

“大开眼界”，一站式了解眼健康

——走进江门市爱尔新希望眼科医院



走进江门市爱尔新希望眼科医院，每一层每一个科室都有属于自己的科普角落，患者就诊时可以通过展板、模型了解各种眼部健康知识。在医院3楼，还有一片小小的科普馆，参观者不仅能通过观看眼健康科普教育动画片，还能在互动答题中学习正确护眼知识，并通过各种眼部结构模型了解自己眼睛里的结构以及各种眼病的成因。

在眼健康科普方面，江门市爱尔新希望眼科医院一直走在前列。作为地市级二级专科医院，该院去年获评“江门市临床重点专科建设项目”，2023年，全院共开展了科普活动153场，其中“走出去”活动53场次，“请进来”活动88场次，线上科普活动12场次，影响人数超18000人，服务人数超10000人，建档患者2000人以上，科普发文110篇，科普发文点击量约35000。

文/图 傅雅睿 左建文

现场科普

如何预防近视?

小朋友要积极关注自身视力状况，自我感觉视力发生明显变化时，及时告知家长和教师，尽早就到眼科医疗机构检查和治疗，还可以通过以下方式预防——

户外运动：积极参加体育锻炼和户外活动，每周参加3次以上中等强度体育活动，养成良好生活方式。行为干预：认真规范做眼保健操，保持正确读写姿势，学会劳逸结合，做到合理作息，养成科学用眼习惯；保持充足睡眠、不熬夜；自觉减少电子产品使用。均衡膳食：少吃甜食，多吃新鲜的瓜果蔬菜。

已经近视怎么办?

对于已经近视的孩子除了做到以上几点外，还可以根据自身情况采取以下方式：

1. 框架眼镜：建议每年至少进行一次复查，及时调整眼镜度数。对于儿童近视患者，至少每半年进行一次复查。
2. 角膜接触镜：包括软性接触镜，可用于近视患者，部分儿童可用于恢复双眼视力等。硬性接触镜(RGP)，近视、远视、散光、屈光参差，尤其是圆锥角膜、不规则散光患者可以优先考虑选择。角膜塑形镜(OK镜)，这是一种逆几何设计的硬性透气性接触镜，通过佩戴使角膜中央的弧度在一定范围内变平，从而暂时性降低一定量的近视度数，是一种可逆性矫正方法。
3. 手术矫正：近视的手术矫正是通过手术方式改变眼的屈光度，主要方法有激光角膜屈光手术和有晶体眼人工晶体植入术。
4. 药物治疗：随着电子产品广泛应用，视疲劳和干眼症发病率逐年递增，儿童近视趋向低龄化发展，呈现小、深、高的趋势，近视防控中药品也占了很大的比例，在临床中效果尤为显著。



江门市爱尔新希望眼科医院的工作人员在为小朋友检查视力。

患者就诊时可以通过展板、模型了解各种眼健康知识。



扫描二维码 看相关视频

“请进来”“走出去”多形式开展科普活动

今年1月，“江门科普‘游’行”第二十八期走进江门市爱尔新希望眼科医院，活动当天，20个年龄在6—12岁之间的小朋友在家长的陪伴下进行了一场奇妙的眼“视”界探索游戏。活动中，眼科专业讲解员组织小朋友进行趣味游戏，通过蒙眼穿衣的过程，让孩子们体验到如果视力减弱甚至失去视力，对生活学习的影响深远，从而启发大家对眼睛的爱护。通过聆听近视防控讲座，家长们消除了对儿童青少年视力问题的盲区和焦虑，小朋友们还换上了小医生专属服装，认真投入小医生角色，开启一场有趣有料“眼科小医生”职业体验之旅。

“儿童青少年时期是眼睛发育、视力变化最快的一个阶段，孩子们通过走进眼科医院开展研学活动，不仅让他们真正感受到‘视觉、听觉、测试’三合一的快乐体验，也能让他们在了解眼健康科学知识的同时感受到科学的魅力。”江门市爱尔新希望眼科医院小儿眼科医师陈志芳说。

其实，除了请参观者进来学习眼部健康知识，多年来，江门爱尔新希望眼科医院坚持“走出去”开展公益科普活动。去年12月24日，爱尔眼科5P近视防控科普大型儿童舞台剧《瞳梦国奇旅》江门站路演巡演首场在江海区景贤小学和广东江门市幼师师范高等专科学校精彩开演，演出以新颖、有趣的形式为孩子们带来近视防控专业知识，让孩子们在娱乐中进一步加强近视防控的重要性。

