

防蓝光眼镜和贴膜有效吗?

本报记者 史尧 通讯员 马晓楠

新的学期已经开始,按照疫情防控工作的有关要求,线上与线下相结合的教学方式仍是主流。由于线上教学需要学生使用手机、电脑等电子产品,“预防近视、保护视力”的防蓝光眼镜、防蓝光贴膜受到家长的欢迎。

蓝光是否真的危害视力?防蓝光产品是否真的具有预防近视的功效?在使用电子产品的过程中有哪些注意事项?近日,记者采访了郑州市第三人民医院眼科主任张海军。

蓝光的危害

取决于照射时长和强度

记者在随机采访中却发现,由于一些防蓝光产品经营者的大肆宣传,不少家长将蓝光危害认定为孩子近视的罪魁祸首。对此,张海军给出了不同的看法。

“蓝光照射只有达到足够的时间和一定强度,才有可能对视网膜造成伤害。蓝光只是具有

造成视网膜损伤的可能性,这种可能性与视网膜接收到的蓝光的剂量有关。而我们日常使用的电子产品照度是低于600LX(勒克斯)的,只有屏幕照度高于1500LX且持续3小时才会对视网膜有损。”张海军说。

此外,中国消费者协会近日曾发布消费提示,相关专家观点和消费者协会组织的比较试验结果显示,电子产品的蓝光并非导致近视的罪魁祸首,而防蓝光眼镜选择不当反而对预防近视无益。

张海军说,目前并没有蓝光导致近视的直接证据。蓝光对眼睛的主要伤害是可能会导致眼底出现黄斑病变,但这是在长时间、高强度的照射下产生的。目前,医学界认为,影响黄斑病变的主要因素是年龄,而不是蓝光,且质量合格的电子产品已经过滤了有害的短波蓝光,其危害

值基本处于无危险级别,只要正确使用手机、平板电脑,蓝光不会对眼睛造成伤害。

理性看待防蓝光产品

针对一些对防蓝光产品夸大宣传及过度解读蓝光危害的信息,张海军提醒,理性看待防蓝光产品。

“医学上暂时还没有充足的证据证明防蓝光眼镜等产品在防控近视方面有显著效果。相反,因为防蓝光产品数量众多,产品质量参差不齐,如果选购不当,反而容易给孩子的眼睛带来伤害。”张海军说,当前防蓝光眼镜和贴膜其实对损伤眼睛的短波蓝光并没有防护效果,有些产品则完全屏蔽了蓝光,造成过度防护,甚至造成一定“色偏”,长时间使用反而容易加剧视觉疲劳。

中国消费者协会于2019年委托专业检测机构就市场上销

售的手机、平板电脑和电视机产品开展比较试验的结果显示,全部13款样品均无蓝光危害。测试结果也表明,儿童青少年一次观看电子屏幕的时间不宜超过30分钟。

科学防护才能预防近视

据张海军介绍,医学界对于造成儿童青少年近视的“罪魁祸首”已经达成基本共识,即长时间使用电子产品导致视觉疲劳和使用姿势不当,有效控制用眼时间、保持正确的用眼姿势才是预防近视的主要方式。

国家卫生健康委疾控局制定印发的《儿童青少年新冠肺炎疫情期间近视预防指引(更新版)》,就线上学习期间近视预防、复学后近视预防等进行了明确要求,即限制线上学习的电子产品使用时间,尽可能选择大屏幕电子产品,电子产品亮度调节应避免过亮或过暗,电子产品摆放位

置应避免光线直射,采用正确的读写姿势和保持适当观看距离,坚持用眼20分钟、远眺20米、坚持20秒。

张海军提醒,不必过分担忧蓝光对眼睛的危害,也不要盲目迷信防蓝光产品广告中宣称的近视防护效果。同时,家长要多关注孩子的用眼卫生,合理用眼,保护视力。



濮阳完成首例 解冻胚胎移植术

本报讯(记者陈述明 通讯员王瑞林 韩玉芬)记者9月2日获悉,濮阳市首例解冻胚胎移植术在濮阳市妇幼保健院完成。这是该院成功开展试管婴儿以来的又一里程碑,填补了濮阳市生殖医学领域的空白,标志着濮阳市妇幼保健院生殖中心技术更加完善,将为更多不孕不育家庭带来希望。

濮阳市一对夫妇结婚5年一直不孕,多次求医依然没有效果,还因此承受了巨大的经济压力和心理压力。最近,听说濮阳市妇幼保健院具有开展试管婴儿的技术资质,而且花费不高,他们抱着试试看的心态前来就诊。该院生殖医学团队检查后,确诊女方为多囊卵巢综合征、盆腔粘连,男方为畸形精子症,建议他们进行试管婴儿。

