



内蒙古日记

北方新报

®



内蒙古新闻网



正北方网



官方微信



抖音号

2026年3月27日 星期五 农历丙午年二月初九 第7033号

北方新报

★内蒙古日报社主管主办 ★内蒙古新闻传媒有限责任公司出版

覆盖全民!“长护险”来了

破解“一人失能、全家失衡”难题!到2028年底,长期护理保险制度将在全国范围基本实现全覆盖。

中办、国办3月25日发布《关于加快建立长期护理保险制度的意见》,建立适应我国基本国情,覆盖全民、统筹城乡、公平统一、安全规范、可持续的长期护理保险制度。这标志着长期护理保险制度从局部试点转向全国推行。

当前,我国60岁及以上老年人

口达3.2亿,其中失能老人约3500万。为他们的基本生活照料和医疗护理“兜底”,让万千家庭“减负”,全社会普遍关注。

从首批15个试点城市率先探路,到国家试点扩围至49个城市全面实践,当前的长期护理保险制度已覆盖约3亿人,累计惠及超330万失能群众,基金支出超千亿元。

根据意见,用人单位以及单位职工、退休人员、灵活就业人员、未

就业城乡居民等按照属地管理原则,参加长期护理保险。这意味着,长护险将逐步实现全民覆盖。

在筹资机制方面,建立健全单位、个人、政府、社会等多元筹资渠道,长期护理保险费率统一控制在0.3%左右,缴费基数与收入水平挂钩。

在待遇保障方面,长期护理服务主要分为居家护理、社区护理和机构护理。基金用于支付符合

规定的长期护理基本服务所发生的费用,不设起付线。意见还明确了基金支付比例和年度最高支付限额。

在申请办理方面,已实施制度的地区,参保人或其家属可以到医保服务窗口或通过线上办理渠道提交申请并递交材料,失能状态一般持续6个月以上、经申请通过评估认定的参保人,可按规定享受相关待遇。(据新华社报道)

长期护理保险制度来了

与你相关

我国将用3年左右时间,基本建立适应基本国情的长期护理保险制度

哪些内容和你有关?

谁能参保?

用人单位及单位职工、退休人员、灵活就业人员、未就业城乡居民等

缴费多少?

- ▶ 建立健全单位、个人、政府、社会等多元筹资渠道
- ▶ 长期护理保险费率统一控制在0.3%左右

单位职工

费率由用人单位和个人按比例分担,个人缴费基数为本人工资收入

退休人员

费率与单位职工个人费率相同,缴费基数与养老金水平挂钩,由个人缴费

未就业城乡居民

筹资由个人和政府合理分担,费率减半从0.15%左右起步,用5年左右时间逐步过渡到0.3%左右

灵活就业人员

可按单位职工费率标准参保,也可按未就业城乡居民参保政策参保缴费

18周岁以下人员

跟随父母或其他法定抚养人等参保,不单独筹资

如何缴费?

- ▶ 长期护理保险与基本医疗保险共同缴费
- ▶ 职工基本医保个人账户可以给自己及近亲属缴费

享受哪些待遇?

- ▶ 长期护理保险基金主要用于支付符合规定的长期护理基本服务所发生的费用

按未就业城乡居民参保的
基金支付比例为50%左右

按单位职工参保的
基金支付比例为70%左右

退休人员
享受单位职工参保待遇

灵活就业人员
依据选择的参保政策类型享受相应待遇

- ▶ 国家层面统一制定长期护理保险服务项目目录

- ▶ 待遇享受不设起付标准,年度最高支付限额不超过统筹地区上年度城乡居民人均可支配收入的50%

谁能得到赔付?

- ▶ 制度起步阶段保障重度失能人员

使用全国统一的评估标准

按规定参保缴费且失能状态长期持续(一般为6个月以上),经申请通过评估认定的失能人员,可按规定享受相关待遇

- ▶ 随着经济发展和制度完善,国家层面统一研究逐步扩大保障对象范围

如何申请?

- ▶ 参保人或其家属在医保服务窗口或当地提供的线上办理渠道提出申请并提交材料
- ▶ 材料包括身份证件、申请表、住院病历或诊断书等

呼和浩特暖到想脱秋裤?早晚温差21℃再捂一捂!

“二八月乱穿衣”,随着时间进入农历二月,呼和浩特市气温一路攀升,不少市民直呼“暖到想穿夏装”。3月25日,呼和浩特市城区最高气温已达20.8℃,街头巷尾随处可见市民褪去厚重棉服,换上清爽的轻薄春装,不少人更是迫不及待脱下秋裤,拥抱春日暖意。

但暖意背后藏着“冷惊喜”,气象部门监测数据显示,近几日呼和浩特市城区最高气温虽逐日攀升,但早晚温差仍然较大。3月25日当天,最低气温仅-0.4℃,昼夜温差

达21℃,完美诠释了“早穿棉袄午穿纱”的春日特点。据气象部门预报,未来一周呼和浩特市气温将有所回落,3月28日最高气温降至15℃;3月26日至4月1日期间,早晚温差仍在11℃~18℃区间浮动,整体体感偏寒凉,此时盲目脱减保暖衣物,极易受凉引发不适。

在忽冷忽热的天气里,“春捂秋冻,不生杂病”再次成为这个春天长辈们常挂在嘴边的叮嘱。那么这“捂”到底要捂到什么时候才算头?最近网上流传的春捂“815”实用指

标,较为贴合人体对气温的适应规律,这一指标提到:春捂的黄金期通常要持续到清明(4月5日)前后,此时天气才真正趋于稳定,倒春寒的“回马枪”基本不会再来;而判断能否彻底告别秋裤的关键,是最高气温连续数日稳定在15℃以上,且昼夜温差缩小至8℃以内,目前呼和浩特市气温暂未达到这一条件,保暖衣物还不能急着收。

值得注意的是,春捂并非捂得越厚越好,而是讲究灵活有度。推荐大家采用“洋葱穿衣法”:内层穿吸

汗透气的纯棉内衣,中层搭薄毛衣或卫衣锁住温度,外层配防风外套,热脱冷加适配早晚温差;同时重点护住头颈、腰腹和脚踝3个薄弱部位,避免受凉引发感冒、腹泻等不适。

气象部门温馨提示,近期呼和浩特市气温波动较大,市民需根据气温变化灵活增减衣物,以“暖而不燥、不出汗”为最佳状态,稳稳度过这个“变脸”的春天。

文/草原云·北方新报记者 马丽侠 通讯员 贾媛媛

本版主编:王进波 版式策划:赵玫兰 责任校对:颜华