每到寒暑假假期前夕，江门市爱尔新希望眼科医院会定期到校园开展视力筛查公益活动，“爱护眼小课堂”是标配项目，“我们的讲座内容主要是关于近视的防控，教大家平时怎样护眼，以及平时学生在家读书、写作业时的姿势等注意事项。近视是可以预防的，我们希望更多孩子不要等到近视再来医院就医。”陈志芳说。

扩大群体服务范围 提升全民眼健康意识

走进江门市爱尔眼科科普基地，穿上白大褂，变身“眼科小医生”，在职业体验中，探寻视力背后的秘密，增强爱眼护眼意识。“戴上模拟散光白内障、青光眼等眼部疾病的眼镜，才知道世界会变成什么样子，通过讲解员的讲解，我也了解了更多保护眼睛的知识。”来自蓬江区五年级学生谭懿恩通过在江门市爱尔眼科科普基地一天的学习，收获满满。

一直以来，江门市爱尔新希望眼科医院致力于面向青少年开展眼健康科普活动，使他们从小防控近视是该院科普工作的一项重要任务。为此，该院自2018年启动江门市儿童青少年近视调查项目，对江门地区2万多名中小学学生进行了视力筛查，筛查后进行线上近视防控直播讲座；举办“小小眼健康科普讲解员”评选，让孩子们成为江门市科普基地代言人，积极参与视力保卫战，增强孩子演讲能力、社交能力，深受家长好评。此外，还有开学第一课、小小眼科医生、5P近视防控运动会、66爱眼日系列活动等，都是该院一直坚持开展的科普项目，经过多年深耕，与时俱进，不断改进优化流程与内容，有口皆碑。

在成人眼健康科普方面，2023年该院引进了爱尔康ex500，开展“精雕C+”激光手术，这种术式是点对点进行激光，以每秒20000点进行切割，使近视手术成为医疗级别，拥有近视矫正全解决方案。针对广大近视患者，该院举行了“高考志愿讲座”“精雕个性化近视手术系列升级成果展”(江门站、开平站)、圆梦计划等活动，传播正确的近视矫正知识，为江门五邑近视朋友带来福音。

随着“读屏”时代到来，无论是年轻人还是老年人，甚至小孩子，长期接触电子产品已成为习惯，这也是近年来患上“干眼症”人数直线上升的原因之一。在“1010”干眼关爱日，江门市爱尔新希望眼科医院制作发布了一系列视频，其中包含院长科普视频、案例科普视频；开展“5大人群干眼关爱计划”，制定不同活动，如现场打卡分享、摊位熏蒸体验等，希望通过活动，能为广大群众普及干眼知识，拥有明亮双眸。

此外，江门爱尔新希望眼科医院还坚持到五邑各个乡镇，为各村的老人们进行眼健康查，其间，不断向村民灌输正确的眼健康知识，修正以往老人对白内障等疾病的刻板印象。同时，在社区开展广场舞大赛、飞白技术成果展(江门站、开平站、江海站)以及日常举办的每周“透明手术日”观摩会、眼健康社区专场讲座等，为老人广泛传播眼健康知识。

寻找2024年江门“科普之星”

优秀选手将参加省级比赛

2024年寻找江门“科普之星”系列活动来了！参与大赛报名者有机会结识更多的科普达人，更有机会在舞台上迸发光彩，体验科普的无穷魅力。据悉，本次寻找江门“科普之星”系列活动旨在普及科学知识、弘扬科学精神、传播科学思想、倡导科学方法，提升公众尤其是青少年的科学素养水平，营造热爱科学、崇尚创新的良好社会氛围，培养青少年科普人才，并选拔优秀选手参加省级比赛。

活动时间从2024年3月持续至7月。内容包括举办2024年江门市青少年科普讲解大赛、江门市“气象小主播”大赛、江门市科普剧大赛、江门市中小学“奇妙英语”科普挑战赛，各项比赛设置一、二、三等奖和优秀奖，每项比赛冠军当选江门“科普之星”，并选拔推荐优秀选手参加相关省级比赛。

每项比赛冠军(排名第一)都将荣获江门“科普之星”，由中共江门市委宣传部、江门市文明办、江门市科学技术协会、江门市教育局、江门市科学技术局、广东省江门市气象局、江门市文化广电旅游体育局、共青团江门市委员会联合授予荣誉证书，在江海区科技馆荣誉展示并获奖品。

具体赛事安排可关注“江门科普”“江门科普传媒集团”“江海区科技馆”微信公众号。(傅雅睿)

