

青少年近视不建议激光手术 增加户外运动可有效预防近视

本报记者 冯金灿

如今,近视的人越来越多,尤其是在青少年中患近视的人越来越多。2016年,由北京大学中国健康发展研究中心发布的《国民视觉健康报告》白皮书显示:高中生和大学生的近视率超过70%,并在逐年增加,中国青少年近视患病率已经高居世界第一位。研究显示,2012年,我国5岁以上的人群中,近视和远视的患病人数大约有5亿,其中近视的总患病人数有4.5亿,患有高度近视的总人数高达3000万。若不采取有效的政策干预措施,到2020年,我国5岁以上人口的近视患病率将增长到51%,患病人口将达7亿。

今年6月6日是第22个全国爱眼日,今年的主题是“目浴阳光,预防近视”。就如何保护青少年的视力问题,记者采访了河南

省立眼科医院的相关专家。

河南省立眼科医院屈光手术中心主任庞辰久说,提到近视,就要先谈一谈屈光不正。所谓屈光不正就是因一些原因造成屈光系统结构发生变化,聚焦不准确,眼睛的底片上不能形成清晰的物像,眼睛就看不清楚物体了。屈光不正包括近视、远视及散光,其中近视为最常见的情况。近视是由于眼球拉长或者角膜弯曲度过大,光线通过眼屈光系统处理后,本应该聚焦在视网膜上的影像现在却成像在视网膜的前方,表现为看远不清楚,看清近处。

近视是什么因素造成的呢?庞辰久说,近视的原因复杂,是多种因素共同作用的结果,包括人种、性别、遗传、营养、地域差异等。其中,青少年用眼过度是导

致近视重要的原因。目前,学生学业负担日益加重、电子产品层出不穷,在给人们带来了生活便利的同时,也给眼睛的健康带来了危机。《2015~2016年青少年眼部健康调研数据》显示:32.4%受调查的儿童平均每天在荧光屏前的时间为1~3小时,中小学生在平均每周注视荧屏5小时以内的只有10%,时间超过12小时的占55%,大学生每周的上网时间则超过了40小时。

眼球内的睫状肌就像橡皮筋一样有弹性,而在近距离用眼时,睫状肌会一直保持紧张状态来调节眼球的焦距适应近距离成像,长时间连续近距离用眼使睫状肌得不到松弛,可导致睫状体痉挛,造成调节性近视,就是我们常说的“假性近视”。若不及时调整防治方法,久而久之,眼球逐渐拉

长,演变为轴性近视,即“真性近视”,这时候眼球已不可能退回到原来的状态,所以“真性近视”不可逆转。

鉴于“真性近视”一旦形成即不可逆转,近视程度的发展与不健康的眼习惯密切相关,近段时间,关于青少年视力的保护问题引起了人们的关注。目前,针对近视,虽然有准分子激光、飞秒激光等屈光手术可以矫正近视,从而使近视者摘掉眼镜,并且各类激光近视手术的预测性、安全性、稳定性都很好,但是手术适合18岁以上的成年人,而青少年由于眼部结构尚未完全发育成熟,不建议采取激光手术治疗,仍然以非手术矫正及综合预防措施来预防近视。

研究结果显示,户外活动能有效降低近视发生概率,每

增加1小时户外活动,近视发生率就降低10%。在美国,中小学非常重视视力日常保健和积极矫正方法,使他们的近视率仅为中国的1/3,父母与教育者鼓励学生多进行户外活动,减少上网与电子游戏等类似的活动。而在加拿大,中小学普遍课时较短,教育部门严禁补课等行为,保障学生户外活动时间,多数省份甚至规定中小学生在学校学习期间户外活动时间每天不低于两小时,低年级学生必须达到4.5小时。

为了保护双眼不受近视的困扰,庞辰久建议人们“抬起头,走出门,放眼自然美景”,增加户外运动时间,让我们的心灵之窗向大自然“开放”多点时间,多接触青山绿水,才能有效预防近视的发生、发展。



近日,河南省立眼科医院最新一期“爱眼·悦读会”举行,并首次通过视频直播温暖了许多人。近来,该院在每月第二周、第四周五推出关注眼健康公益阅读活动,为因眼部手术不能正常阅读的患者读书。值得一提的是,自本期开始,该活动还开通视频直播,让不能到场的朋友也能感受到声音的温暖,受到欢迎。

