

高考后,乐山迎来近视手术高峰期

专家提醒

科学“摘镜”,切勿盲目跟风

■记者 戴余乐 文/图

每年高考结束,暑假来临,乐山各大医院眼科就会迎来近视手术高峰期。

对此,市人民医院眼科中心主任医师汤静表示,假期是矫正近视较好的时机,但需要注意的是,近视矫正手术需要通过全面专业的术前检查、专家评估,且术后定期复查必不可少,护理也不可掉以轻心。一定要科学“摘镜”,切勿盲目跟风。



近视手术术中



术前统一宣讲

术前检查、术后康复必不可少

临床上,近视手术有着严格的禁忌证,包括重度弱视、圆锥角膜、其他角膜扩张性疾病及变性、重度干眼、未控制的青光眼、全身结缔组织疾病及自身免疫性疾病,以及已存在焦虑、抑郁等严重心理疾病、精神疾病等。

“前几天,我接诊了一个高考毕业生,他就是因为焦虑、不安情绪,导致术前检查难以进行。我们通过不断疏导他的情绪,消除他的恐惧心理,最后才配合完成手术。”汤静表示,严格、全面的术前检查非常重要,心理问题需要及时疏导,有手术禁忌或不具备手术条件者则坚决不能实施近视手术。

另外,手术准备期要比平时更加注意保护眼睛。不能熬

夜、长时间看电子屏幕,少吃辛辣油炸食物,以免眼部干燥、疲劳,破坏眼表健康。同时,也要提前做好“停镜”等系列准备,如软性球镜停戴1周以上,软性散光镜及硬性镜停戴3周以上,角膜塑形镜停戴3个月以上。并且,近视手术后也不代表就“万事大吉”,要想拥有长久清晰稳定的好视力,术后定期复查和护理尤为重要。

汤静提醒,术后定期复查必不可少,同时需遵医嘱合理用药。术后1个月内,避免异物进入眼睛,不要揉眼和剧烈运动。做完近视手术后,可以进行散步、慢跑、瑜伽等运动,但游泳、潜水,以及一些对抗性强的运动,最好是术后6个月后再进行。

迎来“摘镜”热潮,外地求医者络绎不绝

日前,记者在市人民医院眼科中心了解到,近期,前往医院进行激光近视矫正手术的人相比之前有了大幅增加。其中,大多数是应届毕业生,还有不少外地来乐的“摘镜者”。

“孩子从小就近视,‘小眼镜’的称呼几乎伴随了他整个青春期。高考完了,人生进入另一个阶段,希望他能有一个新的开始。”来自宜宾市的陈女士告诉记者,经过多方打听,她带孩子来到市人民医院眼科中心。完善检查后,第二天便进行手术,术后第二天视力恢复到1.0。

记者了解到,市人民医院眼科中心屈光专业于1999年开展激光角膜屈光近视矫正手术。截至目前,全飞秒SMILE手术已成功完成上万例,

技术成熟,安全性高。对于极个别眼部条件受限的患者,科室还开展有矫正高度近视的“可植入式隐形眼镜”植入手术,通过微创手术将“设计成矫正近视的超薄镜片”植入眼内,矫正之后视力更清晰,可以满足高度近视患者中因为角膜厚度不够或者相对较薄,而不能进行激光角膜屈光手术矫正的需要。

需要注意的是,由于每个人的近视度数、角膜厚度、角膜形态等眼部情况不同,手术方式也要因人而异,适合的才是最好的。汤静建议大家,如果有近视手术需求,应到正规医院进行术前检查,医生会根据检查结果为其制定手术方案,告知其更适合哪种手术方式。做了手术之后还要注意用眼健康,保证术后效果。

关于青少年近视预防

小贴士

预防近视的发生要从环境因素着手,需要注意以下问题:

- 1.每周14—15小时的户外活动。
- 2.看书环境的灯光充足但不耀眼。
- 3.书上的字体大小合适,对比度适中。
- 4.书与眼睛的距离保持在30厘米以外,看书姿势端正,看书30分钟后应稍作休息。
- 5.远离电子产品、游戏。
- 6.营养均衡,少吃甜食。
- 7.加强锻炼,增强体质。

遗失声明

乐山市市中区经济学校“民办非企业单位登记证书”副本(统一社会信用代码525111027672524304号)不慎遗失,特此声明。

乐山市市中区经济学校
2023年6月26日 广告

宝德未来绿洲一期交房公告

宝德未来绿洲一期业主:

您好!宝德未来绿洲一期1栋房屋定于2023年6月30日、2栋房屋定于2023年7月1日、3栋及回龙路370-408号房屋定于2023年7月2日集中办理房屋交接手续,届时请您携带好交房所需的身份证原件、《商品房买卖合同》、付款凭证、交房通知书、结婚证等以及准备好相关费用。请您在您所购房屋楼栋对应的交房时间内(每日9:00至17:30)前往宝德未来绿洲一期A期2号门处办理交房手续,具体事宜详见《交房通知书》。

咨询电话:0833-2655555
特此公告!

