

拿什么控制近视的发生发展

——访南阳市眼科医院院长马玉红、市儿童青少年近视防控中心主任钟建胜

本报记者 方 圆 通讯员 李 霞 文/图

世界卫生组织的一项研究报告显示,目前,我国小学生近视比例为45.7%,初中生近视比例为74.4%,高中生近视比例为83.3%,大学生近视比例则高达87.7%。我国儿童青少年近视率居世界第一。作为眼病专科医院,南阳市眼科医院在儿童青少年近视防控中发挥了什么样的作用?如何有效控制近视的发生和发展,更快更好地解决这一重要社会问题?记者带着这些问题来到南阳市眼科医院,对南阳市眼科医院院长马玉红、南阳市儿童青少年近视防控中心主任钟建胜进行了采访,请他们给出一些办法和建议。



南阳市眼科医院院长马玉红

问题一:作为眼病专科医院,南阳市眼科医院在儿童青少年近视防控中发挥了什么样的作用?
南阳市眼科医院院长马玉红:
青少年近视已成为我国当前面临的重要社会问题。近日,习近平总书记就青少年视力健康问题作出重要指示,我国学生近视呈现高发、低龄化趋势,严重影响孩子们的身心健康,这是一个关系国家和民族未来的大问题,必须高度重视,不能任其发展。习近平强调,全社会都要行动起来,共同呵护好孩子的眼睛,让他们拥有一个光明的未来。

为此,我们组织全院职工认真学习习总书记重要指示,将科学防控儿童青少年近视工作落到实处。呵护好儿童青少年的视力,让他们有一双健康明亮的眼睛,既是社会、学校和家庭的责任,也是医院的责任。南阳市眼科医院作为有着62年建院历史

的公立眼病专科医院,一直在儿童青少年近视防控方面做着各种努力。随着近视患者的增多,为了让他们得到科学、合理的治疗,南阳市眼科医院又成立了近视门诊,以服务儿童青少年近视、屈光不正为主。特别是自2016年起,我们连续3年将“全国爱眼日”的主题聚焦在儿童青少年近视防控工作,我们深刻感觉到南阳市眼科医院作为南阳市儿童青少年近视防控的主体,对这一块儿的工作必须进一步加强。于是,我们利用医院的人才优势、技术优势、设备优势,整合与儿童青少年近视诊断、治疗的相关科室,挂牌成立了南阳市儿童青少年近视防控中心。

南阳市儿童青少年近视防控中心的主要工作内容是开展儿童青少年近视筛查、建立视觉发育档案、制定干预措施、进行跟踪随访、做好近视防控知识宣教、为已近视者提供专业的保健知识等。

比如,日前,我们的义诊医疗队走进南阳技师学院,对该学院的近3000名学生进行视力检查和眼病筛查,发现不少学生有近视、屈光不正等问题。针对这些学生,我们为他们建立视觉档案,为他们普及近视防控知识,定时对他们进行随访,使这些学生受益颇多。

同时,我们利用电台、电视台、报纸等主流媒体传播面宽、传播速度快、受众多等特点,分别从养成爱眼习惯、坚持适度户外活动和科学矫治近视3个方面开展主题宣传教育活动;通过“光明直通车”义诊医疗队走进学校、社区、农村小学,开展视力检查、眼病筛查,发放爱眼知识材料等活动。

上述活动的开展,取得了较好的效果。有的家长反映,孩子减少了玩电脑的时间,变得爱出去活动了;有的孩子主动要求家长带领其到医院检查视力等。

但是,近视防控工作毕竟是一个庞大的系统工程,需要全社会共同参与进来。

问题二:如何有效控制近视的发生和发展?
南阳市儿童青少年近视防控中心主任、主任医师钟建胜:
延缓近视发展,真正有效的方法有3种。这3种方法被国际眼科学界公认有效。

第一种方法:每天两小时以上的阳光下户外运动。我们以前强调户外运动是让孩子多看远景,少看近物,以达到放松肌肉的目的。新的研究表明,阳光照射会促使眼部多巴胺分泌,多巴胺可以抑制近视的发展。因此,相对于户外运动,沐浴在阳光下,对于预防和抑制近视更为重要。

第二种方法:1.控制近距离用眼时间,改变用眼习惯,看书写字时坐姿端正,环境光线柔和,双眼距书本三四十厘米,看书30分钟左右休息远眺10分钟。2.不能用睡觉看书。3.不在暗处看书。4.少吃甜食。5.每次看手机、电脑、电视时间不超过20分钟。

