

戴近视眼镜四注意

据调查,目前我国近视眼的人数位居世界第一,因近视致盲的人数已达30万。很多人已经对近视习以为常,戴近视眼镜也是很多人的首选。但是怎样正确戴近视眼镜呢?很多人因错误的戴镜方法而造成度数增长过快,但可从以下四个方面引起注意。

1.患了近视同时已确诊为真性近视,就应该及时戴合适的近视眼镜加以矫正。一旦配了眼镜,则除了洗脸和睡觉外都应戴着它,以避免眼睛疲劳。有不少家长认为“眼镜度数会越戴越深”,岂不知不戴眼镜时近视度数也照样加深,甚至加深会更快。

2. 300度以下的近视患者应在望远时戴镜,看近处时摘下。因为300度以下患者在看书写字时无须调节便能看清楚,戴上眼镜反而加剧了调节而增加眼疲劳。

3.中高度近视无论看远和看近都必须长期戴镜,走路、骑车和看黑板时都应戴。最好选用渐进多焦点近视镜,因其上下左右有多个焦点,能增进人眼调节,减少视疲劳。

4.专家曾提倡戴老花镜或三棱镜可使度数增长缓慢,如若戴渐进多焦外加三棱雾视治疗镜便可控制度数不再增长,并对假性近视有很好的治疗效果。

(刘成新)



关爱女性健康

●乳腺增生患者要保持规律的生活,调整心态,放松心情,经常参加体育锻炼,但不要让自己过于疲劳。

●保持乳房清洁,经常用温水清洗,注意乳房肿块的变化。

●可以常吃海带、橘子、牡蛎等具有行气散结作用的食物,避免食用生冷和辛辣刺激的食物。

●40岁以上的乳腺增生患者应该每年到医院作一次专科检查,必要时作B超、红外线乳透或钼靶照相检查。

●患了乳腺增生并不可怕,只要能及时准确作出诊断对症治疗是完全可以治愈的。

健康咨询:3338217

外阴疾病 不都是性病

生活中,有的患者得了真菌引起的阴道炎、霉菌性痒痒、红点、丘疹、包皮龟头炎等疾病,心里恐慌,往往到处乱求医,自己乱用药物治疗,有的还讳疾忌医。其实,早发现后严格规范治疗,是可以治愈的。医生劝告:外阴局部痒痒时严禁用手抓,更不能用洁阴产品或肥皂擦洗,这样会隐瞒真正的病情。

垂询电话:3976644 3322774



通过数据看病毒性肝炎

市传染病医院院长 副主任医师 侯瑞芳

我国是病毒性肝炎大国,这已成为不争的事实,但是,情况到底有多么严重,可能了解的人并不多。

1.感染甲型肝炎病毒的人最多,约有80%。也就是说,全国有近10亿左右的人受到过感染。曾受到感染的人当中,90%为隐性感染,真正到医院看病的显性感染的病人不足10%。

2.感染乙型肝炎病毒的人次之,近60%的人感染过乙型肝炎

病毒,其中约有1.3亿乙型肝炎病毒携带者。肝硬化患者的5年肝癌发生率为6%~15%,5年肝功能衰竭的发生率为20%~23%。

3.根据流行病学调查,我国有近4000万的丙肝病毒感染者,人群平均感染率为3.2%,并有逐年上升的趋势。

4.如果把各种病毒性肝炎的感染人数加在一起,我国90%以上的人都曾受到过肝炎病毒的感染。

5.每年因肝病死亡的人数约30万,其中50%为肝硬化及肝癌。

6.我国现有慢性病毒性肝炎病人约3000万以上,大部分是乙型肝炎患者。

7.全世界乙型肝炎表面抗原(HBsAg)携带者约3.5亿人,我国约有1.3亿。

8.我国每年用于治疗病毒性肝炎和相关肝病的医疗费用约500亿元。

以上数字表明,病毒性肝炎是我国发病率最高的传染病,其预防与治疗任重而道远。

市传染病医院3月18日~3月24日在医院门诊和新世纪广场、红旗街、中山、鹿楼、鹤壁集举行“人人参与、爱护肝肝”大型义诊活动。届时有许多优惠措施,请拨打咨询电话0392-3922861。

“大鼎”门窗
安阳“大鼎”门窗公司免漆快装套门398元安装到户!
诚征乡、镇级经销商
地址:安阳市文明大道铁二路
电话:0372-3931128

鹤壁第四媒体

www.hebiw.com

鹤壁市唯一综合性新闻网站

大河鹤壁网

- 需要您的关注
- 欢迎您的合作
- 期待您的参与

- 第一时间发布您的新闻
- 拥有您的新闻页面
- 建立自己的网站
- 合作您擅长的频道
- 维护您的网站
- 发布您的广告
- 建立友情链接

联系电话:

13503929602

2189926

大河鹤壁网QQ群:

37819585



为您服务

详情查询请登录 <http://www.hebiw.com>