



健康头条

暑期“摘镜热”来袭
学生群体占比超三成

医学专家提醒：科学认知与术后养护缺一不可

随着高考落幕，近视矫正手术迎来就诊高峰。记者走访发现，众多学子选择在暑期通过手术告别近视，以崭新面貌迎接大学生活或职业生涯。医学专家提醒，近视手术虽技术成熟，但须严格把握适应证，术后科学用眼同样重要。



暑期“摘镜”热潮涌动，两类需求驱动就诊高峰

7月3日上午9点，无锡市第二人民医院眼科门诊前已排起长队，近视激光治疗部内，十多位预约手术的学生及家长正聆听术前注意事项讲解。该院眼科主任医师邹广程介绍，6—7月是全年近视手术高峰期，学生群体占比达全年手术量的三分之一，

目前医院每周约开展60台近视手术，已处于饱和状态。

无锡爱尔眼科医院屈光科主任顾勇表示，高考结束后近视手术咨询量爆发式增长，6月全月手术排期紧张，反映出毕业生迫切希望在入学前改善视力的心情。

从需求类型看，“摘镜”人群主要分为两类：一类是报考军校、公安、飞行等对裸眼视力有严格要求的“应考刚需型”考生。顾勇特别指出，受征兵需提前半年完成近视手术的政策影响，今年初手术量已显著增长，而军校类专业仅接受角膜屈光手术（如

半飞秒、全飞秒），不认可晶体植入手术。另一类则是追求生活便利与形象提升的“生活质量改善型”学子。大二学生小唐怀揣参军梦想选择全飞秒手术，高中毕业生小慕（化名）术后视力达1.2，告别700度近视与200度散光后，对大学生生活充满自信。

主流术式各有特点，个性化方案需精准评估

当前近视矫正手术主要分为三类。邹广程介绍，半飞秒激光手术、全飞秒激光手术以及晶体植入手术（包括国产龙晶与进口EVO ICL）为当前主流术式，各有适应人群与技术特点。

全飞秒手术以切口小（仅2—4

毫米）、术后恢复快为优势，适合中低度近视且角膜厚度充足的患者；半飞秒手术则在个性化切削方面更具灵活性，可针对角膜形态、瞳孔大小等参数定制方案，适合角膜较薄或度数较高的患者；晶体植入术无须切削角膜，通过在眼内植入特殊镜片矫正视

力，适合高度近视（1000度以上）或角膜较薄无法进行激光手术的人群，但需提前检查前房深度并预定晶体。

“并非价格越高的手术越适合自己。”顾勇强调，术前检查是关键。以爱尔眼科为例，术前检查多达20余项，需全面评估角膜厚度、曲

率、眼底情况等指标。邹广程也指出，18—45岁、近两年屈光度稳定（波动不超过50度）是手术基础条件，圆锥角膜、青光眼、视网膜病变等眼部疾病患者，以及甲亢、糖尿病等全身性疾病患者不适合手术，孕期及哺乳期女性需暂缓。

术后维护不可忽视，科学用眼守护清晰“视界”

医学专家一致提醒，近视手术虽能矫正视力，但未改变近视本质，术后科学用眼至关重要。邹广程强调，患者需控制电子产品使用时间，避免长时间高强度用眼，高度近视患者即便手术，视网膜病变风险仍存在，建议每年进行视网膜检查。

顾勇补充道，晶体植入手术虽稳定性好且可逆，但中低度近视患者的矫正精准性可能不及激光手术，具体方案需医生根据个体情况综合判断。他特别提醒家长与考

生，切勿盲目跟风选择术式，应听从专业医生建议，通过规范检查制订个性化方案。

随着暑期“摘镜热”持续，专家呼吁广大考生与家长保持理性认知：近视矫正手术是医疗行为而非

美容项目，需在充分了解适应证、术后维护要求的基础上，选择正规医疗机构，让“摘镜”真正成为开启精彩人生的助力，而非健康隐患的起点。

（杨洁丹、黄琳）

■医见

夏季需警惕“高温杀手”热射病

近期，随着气温攀升，我市医院陆续接诊中暑病例，其中不乏热射病患者。近年来，热射病致死的新闻已屡见不鲜，这种高致死率的病症究竟是如何引起的，又该如何科学防治？

无锡市第二人民医院（江南大学附属中心医院）急诊医学科主任屠苏介绍，热射病实际上是重症中暑的一种。重症中暑主要有三种表现形式：第一种是热痉挛，多发于青壮年群体，患者在高强度运动后，盐分随汗液大