第三种方法:佩戴角膜塑形镜。

角膜塑形镜是一种特殊的隐形眼镜,可以让青少年在睡梦中控制近视度数增长。只需晚上佩戴角膜塑形镜,次日早上取下,每天佩戴8个小时,白天不用戴角膜塑形镜,可以减缓近视发展。

角膜塑形技术是目前国际上公认的非手术治疗近视、控制近视度数加深的有效手段,适用于近视600度以下,散光150度以下近视患者。

问题三:对于角膜塑形镜,相信很多近视患儿的家长对其都有所耳闻,但大部分家长并没有深入了解。那么,角膜塑形镜控制近视的原理是什么呢?
钟建胜:角膜塑形镜的镜片材料为高透氧性的高分子材料,它的内表面为反转几何设计,在晚上睡觉时戴在角膜外表面,能够起到压平中央角膜、改变屈光状态、实现暂时性降低近视的目的。

如此一来,孩子第二天不戴眼镜,也可以维持清晰的视觉,享受没有眼镜束缚的运动和学习。

角膜塑形镜虽然能够有效控制近视发展,但是不能根治近视。这是因为真性近视发生后,眼球结构已经发生了改变,所以,对于那些声称能够治愈近视的广告,家长们一定不要轻信。

需要特别提醒的是,国家明确规定,同时配备有主治及以上眼科医师及视光专业人员、具有医疗资质的正规机构才可以验配角膜塑形镜。因此,家长在给孩子验配角膜塑形镜时,一定要选择正规的具有相应资质的眼科医院进行验配。

【新闻链接】

落实习总书记重要指示,共同呵护好孩子眼健康

南阳市眼科医院

南阳市眼科医院学习宣传贯彻习近平总书记重要指示

本报讯 近日,为了贯彻落实好习近平总书记的重要指示,南阳市眼科医院于9月3日下午组织专题学习活动,医院领导班子成员、全院中层干部及相关科室人员60余人参加了学习活动(如上图)。

在学习活动中,南阳市眼科医院院长马玉红宣读了新华社以《习近平近日作出重要指示,强调共同呵护好孩子的眼睛,让他们拥有一个光明的未来》为标题的文章。这是习近平总书记在看到报刊刊载的《中国学生近视高发亟待干预》一文后,做出的重要指示。

据了解,之前,习近平总书记就情真意切、态度坚决地说过:“我国学生近视呈现高发、低龄化趋势,严重影响孩子们的身心健康,这是一个关系国家和民族未来的大问题,必须高度重视,不能任其发展。”

教育部、国家卫生健康委员会两部门也共同起草《综合防控儿童青少年近视实施方案(征求意见稿)》,要求将视力健康纳入素质教育,对儿童青少年体质健康水平连续3年下降的地方政府和学校依法依规予以问责。两部门共同“立下军令状”来防控近视,充分说明了我国对儿童青少年近视防控的关注程度。

马玉红指出,近视防控既是学校和家庭的责任,也是医院的责任。南阳市眼科医院作为公立眼病专科医院,在儿童青少年近视防控方面虽然做了很多努力,但还有更多的工作需要去做。全院职工要充分利用该院的专科特色和技术优势,为儿童青少年的近视防控工作作出自己的贡献。

(方 圆 李 霞)

西峡县人民医院院长的请战书

□乔晓娜 方 圆 辛毅青

“我叫闫金伟,志愿加入扶贫工作队,自愿参与脱贫攻坚工作,愿意为精准扶贫贡献力量,甘愿在扶贫一线挥洒汗水,奉献智慧……”随着脱贫攻坚战役向纵深推进,医疗卫生战线涌现出许许多多的无名英雄。西峡县人民医院院长闫金伟就是其中的一位。

自扶贫工作开展以来,闫金伟就坚持到帮扶村——太平镇鱼库村实地走访,每个月实地走访2次以上,以诚心、用真情与帮扶贫困户交朋友、“认亲戚”,在实地走访中摸清贫困户的实情,为他们解决实际问题。

闫金伟把脱贫攻坚的目标装在心中、任务揽在身上、责任扛在肩上,用实际行动践行脱贫攻坚任务。

不久前的一天,闫金伟郑重地向组织递交了脱贫攻坚请战书:“脱贫攻坚是党的十九大提出的三大攻坚战之一,‘扶贫路上一个都不能掉队’是我们党的庄严承诺。当前,脱贫攻坚进入总攻的关键时期,我们党已吹响了决战决胜脱贫攻坚的总号角。我作为一名党员干部,积极参与脱贫攻坚是不可推卸的政治任务和政治责任。我立志在党组织的指引下,到扶贫一线去,到贫困群众中去,迎难而上,勇于担当,奋力争先,为党旗添光彩,为扶贫作贡献!”

