

验配眼镜不能“一刀切” 关注眼健康！从“一老一少”抓起！

6月6日是“全国爱眼日”，今年的主题是“关注普遍眼健康、共筑‘睛’彩大健康”。眼健康已经不是某种单一性健康问题，而与全身健康密切相关，尤其是与“一老一少”这两类人群的健康息息相关。

近视防控，超八成高中生近视

相关数据显示，2020年我国青少年总近视率为52.7%，其中6岁儿童为14.3%，小学生近视比例为35.6%，初中生为71.1%，高中生则直线上升至80.5%。江南大学附属医院眼科助理、副主任医师钱欣介绍说，学业压力大是导致青少年近视率增加的重要因素。学业压力大意味着学生近距离学

习时间延长，户外活动时间相对减少；另一部分孩子的近视可能是由遗传因素导致。两方面因素综合结果就表现出学生整体近视率增加。

据了解，佩戴框架眼镜是矫正青少年近视的主要方法。无锡市第五人民医院眼科负责人、副主任医师王波提醒广大学生家长验配眼镜

不能“一刀切”，需要到专业机构检查，获取合适的眼镜处方。验配眼镜需要结合双眼眼位、调节力、屈光状态等多种因素，同时还要结合双眼视功能等专业检查结果，配得的眼镜才能既“准确”又“合适”。除此以外，角膜屈光手术、晶状体眼人工晶体植入手术也可以有效提高视力。

糖尿病诊疗，定期体检很关键

老年人也是眼病高发人群，一般老年群体常见的眼病有倒睫、泪道阻塞、白内障、青光眼、玻璃体浑浊、黄斑病变、糖尿病视网膜病变等。其中糖尿病视网膜病变必须引起老年人群的高度重视。钱欣介绍说，糖尿病是以“高血糖”为特征的全身代谢性疾病，眼底的视网膜也分布有大量微血管，一旦糖尿病患者血糖控制不佳，就

会影响眼底视网膜微血管代谢，导致视网膜出血和渗出。糖尿病视网膜病变早期可能没有任何症状，晚期则严重损害视力，甚至出现不可逆的疾病。

“临床上，我们需要对糖尿病视网膜病变进行分期。”王波表示，一般早中期糖尿病视网膜病变需要进行视网膜激光治疗，同时需要定期进行眼底检测。如果是比较

严重的糖尿病视网膜病变，出现了大量眼底积血、牵拉性视网膜脱离等症状，就需要及时进行眼内注药和玻璃体手术治疗。

专家建议广大老年朋友科学控制血糖、血压、戒烟、适量运动，定期进行眼科检查，一旦发现眼睛问题，及时干预和治疗。远眺是保护眼睛的好方法，大家尽量少用电子产品，适当休息。(顾明)

“晕”也可能是病 眩晕头晕要分清

63岁的李女士最近一直睡不好觉，一翻身就觉得天旋地转，她本来没在意，没想到症状越发严重。去医院检查才发现，引发自己眩晕的“真凶”是一种名为耳石症的病。

6月9日是“中国眩晕防治日”。专家提示，“晕”也可能是病，且眩晕和头晕是两个不同概念，就诊时要讲清“晕”持续的时间和具体表现，这对疾病诊断有重要作用。

很多人都有过眩晕、头晕的情况。沈阳市第一人民医院神经内科主任医师姜扬介绍，眩晕和头晕是两个概念，其发病症状和应对办法都不一样。

“头晕有时也称为

头昏，表现为轻微的不稳感、漂浮感、运动感，通常由低血压、脑缺血、低血糖等疾病引起。”姜扬说，而眩晕是一种运动错觉，发作时并无外界刺激，可表现为旋转、翻滚、摇摆、倾倒感和颠簸感等，有些类型的眩晕在发作前还可能出现耳鸣或耳胀满感。