冯金灿/摄



今年6月6日是第22个全国爱眼日,今年爱眼日的主题是“目浴阳光,预防近视”。为了提高群众爱护眼睛、预防眼疾疾病、保护视力的意识,当天,三门峡市中心医院眼科专家团队在门诊大厅进行爱眼宣传义诊活动。图为专家正在现场为一患者讲解眼部构造。

刘 岩 汤剑燕 萧磊/摄

焦作市成立 基因与细胞工程研究中心

本报讯 6月5日,焦作市基因与细胞工程研究中心成立暨首届焦作精准医学高峰论坛在河南理工大学第一附属医院(焦作市第二人民医院)举行。

焦作市十分重视精准医学的发展,此次基因与细胞工程研究中心落户焦作,就是焦作市为了提高诊断能力和治疗水平,在精准医学方面进行的一次探索。该中心是由焦作市卫生计生委牵头焦作市医疗机构,联合中山大学达安健康管理与抗衰老研究院、卫生部医药生物工程技术有限公司、中山大学的临床检验标准化该中心共同组建。该中心依托焦作市医疗联合平台的临床、教学和科研优势,采用国际先进的研究型实验室运营模式及质量标准,以“高端引领带动、普通服务基层”为宗旨,与全球顶级基因和细胞工程研发机构开展紧密合作,提供“先进、公正、严谨、便捷”的

医学检验服务。

该中心的成立能够优化、整合焦作地区医疗资源,提升焦作市临床科研实力和品牌影响力;能够将基因组学的前沿学术成果转化为生物医疗健康产业的基因检测服务,为人类疾病的检测、预防、诊断和治疗提供个性化的基因依据;能培养相关技术人员,增强和提高焦作地区科研、教学、临床水平。该中心将充分发挥基因测序技术的创新优势,使医疗保健和疾病预防变得更加个性化、精准化,将帮助人们预知疾病风险,通过制订个性化干预方案和“治未病”健康管理,降低患病风险或延缓疾病的发生。

在随后举办的首届焦作精准医学高峰论坛上,国际著名分子微生物学家和基因组学家、中国科学院院士赵国屏等多名全国知名专家、学者先后作了精彩的学术报告。

(王正勋 侯林峰 李磊)

洛阳市院前急救 应急培训针对性强

本报讯 (记者刘永胜 通讯员耿 梅)为了进一步做好突发事件的紧急医学救援工作,近日,洛阳市卫生计生委举办了2017年卫生应急院前急救技能培训班,各县(市)卫生计生委应急管理人员和县级急救站(点)的医护人员100余人参加了培训。

院前医疗急救是社会应急安全保障系统的重要组成部分,院前急救医护人员肩

负着突发公共事件的紧急医疗救援任务。本次培训的课程设置注重了针对性和实用性,挑选了急救人员必备的“单人徒手心肺复苏”和“初级创伤救治”两项技能,以实际操作为主,专家理论授课为辅的组成形式,让每位学员都有机会得到专家一对一的指导,有效提升了院前急救能力及处置应急突发事件的水平。

驻马店市中心医院 为患者清除“定时炸弹”

本报讯 (记者丁宏伟 通讯员冯世军)“主动夹层动脉瘤是体内的一种‘定时炸弹’,是心血管疾病中最凶险的一种,破裂致死的凶险程度超过其他肿瘤。这个小伙子幸亏来得及时,不然生命堪忧。”昨天,驻马店市中心医院心血管外科主任朱海文向记者介绍。

近日,正阳县一个小伙子突发胸痛,被紧急送到驻马店市中心医院心血管外科治疗,医生诊断其为主动脉夹层动脉瘤,随时都有生命危险。

据了解,小伙子姓曹,发病时正在干农活儿,突然感觉胸口疼痛,随后蔓延至背部。剧烈的疼痛让他满地翻滚,被家人送到当地一家医院就诊,后被送到驻马店市中心医院接受诊治。经过超声及CT检查,医生发现他患有主动脉夹层动脉瘤,必须立即接受手术。