江门市第七届青少年机器人竞赛将于4月举行

有意参赛者可联系当地科协获取报名方式

日前，记者从市科协获悉，江门市第七届青少年机器人竞赛将于4月下旬在江门市青少年宫举行。本届江门市青少年机器人竞赛，是面向全市中小学生在课程中的多学科知识和技能融入竞赛过程中，激发学生工程技术的学习兴趣，培养学生的创新意识、动手能力和团队精神，为广大青少年提供激发智慧、催生创新的舞台。

凡是赛前在校就读，具有本市学籍的中小学生在(包括中专、中技、中师、中职)以及青少年宫学生均可报名参赛(组别与学籍相符)。大赛设立“夺宝奇兵”“红色之旅”“天宫建设”“使命召唤”“智慧城市”“机器人绘画”等六大赛项，分为高中、初中和小学三个组别项目。各组别分设一、二、三等奖，并择优推荐参加上级对应竞赛活动。如单项组别不足5支队伍或少于2所学校，则取消该项比赛，直接推荐至省赛。

目前，大赛已开放报名，有意向的参赛选手可联系当地科协获取报名方式。(傅雅睿)

江门人寿开展3·15金融消费者权益保护宣传活动

提升消费者金融素养及安全意识

为切实提升消费者金融素养及风险防范意识，在国家金融监督管理总局江门分局的指导下，3月12日，中国人寿江门分公司(简称“江门人寿”)联合广发银行江门分行、国寿财险中心支公司在天福社区举办3·15金融消费者权益保护教育宣传活动。

活动设置了《国寿消保说》《明明白白消保》等特色节目，面向消费者宣传金融知识，精彩的节目赢得满堂掌声。此外，现场还设置了咨询台，通过向周边居民派发金融知识宣传传单，现场解答居民的疑难问题，让更多消费者了解如何保护自己的消费权益，提升消费者的金融识别防骗能力，增强自我保护意识。同时，通过“金融知识抛色子”“金融知识转盘”“反诈知识套圈游戏”等趣味游戏，加强与群众的互动交流，切实将金融知识巧妙融入互动环节，寓教于乐，让消费者在轻松愉快的氛围中学习金融知识。

江门人寿将持续开展形式多样的消费者金融宣教活动，营造“学金融、懂金融、信金融、用金融”良好氛围，让金融知识融入消费者生活，提升消费者金融素养和金融安全意识，增强依法维权意识和能力。(傅雅睿)

江门人保财险为春耕生产提供风险保障

护航春耕 服务“三农”

3月5日，江门市春季农业生产暨支农服务下乡现场会在台山中国农业公园(都斛镇)举行，人保财险江门市分公司(简称“江门人保财险”)受邀参加本次活动。

在现场，工作人员通过摆放宣传展架、发放宣传折页等方式，耐心向农户讲解2024年政策性农业保险政策和产品内容的新变化，深入宣传惠农政策、政策性农业保险及相关金融知识，现场发放涉农宣传资料1000余份，收获现场市民一致好评。下一步，中信银行江门分行将积极承担社会责任，强化消保宣传工作，坚持以人民为中心，切实保护金融消费者权益，推进金融知识普及及宣传，提升金融消费者的安全意识和自我防护能力，为江门市经济高质量发展贡献金融力量。

“近年来，江门人保财险积极发挥农业保险‘压舱石’的作用，持续推动水稻、蔬菜、生猪、肉鸡、水产等关系到人民群众‘米袋子’‘菜篮子’‘肉案子’等重要农产品保险的发展，2023年累计为江门市8.5万户次农业生产经营者提供农业生产风险保障金额超74.6亿元，风险保障金额同比提升17%。”江门人保财险相关负责人表示。

下一步，江门人保财险将持续构建农业“保险+信贷”一体化服务体系，为春耕生产提供全面的风险保障，为粮食生产开好头、起好步和粮食丰收夯实基础。(傅雅睿)

江门企业第23次牵头举办海豚超级杯全国锦鲤公开赛

提升“江门造”品牌影响力

江门日报讯(记者/吕胜根)提升品牌影响力，推动行业新发展。近日，第23届南海花博园海豚超级杯全国锦鲤公开赛在佛山市南海区里水镇花卉博览园举行。这也是江门企业海豚水族有限公司第23次牵头举办此类观赏鱼行业全国性赛事。该公司董事长林能表示，希望通过举办全国锦鲤公开赛活动，进一步提升观赏鱼养殖技术，推动行业发展，同时将“海豚”这一“江门造”品牌推向全国。