“晕头转向”时，需谨记“停、救、稳”三个字。即立即减慢或停下正在进行的活动，症状严重的话需要寻求朋友、家人的帮助，尽量降低重心，维持坐、躺或趴的体位，减少跌倒的发生。一旦出现眩晕或头晕，应及时前往医院就诊，谨防耽误病情。(据新华社)

无锡怡和妇产医院 实行出院“床边结算”

“不用排队，5分钟就办好了出院手续，真的是太方便了。”近日，无锡怡和妇产医院推出住院患者床边结算业务，患者在病房就拿到了出院发票、医保结算清单等，成功办理出院手续。

据悉，床边结算是传统出院结算方式的有效升级。无锡怡和妇产医院将移动POS机、打印机放在一个移动小推车上，方便住院患者床边办理出院，同时支持现金、银行

卡、医保卡、微信、支付宝等多种支付方式，相当于一个移动收费窗口，非常便捷。

床边结算不仅快速，还帮患者免去了从病区到结算窗口的往返奔波，节省了在出院窗口排队等候的时间，尤其为没有家属陪伴或行动不便的患者提供了方便。眼下正处于疫情防控的特殊时期，这样的服务举措更是避免了结算窗口的拥堵扎堆，深受患者及家属的好评。(一和)



近日，安镇街道全面启动65岁以上老年人免费健康体检活动。对于此次体检中发现的高危人群和慢性病患者，将被中心纳入“慢病规范化管理”，今后将有针对性地对这些老人开展定期随访、健康干预和健康宣传服务。

(熊兰 摄)

生死时速，抢救危重孕产妇 早产儿成功迈过三道坎

危重症孕产妇姚女士与她的孩子，在江南大学附属医院医护人员的帮助下，经历了2个多月“爱与守护”的生命接力，终于迎来了健康新生。

初春的一个深夜，江南大学附属医院产二科主任医师黄春燕收到了姚女士的紧急求助。通过询问病史了解到，姚女士孕35周，双胞胎妊娠，其中一胎儿因宫内双胎输血综合征已死亡近一周。双胎输血综合征是双胎妊娠中的一种严重并发症，围产儿死亡率极

高。产科、新生儿科、麻醉科、中心药房医务人员迅速到岗，积极展开抢救。无影灯下，多学科默契配合，仅用3分钟便开腹娩出一960克的袖珍“小公主”。这只是胜利的第一步，术中医务人员发现姚女士胎盘早剥，随之而来的可能是严重的大出血等并发症，同时死亡的胎儿对孕妇机体状态、凝血功能等也是一大威胁。幸运的是，经过一系列积极处理，姚女士仅有少量出血。术后，姚女士安全返回

病房，4天后出院。

妈妈已经脱离危险，但孩子出生时手臂仅成人的食指那么粗，全身紫绀，皮肤呈胶冻样，呼吸微弱，医务人员将其转运至新生儿重症监护室救治。呼吸关、感染关、营养关是医护人员救治早产儿面临的三大挑战。入院后，宝宝一度因先天性动脉导管未闭和继发孔型房间隔缺损等原因，出现了心力衰竭。经过医护人员两月余的全力救治，宝宝的体重已翻了近三番。(谢霜)

300多天坚持 换来压疮伤口痊愈

近日，锡山人民医院鹅湖分院伤口造口专科护士周倩接到辖区陆阿姨的电话，杨奶奶的压疮伤口痊愈了。

杨奶奶因髌骨骨折长期卧床，由于家属缺乏护理知识，臀部和骶尾部出现了压疮，虽然到处寻找治疗方法，但是压疮越来越大，越来越深，最后甚至深达骨膜，就像张开的血盆大口，不忍直视。

去年，周倩护士得悉杨奶奶的情况后，与她的家人陆阿姨联系，详细询问病史，并制定治疗方案，同时从怎样翻身、配置怎样的一日三餐等，事无巨细指导家属日常护理。从此，周倩每隔几天就利用休息时间上门为杨奶奶免费换药，不知不觉已经300多天了。在周倩坚持不懈的努力下，杨奶奶的伤口奇迹般痊愈。(鹤医)