式

暨话剧《天地永怀》兰州首演

今日举行

活动时间:2025年8月7日15:00-17:00

活动地点:兰州大学学生活动中心礼堂(本部)

指导:甘肃日报报业集团 主办:奔流新闻 兰州晨报 协办:甘肃省企业联合会 承办:甘肃省青海商会 兰州市物业管理行业协会 全省及兰州市各街道社区
冠名:天佑德青稞酒 赞助:蒙牛 益海嘉里金龙鱼 中粮可口可乐 农夫山泉 清风纸业