生殖医学团队针对这对夫妇的特殊情况,制定了详细的治疗方案,给女方调节内分泌,治疗慢性盆腔炎症,药物治疗男方的畸形精子症,之后开始了降调节、促排卵,最终获得了一批优质胚胎。因为女方患有卵巢囊肿综合征,为了预防卵巢受到过度刺激,生殖医学团队将全部胚胎进行了冷冻保存。8月14日,生殖医学团队将其中两枚优质胚胎顺利送入了女方的子宫。胚胎移植后的第13天,验血结果证明女方成功怀孕。

解冻胚胎移植是试管婴儿中的一项非常重要的技术,在促排卵的过程中,多囊卵巢综合征患者往往会有过多的卵泡发育,容易发生卵巢过度刺激综合征,会出现腹痛、腹胀、胸闷、呼吸困难、严重时会发生血性胸腔积液等危险。为了避免卵巢过度刺激综合征的发生,将全部胚胎冷冻,在下一个月经周期再进行冷冻胚胎解冻移植。这样既避免了危险,又提高了怀孕的概率。

急救故事

30厘米长木棍 插入眼睛后……

本报记者 冯金灿 通讯员 周国华 新玮 孙佳丽

30厘米长的木棍插入眼睛,正中眼眶,这可怎么办?近日,王先生走在路上,不幸被工地上落下的木棍砸中,30厘米长的木棍正好插入眼眶里。

患者病情危急,被转入河南省立眼科医院。该院眼科三病区医务人员一边安慰焦虑恐慌的患者及家属,一边协助患者通过急诊绿色通道完善术前各项检查。患者眼内伤情不明,该院眼眶病中心副主任柴昌紧急为患者安排了手术。

柴昌查看患者眼眶CT检查结果发现,木棍从左眼内毗结膜扎入,突破左眼内侧面侧壁,进入左侧和右侧筛窦。通俗地说,木棍从患者眼眶扎入鼻窦。

如果直接从原伤口剥离木棍,会造成伤口扩大,愈合不良,再加上操作空间昏暗狭小,异物

取出的过程中极易损伤包括眼球在内的重要组织,而且探查不清也容易引发异物取出后大出血。

柴昌带领团队成员,反复讨论推敲,在慎重考虑后,决定另辟蹊径,采用鼻内窥镜,从鼻腔进入鼻窦,找到异物,在鼻内窥镜下取出异物。

“鼻内窥镜不仅可以扩大手术区域,而且手术是在鼻腔内进行的,不需要把皮肤切开,具有创伤小、疼痛轻、术后恢复快等优点。”柴昌说。

术中,柴昌带领团队成员,在患者全身麻醉下为其进行了左眼眶异物取出+左侧鼻内窥镜下鼻窦开放+右侧鼻内窥镜下鼻窦探查+前后鼻孔填塞术。

术后,经过治疗和细心护理,患者的视力逐渐恢复,第二天顺利出院。



9月1日,在漯河市卫生健康委组织的“全民健康生活方式日”系列活动现场,志愿者为居民讲解限盐的好处。当天,漯河市卫生健康委在全市开展了“全民健康生活方式日”系列宣传活动,倡导全民健康生活方式,普及健康文明的生活方式。本次活动是全民健康生活方式宣传月活动的第一场。接下来,漯河市卫生健康委将依托“全国爱牙日”等,继续开展各种宣传活动。

王明杰 纪雨辰 谷东方 摄

郑州、驻马店、济源开展疫情防控应急演练

→9月2日上午,驻马店市新冠肺炎疫情防控应急演练在天安广场举行。各演练队伍按照预定方案,分别进行了病例发现与报告、启动应急响应、现场处置、医疗救治、联防联控和疫情通报、社区防控和健康宣教、终止应急响应等环节的演练。演练人员以饱满的精神状态、专业的技术水平、规范的实战操作、精准的现场衔接,圆满完成了演练任务,提升了疫情防控应急处置能力。 丁宏伟/摄



本报讯(记者刘 通讯员李泊龙)9月1日,郑州市以某海鲜市场一海产品加工企业员工确诊新冠肺炎为背景,进行了一次新冠肺炎疫情卫生应急处置综合演练。郑州市紧急医疗救援中心、郑州市疾控中心、河南省立医院、郑州市第一人民医院等18家医疗卫生机构的166人参加演练。

演练按照实战要求,模拟郑州市某海鲜市场一海产品加工企业员工确诊新冠肺炎,围绕及时发现、快速诊断、规范处置进行全流程演练,重点演练疫情报告、转运救治、预防分诊、采样检测、流行病学调查、环境消杀、隔离管理、健康教育、个人防护、疫情公告等关键环节。