据悉，第一届海豚超级杯全国锦鲤公开赛于2013年在江门举行，那火爆的场面、热烈的气氛，让许多业内人士至今仍记忆犹新。此后，在海豚水族有限公司的坚持和努力下，赛事不断完善，规模越来越大，并走出江门，在广州、上海、天津、济南、石家庄、沈阳、佛山等全国9个城市举办过比赛，进一步扩大了“海豚”品牌的社会影响力。

高品质的产品加上赛事宣传，促进了海豚水族有限公司的发展。该公司各种规格的观赏鱼粮、新型高端鱼粮、高端水质处理剂等产品已渗透到全国各地1000多个水族市场，每个省市均设立了代理商，零售网点超1万个，国外也销售到欧洲和东南亚市场，在行业内有着很高的知名度、很好的美誉度。

本次大赛由海豚水族有限公司与广东花博生态产业有限公司等共同主办。来自全国各地观赏鱼养殖企业、水族器材生产领域50多家企业参与，参赛锦鲤达1000多尾，其中不乏身价过百万的名贵锦鲤。大赛邀请了来自中国、荷兰、马来西亚等7个国家20多名国际裁判。经过激烈的投票角逐，全场总冠军由一尾80厘米“昭和三色”锦鲤夺得。

“请进来，带出去！”林能说，打响江门制造品牌是江门企业义不容辞的责任。公司一直致力于将中国观赏鱼及中国观赏鱼粮推向全国、推向全球，希望为相关行业发展多做点实事。海豚超级杯全国锦鲤公开赛还会继续办下去。

践行金融为民初心 守护百姓“钱袋子”



活动吸引不少市民到场参与。

江门日报讯(文/图 记者/陈倩婷)为大力弘扬和培育新时代雷锋精神，发挥新时代文明实践作用，推动全市形成“人人学雷锋，时时学雷锋”的良好氛围，近日，我市在新会区人民会堂广场开展2024年“学雷锋，文明实践我先行”主题系列活动。人民银行江门市分行和中信银行江门分行以此为契机，联合举办“践行人民金融性，守护百姓‘钱袋子’”金融知识普及宣传活动，聚焦“一老一小一残”等群体，深入宣传反电信网络诈骗、反假货币、反洗钱知识、抵制非法集资、不宜流通人民币知识等，提高社会公众防范风险和正确使用金融服务的意识，全力维护金融消费者合法权益。

活动现场，设有线上答题环节，鼓励市民通过手机扫二维码答题，答题满分的市民即可获得现场送出的小礼品一份。采用问答形式，帮助市民巩固金融基础知识，更好地维护自身金融合法权益，现场气氛热烈，吸引广大市民前往参与。

在人民银行江门市分行的指导下，中信银行金融知识宣传志愿者以喜闻乐见的科普形式，为现场市民普及当前常见的新型电信网络诈骗典型案例，对案例的手法和套路进行剖析并讲述反诈的相关知识，重点普及安全用卡常识、个人隐私信息保护等。鉴于现场老年人较多，志愿者以发放宣传折页的形式，向老年人介绍多种类型的养老诈骗典型案例，针对部分不识字、不会使用智能手机的老年人，志愿者耐心讲解养老诈骗“套

路”手法及危害，提醒老年人要牢记“三不三要”，不贪小便宜，不轻信他人，不轻易转账，遇事要和子女多沟通，要选择合法的金融机构，要增强法律意识和防骗能力。

据悉，此次金融知识普及宣传活动有效激发了社会公众学习金融知识的热情和兴趣，现场参与人数达300余人，发放宣传折页达400余份，收集答题问卷达200余份，收获现场市民一致好评。下一步，中信银行江门分行将积极承担社会责任，强化消保宣传工作，坚持以人民为中心，切实保护金融消费者权益，推进金融知识普及及宣传，提升金融消费者的安全意识和自我防护能力，为江门市经济高质量发展贡献金融力量。

农行江门分行成功投放全市首批房地产融资协调项目贷款8000万元

为认真贯彻落实江门市政府关于房地产融资协调机制会议精神，精准对接房地项目融资需求，农行江门分行组建城市房地产融资协调机制专班，积极配合住建局制定江门市房地产融资协调机制的支持标准和分类条件，了解房企的项目融资需求和按揭需求，鼓励房企申报加入江门市房地产融资协调机制优先支持白名单。近日，该行通过上下联动、平行作业，提高信贷审批效率，及时办理行业限额解锁，成功向城市房地产融资协调机制项目发放江门市首批落地融资项目贷款8000万元。

该行相关负责人表示，农行江门分行将紧跟政府工作部署，加大金融支持力度，积极满足合理的融资需求，不断增强金融服务的可及性和便利度。(千青)



中国农业银行
AGRICULTURAL BANK OF CHINA