量流失，易引发低钠血症，进而出现肌肉痉挛、手脚抽筋、腹痛等症状；第二种是热衰竭，多发于老年群体，患者在高温环境下若胃口不佳，水分和营养无法及时补充，会造成血容量不足，容易诱发休克；第三种就是热射病，当人体长时间处于高温高湿环境中，会因出汗过多导致汗腺功能衰竭，无法有效散热，随着体温持续升高，人体各器官细胞功能会出现障碍，引发多脏器衰竭，存在严重的生命危险。

屠苏特别提醒广大市民，中暑干预，防大于治。高温天气应减少外出，尤其是老、弱、病、残、孕等易感人群，更需在凉爽的室内静养，适当食用防暑降温的食物。居家时可开启空调，温度设置为26摄氏度左右为宜，也可开启电风扇加速空气对流，确保环境温度低于人体温度，以实现有效散热。在户外若出现口干、乏力、多汗、心慌、气短等早期中暑症状，需立即重视，及时转移至阴凉处休息，通过饮用

电解质饮料、适当食用雪糕冷饮等方式辅助消暑。一旦出现发热症状，应第一时间将患者送往医院救治。

屠苏还表示，面对持续的高温天气，医院急诊医学科已提前备好冰盐水、降温毯等物资，做好了全力接诊中暑患者的准备；医护人员还会通过询问就诊者是否有高温环境暴露史，仔细筛查潜在的中暑病例。“医院能做的只有全力施救和大力宣教，主要还是要靠广大市民提高自身防暑意识。”她说。

（高宇）

■医技

保温箱里的“生命战场”

无锡妇幼托起“巴掌宝宝”生的希望



正值盛夏，酷暑当头。与“冒火”的气温同样火热的是无锡市妇幼保健院新生儿科重症监护室里忙碌的医护人员。7月4日早上七点半，正是无锡市妇幼保健院新生儿科医护人员交接班时间，排列整齐的两排交接班医护人员中，一名怀抱住刚出生的宝宝的护士尤为显眼，她一边轻柔拍着孩子的背，一边专注地聆听早交班事项。这是该院新生儿科日常工作的一幕寻常场景。

充满人文关怀的精细化护理，是托起这些小生命的关键一环。在市妇幼保健院新生儿科重症监护室里，值班护士抱起刚刚睡醒正哭闹的宝宝晓晓（化名）。对比其他保温箱内的宝宝，他的个头要大出许多，“已经住院快4个月了，跟我们都熟悉了。”护士将包在小被子中的晓晓放在臂弯中，轻轻拍了几下，晓晓的哭声随即停止。

“除了完成各种治疗操作、监测生命体征外，日常的喂养、换尿布、抚触、洗澡这些护理工作，都需要我们倾注很多耐心和爱心。”护士对晓晓的情况了如指掌。据悉，晓晓患有婴儿胆汁淤积症，消化能力很弱，每一次喂养后都需要长时间耐心拍嗝，以防止他吐奶窒息。与一般新生儿不同，4个月大的他，除了基本的生理需求，也强烈渴望温暖的怀抱与抚触。所以，在该科室，护士们轮流抱着晓晓穿梭于病房的画面，成了这里一道独特而温暖风景线。

儿童保健部护士长李萍告诉记者，这里有迫不及待降临的“早产儿”，有黄疸过高的“小黄疸”，有妊娠期糖尿病母亲生下的“小糖人”……他们都会被送到新生儿科进行观察、治疗和护理。在这里，每个宝宝都有自己独立的“小房子”，医护人员把小房子做成“鸟巢”模样，让躺在其中的宝宝感受到满满的安全感。家长完全不用担心宝宝哭的时候没人