乐山嘉德置业有限公司
2023年6月26日 广告

高温诱发脑卒中风险增高 专家提出防范建议

新华社天津电(记者 张建新)天津市气象台、天津市健康气象交叉创新中心日前联合发布脑卒中气象风险橙色预警:受暖气团影响,多地出现持续高温天气,此次高温过程持续时间长,诱发脑卒中的气象风险高,提醒公众注意防范。

天津市健康气象交叉创新中心、天津医科大学第二医院副院长李新教授建议:

第一,保证每日充足的水摄入量,每天推荐至少摄入1500毫升(肾病患者应酌情限量,室外露天工作者或大运动量者则酌情

增加)。饮食适量增加优质蛋白质的摄入,注意补充维生素和电解质。

第二,尽量减少户外活动,根据气温日变化适度调整锻炼时间,推荐选择清晨、傍晚时段,避免高温时段户外活动。

第三,使用空调时,建议室温调节在26℃左右为宜。每天应保证充足的高质量睡眠,成年人以7-8小时为宜。避免情绪急躁引起血压波动,保持情绪稳定。

第四,老年人群体调节能力减弱,可适当将空调温度略微调高,维持在27℃左右为宜;特别

要注意避免从室外高温环境突然进入低温空调房,或从室外进入室内不要立即打开空调,给身体以适应室内温度环境的缓冲时间。

第五,伴有高血压、糖尿病、血脂异常等脑卒中危险因素的患者,易发生血压、血糖、血脂等指标波动,应规律监测,如波动较大或控制不佳时,应及时到医院就诊。

第六,出现不适症状,如言语不清、口眼歪斜、肢体无力、行走不稳、剧烈头痛、意识障碍等情况时,请立即拨打120,及时就医诊治。



梦幻乐园闭园通知

亲爱的广大顾客,你们好!

由于远成集团乐山西部商贸物流有限公司资不抵债,向乐山市五通桥区人民法院申请破产清算已受理。根据《中华人民共和国企业破产法》、与我司解除双方签定的租赁合同,并要求我司停止经营。

请广大VIP卡、一卡通、会员朋友们从即日起至7月30日截止,到我司财务办公室将充值卡内剩余金额退费。

退费时间:6月25日-7月30日 10:00-16:00

退费地址:乐山远成文旅城-梦幻乐园办公室
咨询电话:0833-3168523

由此给您带来的不便我司深表歉意,再次感谢广大顾客朋友的支持与配合!

乐山新聚义文化旅游发展有限责任公司
2023年6月25日 广告

成交公示

乐市土矿交示[2023]08号

我中心于2023年6月25日举行的国有建设用地使用权出让拍卖活动,成交结果如下:

序号	地块位置	土地面积(m ²)	宗地用途及出让年限	起叫价(万元)	成交价(万元)	楼面地价(元/m ²)	竞得人
2023-拍-8号	五通桥区竹根镇易坝村1组[5111112-2023-B-1号]	20744.17(合31.12亩)	城镇住宅用地70年 零售商业用地、餐饮用地、 旅馆用地、娱乐用地、 其他商服用地40年	3000	8250	1590.81	四川国众投资有限公司

以上成交结果请社会各界监督,如有违规、违纪现象,请于2023年6月30日前向有关部门举报。

举报电话:(0833)2442219 2278385

举报地址:中共乐山市纪委监委驻市自然资源和规划局纪检监察组

乐山市公共资源交易服务中心 乐山市土地矿权交易中心
2023年6月25日 广告

乐山市中区公共停车位特许经营权 拍卖公告

受委托,我公司定于2023年7月4日10:00在乐山市市中区公共资源交易服务中心开标大厅(乐山市市中区春华路南段422号,工行三楼)对以下标的按现状进行公开拍卖。

一、标的介绍
1. 标的名称:乐山市中区公共停车位特许经营权(以下简称“标的”)。

2. 标的概况:本次拍卖标的为乐山市中区公共停车位特许经营权,特许经营区域范围为乐山市市中区大佛街道、绿心街道、全福街道3个街道以及白马镇、棉竹镇、水口镇、苏稽镇、悦来镇、牟子镇、土主镇、剑峰镇、青平镇、平兴镇、茅桥镇11个建制镇的公共停车位。特许经营期限为30年。参考价37842.64万元,竞买保证金100万元。

二、拍卖方式:有底价竞价方式公开拍卖,设有保留价。
三、意向竞买人应具备的资格条件:中华人民共和国境内

的法人和非法人组织(法律法规另有规定的除外)均可以参加竞买。

四、标的展示时间及地点:自公告之日起在标的所在地展示。

五、报名事宜:意向竞买人请于2023年7月3日前(含当日)缴纳竞买保证金至指定账户(以到账为准),并持有效证件及缴纳竞买保证金凭证到我公司(乐山市市中区柏杨中路158号)办理报名手续。

六、详情见《拍卖文件》,相关信息登录乐山市公共资源交易服务中心公共服务平台网站查询。

七、咨询电话:15984388950

四川省三禾拍卖有限公司
2023年6月27日 广告