患者入院两小时后,该院心血管外科主任朱海文行

右侧颈动脉至左侧颈动脉转流术,在患者主动脉弓植入了支架。经过长达3小时的抢救,患者转危为安。目前,患者已经痊愈出院。

朱海文介绍,“主动脉夹层动脉瘤”多发于25~60岁的高血压病患者及马方综合征患者的身上。曹姓小伙子患有高血压病,一直没有接受正规治疗,这种情况极易出现血管壁撕裂引起主动脉夹层动脉瘤。主动脉夹层动脉瘤一旦破裂,猝死的危险远远超过其他肿瘤。

一些患者死亡的原因,主要是血流受阻、心跳骤停、大出血压迫心脏或血管破裂后快速大量出血等。此外,主动脉夹层动脉瘤还会引起心功能衰竭、脑缺血、肾功能衰竭、肠坏死等。

医生在此提醒大家,一些高血压病患者以及其他患者若出现剧烈的胸痛等症状,一定要及时到医院做全面检查。

新乡医学院一附院 在兰考县举办大型义诊活动

本报讯 (记者常俊伟 通讯员张红雨)6月4日上午9时,河南省“红会送医计划”兰考县启动仪式暨新乡医学院第一附属医院(以下简称新乡一附院)“百年名院 百名专家”大型义诊走进兰考活动,在兰考县人民广场举行。

“红会送医计划”项目是河南省人民政府、河南省红十字会为帮助基层医疗机构提高医疗服务能力和医疗技术水平,减轻群众就医负担,提升群众健康水平而实施的惠民工程,是“河南省基层卫生人才工程”的一项重要内容,是提升县、乡两级医疗机构医务人员综合素质的

重要举措。

新医一附院作为河南省红十字会组织的首批志愿服务队的一员,连续3年分别对浚县、淇县、长垣县进行对口帮扶活动。今年,该院还将组织医疗志愿者到兰考县进行对口帮扶,并根据兰考县各医院的具体要求,进行专业培训、定期坐诊、手术带教、学术交流等形式多样的帮扶活动。

“红会送医计划”项目启动仪式结束后,新医一附院32个科室,百余名省内知名专家、技术骨干在兰考县人民广场,为当地群众进行了常见病、慢性病的咨询和初步诊断等。

■ 一句话新闻

信阳市召开健康教育传播能力培训会 记者昨天从信阳市获悉,信阳市卫生计生委召开全市健康教育传播能力培训会,来自各县(区)健康教育专业机构和二级医疗卫生计生单位健康教育专(兼)职人员参加了培训,对提升健康教育专业队伍的整体素质和能力必将起到推动作用。

(王明杰 柯廷金)
开封市培训120志愿者 弥补院前急救短板 由开封市120急救指挥中心和开封市中心医院急诊科联合主办的首批120志愿者技能培训班于近日举行,帮助他们掌握了急救知识和日常急救技能等。

(李 季)
河南省红十字会濮阳送医 近日,为了弘扬“人道、博爱、奉献”的红十字精神,河南省红十字会机关党委负责人在濮阳市红十字会负责人的陪同下,到濮阳县庆祖镇西辛庄开展“红会送医计划”及应急救护培训志愿服务活动。

(陈述明 王保良 刘寅寅)
漯河医专第二附属医院举办“合理用药与院感防控知识竞赛” 日前,漯河医专第二附属医院为了加强多重耐药菌的医院感染管理,有效预防和控制多重耐药菌在医院内的产生和传播,保障患者的生命健康和安全,该院药品科和感染管理科共同举办了“合理用药与院感防控知识竞赛”决赛正式开赛。

(王明杰 卢 闯 李勇军)
开封市要求医疗单位绷紧消防安全这根弦 近日,开封市卫生计生委在全市医疗卫生计生系统开展医疗卫生机构消防安全专项治理行动,要求全市医疗单位要绷紧消防安全这根弦,并对问题特别严重的单位,将实行责任倒查,启动问责。

(李 季)