在请战书中,闫金伟作出以下承诺:

一、积极深入对口西峡县太平镇鱼库村,为贫困户排忧解难。

二、在大家的共同努力下,原来的太平镇鱼库贫困村已经摘帽,但有部分五保贫困户暂未脱贫,争取帮扶到他们能够自给自足,确保在上级规定的时限内使他们早日脱贫。

三、认真遵守脱贫攻坚的工作纪律,坚守岗位,做好脱贫攻坚的各项工作。

在请战书的最后,闫金伟写道:“我向组织保证:坚决服从命令,勇往直前,不怕困难,务实苦干,善始善终,不完成任务决不收兵。请党组织批准我的请战!”

闫金伟最后表示,要把脱贫攻坚工作作为自己的“主战场”,坚持服务大局,坚决服从组织安排,不讲条件、不找理由、克服困 难、廉洁自律,高标准完成脱贫攻坚的各项任务。

据悉,南阳南石医院把美宝集团创始人——徐荣祥教授的湿润暴露疗法、生命再生医学运用于临床之后,在烧伤、烫伤、各种皮肤病、褥疮、糖尿病溃疡、术后感染性创面等的治疗中均取得了良好的临床效果,特别是在大面积烧伤治疗方面,创造了一个个生命奇迹。但是,在治疗烧伤、创痍的过程中,该院每年都会遇到很多贫困患者因为经济原因错过最佳治疗时机。该基金可对一些贫困患者起到雪中送炭的作用。

(乔晓娜 方 圆 李泰晓)

近日,百岁老人侯老先生在南阳市中心医院接受右侧人工髋关节置换术后康复出院,再次刷新了该院治疗外科手术患者的最高年龄纪录。

据了解,侯老先生是黄埔军校第十六期学员,曾参加过抗日战争。南阳市中心医院对其病情高度重视,再三论证手术风险,克服各种难题,为其进行了手术治疗。

杜辉宇/摄

在请战书的最后,闫金伟写道:“我向组织保证:坚决服从命令,勇往直前,不怕困难,务实苦干,善始善终,不完成任务决不收兵。请党组织批准我的请战!”

闫金伟最后表示,要把脱贫攻坚工作作为自己的“主战场”,坚持服务大局,坚决服从组织安排,不讲条件、不找理由、克服困 难、廉洁自律,高标准完成脱贫攻坚的各项任务。

据悉,南阳南石医院把美宝集团创始人——徐荣祥教授的湿润暴露疗法、生命再生医学运用于临床之后,在烧伤、烫伤、各种皮肤病、褥疮、糖尿病溃疡、术后感染性创面等的治疗中均取得了良好的临床效果,特别是在大面积烧伤治疗方面,创造了一个个生命奇迹。但是,在治疗烧伤、创痍的过程中,该院每年都会遇到很多贫困患者因为经济原因错过最佳治疗时机。该基金可对一些贫困患者起到雪中送炭的作用。

(乔晓娜 方 圆 李泰晓)

在请战书的最后,闫金伟写道:“我向组织保证:坚决服从命令,勇往直前,不怕困难,务实苦干,善始善终,不完成任务决不收兵。请党组织批准我的请战!”

闫金伟最后表示,要把脱贫攻坚工作作为自己的“主战场”,坚持服务大局,坚决服从组织安排,不讲条件、不找理由、克服困 难、廉洁自律,高标准完成脱贫攻坚的各项任务。

据悉,南阳南石医院把美宝集团创始人——徐荣祥教授的湿润暴露疗法、生命再生医学运用于临床之后,在烧伤、烫伤、各种皮肤病、褥疮、糖尿病溃疡、术后感染性创面等的治疗中均取得了良好的临床效果,特别是在大面积烧伤治疗方面,创造了一个个生命奇迹。但是,在治疗烧伤、创痍的过程中,该院每年都会遇到很多贫困患者因为经济原因错过最佳治疗时机。该基金可对一些贫困患者起到雪中送炭的作用。

(乔晓娜 方 圆 李泰晓)