参演人员各司其职,密切配合,医疗卫生机构预检分诊把好入院第一关;发热门诊规范处置、及时上报;

120指挥调度大厅通过三方通话方式,安全转运、衔接到位;疾控部门迅速开展现场流行病学调查、环境消杀、发布疫情公告,做好居民的健康宣教和自我防护提醒工作。

郑州市疫情防控专家组对此次演练进行总结点评,指出整个演练过程流畅,疫情发现及时,诊断快速,处置规范,符合实战要求,为全市卫生应急处置示范了动作,规范了程序,统一了标准,达到了预期效果。

此次演练是郑州市贯彻落实国务院联防联控机制关于严防聚集性疫情、做好秋冬季防控工作电视电话会议精神的实际举措,检验了疫情处置、指挥调度、防控救治、联防联控等方面的实战能力,全面提升了郑州市新冠肺炎疫情应急处置能力,为秋冬季疫情防控打下了基础。

本报讯 为了有效应对秋冬季可能出现的新冠肺炎疫情,科学防控突发性传染性疾病,提高突发公共卫生事件应急处置能力,9月2日,济源示范区疫情防控指挥部组织疾控中心、市直医院、公安局、交通运输局、市场监督管理局等单位联合开展2020年秋冬季疫情防控实战演练。

此次演练通过疫情发现、检测、报告、流行病学调查、医疗救

治、部门联动、健康教育、环境消毒等关键环节,全面检验了各部门应对突发疫情的快速反应、沉着应对、科学调度、有效处置等综合能力。

演练结束后,济源示范区对秋冬季疫情防控工作进行了部署。济源示范区要求,各单位各部门把做好常态化疫情防控工作作为重大政治任务,毫不松懈抓好“外防输入、内防反弹”各项工作;从演练中认真总

结经验,查找存在的问题和不足,进一步完善应急预案,不断提升应急响应能力和协调指挥能力;把应急预案和应急演练紧密结合起来,时刻保持备战状态;变被动应对为超前防范,建立健全疫情防控常态化下的工作机制,严格落实常态化疫情防控措施;持续开展多种形式的传染病防治知识宣传,引导群众增强防护意识。(王正勤 侯林峰 常佩)

焦作市脑卒中急救地图发布

本报讯 9月2日,从焦作市人民医院传来消息,焦作市脑卒中急救地图在该院发布。经国家卫生健康委脑卒中防治工程委员会专家评审,焦作市首批5家医院成为国家脑卒中急救地图医院。

脑卒中具有发病率高、致死率高、死亡率高、复发率高、医疗费用高的特点,严重威胁着居民的身心健康。近年来,焦作市卫

生健康委按照国家要求,围绕胸痛、脑卒中、创伤、高危孕产妇、危重新生儿救治中心,积极推进救治体系规范化、标准化、同质化建设,为重大疾病患者提供医疗救治绿色通道和一体化综合救治服务。

作为脑卒中中心牵头单位,焦作市人民医院将着力推进全市脑卒中中心建设,全市各级卫生健康部门、120指挥中心、焦作市

脑卒中急救地图管理医院和各二级医疗机构共同协调推进此项工作。

同时发布的《焦作市脑卒中急救地图管理工作方案》,从指导思想、工作目标、工作原则、工作内容、实施计划、工作要求等6个方面,对焦作市脑卒中急救体系建设、急救地图建设进行了详细的规划。(王正勤 侯林峰 秦鹏)

(上接第一版)

积极开展中药配方颗粒技改专项试点工作,推动全省中药配方颗粒产业快速发展。支持全省优势企业开展中药配方颗粒技改专项研究,及时解决配方颗粒试点工作中存在的困难和问题,补齐全省中药配方颗粒研究短板。在生产工艺、质量标准、中药配方颗粒安全性、有效性及临床应用研究等方面加大推进力度,重点培育中药配方颗粒豫产品牌。引进中医药行业老字号品牌落户河南,参与中药配方颗粒试点工作。及时关注了解国家相关政策动态,指导督促企业做好配方颗粒企业标准与国家标准、省级标准衔接的准备工作。

大力推进增加药材进口职能,打造中部地区重要药材进出口集散地。积极向国家药品监督管理局申报增加郑州航空港药品进口口岸药材进口职能,打造中部地区重要药材进出口集散地。支持河南中药企业积极参与国际医药大流通,培育河南本土药企快速成长为外向型进出口企业,依托“一带一路”“空中丝绸之路”,把本地药品销往海外,把国外好药材购进来,进一步促进河南省中药产业国际化发展。