火车上的相遇

本报记者 李 季

站台即可。

潘庆丽只身快速奔向患者,到了11车厢,发现一个小伙子蜷缩在座位上,面色苍白,大汗,痛苦不已地捂着肚子。经过初步检查,潘庆丽考虑其为急腹症,需要赶紧住院检查,否则一旦腹腔脏器穿孔,会导致腹膜炎和感染性休克,甚至威胁生命。患者是山东省聊城市人,听到潘庆丽这样说,患者很犹豫。潘庆丽告诉患者和他的朋友,到聊城市还需要6小时,这6小时很关键,不要耽误了病情。这时患者疼痛程度更加严重了,已经不能忍受。

潘庆丽到站了,列车长留下了她的电话,准备患者有事时,再和她联系。潘庆丽在临下车时,再次告知患者:“下车看病,我家就在医院旁边,我爱人也是医生,他现在正在出站口接我。你若下车,我将以最快的速度联系救治你的医生。”

暴雨中的急救

救护车陷入泥泞的道路中,无法动弹。急救人员立即下车,用铁铲清理淤泥,但车子陷得太深,一时无法前进。急救人员就抬着担架在泥泞的道路上去救治患者,同时紧急派出备用救护车前往事发地点进行支援。

一步一坑,一步一滑,冒着雨,急救人员在泥泞的道路上蹒跚了将近1公里才赶到患者家,来不及休息,出诊医生牛青原和接护士卢利平立即查看患者,为患者建立静脉通路,给患者应用药物、心电监护和氧气吸入,展开了各项急救

就这样,痛苦不堪的患者和潘庆丽一起下了车,坐到潘庆丽家的汽车上,潘庆丽以最快的速度拨通了开封市第二人民医院急诊科的电话。急诊科值班医生郭大峰、张伟接到电话后,积极准备救治患者。潘庆丽夫妇则以最快的速度将患者送到医院,急诊科医生快速给予患者检查、化验,腹部X平片提示有腹腔积液,彩超提示胃穿孔。该院普外科医生以最快的速度给予其腹腔镜微创手术修补胃穿孔的部位。

6月6日,这名大病初愈的山东小伙子带着家人找到潘庆丽,怀着无比激动的心情送上锦旗说:“多亏火车上的相遇,多亏火车上您耐心地劝说,否则我们意识不到病情的严重性。”同时,小伙子的家人也感谢开封市第二人民医院急救团队,由于急救团队的医术好,及时把孩子的病治愈了。

工作。

这时,前来支援的救护车也及时赶到了,将陷入泥水中的救护车拖了出来,并将患者送入医院。

经过详细的院前检查,患者被诊断为颅内出血,后被送入神经外科接受进一步治疗。

凌晨时分,雨停了,可急救人员没时间舒缓疲惫的身体,没时间擦干身上的雨水,就又投入新一轮“战斗”中去了……

(王正勋 侯林峰 刘攀)

孟津县举办抗感染专家论坛

本报讯 (记者刘永胜 通讯员王爱荣)6月3日下午,抗感染专家论坛孟津站活动在孟津县公疗医院举行。来自全县县级医院临床医务人员及乡村医生共200余人相聚在一起,共同聆听了特邀专家以“抗感染的合理用药”为主题的讲座。

据孟津县公疗医院副院长汤彪介绍,细菌耐药始终是困扰人类的一个难题,给人类社会带来了生物安全威胁、环境污染加剧、经济发展受到制约

等不利影响,造成细菌耐药有多种原因,迫切需要加强多部门多领域协同谋划,共同应对。为了更好地推动基层医院抗感染的规范化治疗与管理,该县卫生计生委特邀中国感染病学学会理事、浙江大学医学院附属二院感染性疾病科主任刘进,针对“抗感染临床合理用药”进行专题讲座。刘进的讲座语言流畅,引人入胜,与会人员个个凝神细听。

讲座结束后,参会人员就孟津县

公疗医院呼吸内科医师韩玲玲汇报的病例进行了讨论、分析。刘进对大家的发言进行了精彩点评,并为部分住院患者进行了查房、会诊。

该院新任院长刘海潮表示,基层医院是抗感染的防控一线,这次论坛的举办对基层医院抗生素更加规范的应用起到促进作用,他们将为不遗余力把抗感染工作做到最好,为患者提供更加合理、高效的抗感染治疗。



刘进(右一)会诊中 杨廷玲/摄