南阳市第八人民医院

为特殊患者免费手术还给补助

人员连声致谢并合影留念(如左图)。

原来,老人5岁的孙子廖宝宝(化名)患右侧腹股沟疝已5年之久,因家庭困难一直未到医院就诊。后来,老人听邻居说南阳市第八人民医院微创治疗疝气费用低、疗效好,就带着孙子来到了该院。

接诊的王振辉主任得知廖宝宝家庭经济困难,且因此未参加医保后,向院领导进行了汇报。南阳市第八人民医院领导得知这一情况后,决定免除其手术费,再给予其一些生活补助。

据了解,廖宝宝接受手术当天就出了院。老人感动不已。

本报讯(记者方 圆 通讯员吴 松 李应真)“谢谢、谢谢!”日前,在南阳市第八人民医院,一位老人拉着即将出院的孙子向该院疝气专科的医务人员连声致谢并合影留念(如左图)。

原来,老人5岁的孙子廖宝宝(化名)患右侧腹股沟疝已5年之久,因家庭困难一直未到医院就诊。后来,老人听邻居说南阳市第八人民医院微创治疗疝气费用低、疗效好,就带着孙子来到了该院。

接诊的王振辉主任得知廖宝宝家庭经济困难,且因此未参加医保后,向院领导进行了汇报。南阳市第八人民医院领导得知这一情况后,决定免除其手术费,再给予其一些生活补助。

据了解,廖宝宝接受手术当天就出了院。老人感动不已。

内乡县岷岖镇卫生院

与南阳南石医院建立医疗联合体

牌仪式,标志着岷岖镇卫生院与南阳南石医院合作共建工作正式启动。

南阳南石医院院长赵俊祥表示,会不惜优质医疗资源,以医联体平台为契机,为乡镇卫生院培养人才、输送人才,让百姓不出家门就能享受到三甲医院诊疗待遇。

在合作签约当天,南阳南石医院派出的专家团队为当地百姓进行了义诊;院长赵俊祥、常务副院长石军峰为岷岖镇卫生院的医务人员及当地的乡村医生进行了授课。

岷岖镇卫生院院长胡铁旗表示,要以此为契机,进一步加强内部管理、提升综合实力,以优美的环境、一流的服务、良好的信誉、精湛的技术,把岷岖镇卫生院的各项工作提升到更高的层次。

(乔晓娜 方 圆)

再生生命公益基金定点医院

南阳市南石医院被指定为「徐荣祥再生生命公益基金定点医院」

本报讯 9月5日,中国红十字基金会“徐荣祥再生生命公益基金定点医院”授牌仪式在南阳南石医院举行(如上图);南阳南石医院因此成为南阳市第一家“徐荣祥再生生命公益基金定点医院”,将为贫困家庭患者开通一条“生命救援”通道。凡符合条件的贫困患者,都可以直接申请每人3万元以内(包括3万元)的公益基金资助治疗。

据了解,中国红十字基金会“徐荣祥再生生命公益基金”是美宝集团与中国红十字会共同发起成立的专项基金,旨在救助更多需要帮助的人,推动我国人体再生复原科学及烧伤创疡医学事业的发展。

据悉,南阳南石医院把美宝集团创始人——徐荣祥教授的湿润暴露疗法、生命再生医学运用于临床之后,在烧伤、烫伤、各种皮肤病、褥疮、糖尿病溃疡、术后感染性创面等的治疗中均取得了良好的临床效果,特别是在大面积烧伤治疗方面,创造了一个个生命奇迹。但是,在治疗烧伤、创痍的过程中,该院每年都会遇到很多贫困患者因为经济原因错过最佳治疗时机。该基金可对一些贫困患者起到雪中送炭的作用。

(乔晓娜 方 圆 李泰晓)

方城县中医院 庆祝首个“中国医师节”

本报讯 日前,方城县中医院以“尊医重卫、共享健康”为主题,举行首个“中国医师节”系列庆祝活动。

当天上午,方城县中医院院长和书记带领班子成员来到病区慰问了辛勤工作在临床一线的医务人员,并为他们送上

昭示家国情怀和担当精神 南阳市卫生计生监督局举办国学专题讲座

本报讯 8月21日,南阳市卫生计生监督局道德讲堂再次开讲。在此次道德讲堂上,南阳市卫生计生委副主任陈少禹作了《易经——昭示的家国情怀和担当精神》国学专题讲座。

陈少禹认为,《易经》包罗万象,被称为百经之首。他从《易经》是什么、怎样读《易经》,讲到《易经》对人生的指导意义,带领大家领略了《易经》的智慧,讲课内容引人入胜。

(乔晓娜 方 圆 李保平)