加强中药材交易市场监管,规范市场秩序。督促地方政府落实属地监管责任,建立健全中药材市场监管制度和工作中机制,加大对交易市场中药材质量监管和巡查排查力度。开展以中药材染色、掺杂

使假、非法加工中药饮片等为主要内容的专项整治行动,严厉查处违法违规行为。加大监督检查力度,针对容易发生以次充好、染色增重、掺杂使假的中药材品种增加抽检频次,增强抽检的针对性。通过持续加大中药材交易市场监管力度,规范市场秩序,保证中药材质量,提升中药材产品竞争力。

加强中药质量监管,推动中药产业高质量发展。围绕“守住安全底线、提升质量水平、促进产业发展”的监管思路,督促企业全面落实主体责任,规范生产行为,并开展中药质量安全提升行动,提升中药企业生产质量管理水平。科学制订实施中药生产监管工作计划,对中药生产企业和医疗机构制剂室开展有关法律、法规执行情况的日常监督检查。针对容易掺杂使假、染色增重、霉烂变质、硫酸药、药残残留及渠道可疑、来源不清的中药材(饮片),实施针对性抽检,强化抽检结果风险研判,及时消除风险隐患。鼓励企业建立中药材、中药饮片、中成药生产流通使用全过程追溯体系,力争实现中药重点品种责任可究的监管体系。探索建立多部门协同的中药质量安全监管机制,将中药企业诚信情况纳入全国信用信息共享平台和国家企业信用信息公示系统,加大失信联合惩戒力度。加快推进“互联网+监管”工作,提高监管的精准度和靶向性,以智慧监管促进中药产业高质量发展。

结核病防控工作,是疾控中心的重要工作。在2004年以前,由于自身财力有限,人员结构不理想,原阳县结核病防治门诊8个人集中在两间不足30平方米的简陋房间里办公,结核病防控工作一直开展得不理想。

2003年,原阳县红十字会医院有“第一刀”之称的郭建民被调到原阳县卫生防疫站(现在的原阳县疾控中心)工作。面对当时的状况,郭建民采取了调整防治科工作人员、压缩其他不必要开支、增加结核病防治工作经费、优先改善结核病防治工作用房等措施。经过3年的不懈努力,郭建民扭转了原阳结核病防治工作的被动局面,人员结构合理,办公用房大幅增加,结核病防治门诊有了很大改观。2006年~2008年,原阳县结核病防治工作连

续3年走在省前列。2006年,郭建民被评为全国结核病控制项目工作先进个人。在郭建民的带领下,自2006年至今,原阳县结核病防治工作年年走在新乡市各县(区)前列。2018年,原阳县疾控中心成功创建结核病防治示范门诊。17年来,原阳县结核病防治工作所取得的成就,得到了省、市、县领导的一致好评。

2018年8月,原阳县发生了一起磷化铝中毒事件。当时,很多村民将磷化铝作为贮存小麦的农药。接到第一例报告病例后,郭建民立即向原阳县卫生健康委有关领导做了汇报,并立即向原阳县人民政府提出建议。原阳县人民政府安排县电视台紧急向全县人民宣传了预防措施,避免了事态进一步扩大。2019年8月,原阳县发生一起人感染链球菌事件。接到河南省人民医院和省疾控中心网络报告后,郭建民连夜安排查找感染源,对疫源地采取封堵措施。在省疾控中心专家

情系结防 守护健康 ——记原阳县疾控中心 主任郭建民

本报记者 丁玲 通讯员 蒋建国

到来之前,原阳县防控工作已经基本到位,获得了专家的高度赞扬。2020年1月21日,河南确诊一例新冠肺炎患者,其居住地为原阳。疫情就是命令,容不得半点犹豫。郭建民立即启动应急预案,连夜安排通行拉网式排查患者密切接触者,开展流行病学调查。根据流行病学调查结果,综合协调组对所有密切接触者进行了居家隔离。1月22日,河南省疾控中心

和新乡市疾控中心的流行病学调查专家齐聚原阳县疾控中心。专家们认真听取了郭建民关于新冠肺炎患者密切接触者处置的情况汇报,详细检查了所有疫情处置资料,认为原阳县疾控中心面对严重突发公共卫生事件,在8小时之内按部就班、有条不紊,将流行病学调查、隔离和处置等工作做得非常细致、到位。

作为原阳县疾控中心主任,郭建民不敢有丝毫大意,几乎参与了所有确诊病例的流行病学调查。他带领工作人员每天至少进行两次疫情研判,判断辖区疫情的发展动态,确定后续工作思路,为全县做出疫情防控决策提供技术支持。在疫情期间,原阳县先后发现了7名确诊患者。在郭建民的带领下,原阳实现了零感染,向全县人民交上了一份合格的答卷。