哄、饿了没人及时喂奶。在这里，宝宝们有很多“临时爸爸妈妈”，他们24小时轮班值守，宝宝们的一举一动都在他们的视线之内。

在重症监护室，每个保温箱里的小婴儿都承载着全家的爱和希望。出生3周多的欣欣（化名）正在保温箱里安静地睡着，她的胸脯一起一伏，有规律地呼吸着，小手小脚时而伸展、时而收缩，最小号的尿不湿几乎围住了她的大半个身躯。她刚出生时胎龄仅24周+5天，属于超早产儿（小于28周）。分娩前，新生儿科第一时间组建复苏团队，产儿科联合开展分娩黄金1小时抢救。“对于这样的孩子，每一次呼吸，每一次喂养都是巨大挑战。”李萍介绍，欣欣刚出生时体重仅680克，发育很不成熟，刚被送来时呼吸非常微弱，眼裂未睁开，皮肤呈胶冻状，无法自主呼吸，生命垂危。科室依托核心技术，为欣欣启动通气方案，气道内滴入救命的肺表面活性物质，让欣欣顺利渡过生命第一关；为保证营养，先后进行脐静脉置管及PICC置管，为其打通“生命线”；为提高生存质量，给予精细化肠外营养支持，严格的感染防控、促进神经发育的“鸟巢式护理”等全方位生命支持。

作为江苏省和无锡市危重症新生儿救治中心，市妇幼保健院新生儿科年收治新生儿逾1000例，其中2024年收治的胎龄大于等于28周小于32周的极早产儿及胎龄小于28周的超早产儿达到近120例。为守护患儿安全，新生儿科加派人手，优化排班，实施专人专护，全方位加大照护力度。新生儿科副主任王敏表示：“成功救治的故事，背后离不开医护团队对早产儿呼吸管理、营养支持、神经保护及其并发症防治等核心技术的娴熟掌握与不断精进，以及充满人文关怀的精细化护理。”（葛惠 文/摄）

2026无锡报业芳华春晚暨
乐龄艺术团精英选拔行动启幕

7月8日下午，“2026无锡报业芳华春晚暨乐龄艺术团精英选拔行动”启动仪式在报业大厦5G演播厅举行。本次活动由无锡日报报业集团主办、江苏孝仁芳华实业有限公司承办，无锡报业乐龄艺术团等多家单位协办，旨在搭建展现新时代老龄风采的温暖舞台，弘扬尊老爱老传统美德。

据悉，本次活动将秉持“老有所乐、老有所为”理念，全力打造群众喜闻乐见的文化盛宴，让锡城长者的精神文化生活更加丰富多彩，让“夕阳红”焕发出更加璀璨的“芳华”之光。启动仪式上，无锡报业融媒体运营中心与江苏孝仁芳华俱乐部共同签署合作协议，标志着无锡报业康养新闻学院（芳华老年大学）筹备工作迈出坚实一步。

在全场倒计时中，与会嘉宾共同触动画像象征梦想的启动装置，宣告选拔行

动正式扬帆起航。活动即日起面向全市乐龄艺术爱好者开放报名，历经选拔的优秀节目将登上2026无锡报业芳华春晚大舞台，绽放无锡乐龄群体的艺术芳华与生命热情。

（吴美玲）

大别山王 孢子油.粉

孢子油主要吃油。配料表是产品内容“身份证”。
货比三家不吃亏！
配料表明确 含20%孢子油 三菇216克：
6瓶600粒2500元，15瓶6000元。
配料表明确 含35%孢子油 三菇22克：
7瓶700粒4500元，14瓶8500元。
配料表明确 含100%孢子油 三菇25克：
6瓶600粒15000元，13瓶30000元。
极木孢子粉：1000元/斤，买3送1。

买正宗大别山灵芝 找大别山老王

自产自销老牌老店：崇宁路17号4楼 广告
电话：82700029（大别山老王）