

暑假狂刷屏 眼睛易“干旱”

医生提醒：警惕孩子患上干眼症、结膜炎



江门日报讯(文图 记者 傅雅蓉)暑假期间,孩子们的休息时间多了,可眼睛却更“忙”了,看书追剧、看奥运比赛、刷手机视频……导致一些孩子的眼部健康亮起了红灯。“进入7月,眼科门诊干眼症患者一下子多了起来。如今,干眼症患者群体正从成人扩展至学龄儿童,儿童患者在门诊中几乎占了三分之一。”江门五邑爱乐新希望眼科医院主任医师黎小妮告诉记者。

干眼症也被称为“角膜干燥症”,它是由泪液分泌不足、泪液蒸发过快过多、泪液成分异常等因素,导致泪膜的稳定性降低,而出现的眼部不适、眼表病变。干眼症的典型症状包括眼睛干涩、疲劳、异物感,部分小孩会有频繁眨眼,还会出现畏光、怕风、刺痛、眼痒、灼热感、酸胀感等,严重者会出现眼睑红肿、结膜充血、水肿,角膜上皮脱落,甚至角膜溃疡、感染,导致睁眼困难、视力下降等。

好发于成人的干眼症,怎么“盯”上孩



医院眼科门诊来了不少患儿。

子了呢?

事实上,由于儿童用眼不当,加之其表达能力弱、检查配合度低、人们对儿童干眼症的发病因素认识不足,致使越来越多的孩子出现了类似于成年人干眼症的临床表

现。一些患儿还伴有眼睛痛痒、红肿甚至视力波动等症状,与过敏性结膜炎症状极为相似,容易出现误诊、漏诊。

对此,黎小妮提醒广大家长和老师:首先,要增强对儿童干眼症的认识,了解和掌

握该病基本症状,发现孩子出现问题及时送医。其次,要改善学习和生活环境,教室和居室的光线应保持充足,避免光线过强或过弱;所处环境应干净整洁,尽量排除灰尘、油烟和花粉对眼睛的干扰。第三,要合理用眼,养成良好的用眼习惯,定时休息,连续看书写字的时间不宜过长,尽量远眺让眼睛放松。最后,还要避免长时间接触视频终端设备。

正值暑假,游泳成为孩子们喜爱的运动之一。对此,黎小妮提醒,若在不清洁的水体中游泳,容易因病原微生物感染引起结膜炎,发病通常比较急,主要表现为畏光、眼睛明显充血,有眼痒、异物感或灼烧感,伴随分泌物增多,可单眼或双眼发病,多数为双眼先后发病,若累及角膜,会有视力下降的现象,应及时去医院检查治疗。

“一旦发现孩子眼睛不适一定要及时就医,不可擅自使用滴眼液,以免形成长期依赖。”黎小妮说,日常饮食中要注意多饮水,多食用富含维生素A、叶黄素、花青素的食物,如鸡蛋、猪肝、胡萝卜、番茄、南瓜、菠菜、蓝莓、桑葚等,饮食均衡,多吃新鲜蔬菜水果,也有助于改善干眼症状。

拍CT可能引发致癌风险?

医生:加强防护,不必“谈辐射色变”



群,更应谨慎考虑是否进行放射检查。

此外,在放射诊疗过程中,设备曝光产生的辐射水平高低主要由其曝光参数(管电压、管电流、曝光时间、照射野面积等)决定,一般来说,曝光条件越高,产生的辐射水平越高。对确实具有正当理由需要进行的医用X射线诊断检查,应遵从放射防护最优化的原则,即在保证曝光图像质量的前提下,降低曝光产生的辐射剂量,减少患者身体受照面积,尽可能避免带来的潜在不良健康效应。

值得一提的是,近年来一些高端体检项目开始将CT扫描纳入普通成年人的体检范畴。李嘉辉提醒,从放射防护的角度来看,这种做法可能会导致受检者接受不必要的较高剂量辐射。

李嘉辉表示,如今医用辐射与人们日常生活的关系越来越密切,不必“谈辐射色变”。据介绍,医用辐射是指特定用于以医学诊疗为目的的电离辐射,其中包括两个方面:一个是放射诊断,常见的有数字胃肠透视、DR(拍片)、CT扫描、牙科类(牙片、全景及CBCT)、DSA血管造影等;另一个是放射治疗,主要包括核医学、医用直线加速器、后装治疗机及其他放射治疗辅助设备。

医用辐射也是把双刃剑,虽然它在诊断和治疗疾病方面发挥着重要作用,但同时也可能对患者的健康造成一定影响。李嘉辉提醒,医疗照射对受检者带来的健康效应也不容忽视,医疗照射牵涉到每一个受照者,公众要加强防护意识,医疗机构在开展放射诊疗活动中必须充分考虑其必要性,并且与患者进行充分的沟通,确保每一次辐射应用都是基于对患者利益的最大化考虑。

根据《放射诊断放射防护要求》(GBZ 130-2020),采用X射线检查应经过正当性判断,优先选用非X射线的检查方法,对不符合正当性原则的,不应进行X射线检查。

“这意味着,只有在确认医疗辐射对患者的潜在收益大于其可能造成的健康风险时,才能进行X射线检查。”李嘉辉补充提醒,特别是对于儿童、孕妇或准备怀孕女性等敏感人

群,更应谨慎考虑是否进行放射检查。

此外,在放射诊疗过程中,设备曝光产生的辐射水平高低主要由其曝光参数(管电压、管电流、曝光时间、照射野面积等)决定,一般来说,曝光条件越高,产生的辐射水平越高。对确实具有正当理由需要进行的医用X射线诊断检查,应遵从放射防护最优化的原则,即在保证曝光图像质量的前提下,降低曝光产生的辐射剂量,减少患者身体受照面积,尽可能避免带来的潜在不良健康效应。

值得一提的是,近年来一些高端体检项目开始将CT扫描纳入普通成年人的体检范畴。李嘉辉提醒,从放射防护的角度来看,这种做法可能会导致受检者接受不必要的较高剂量辐射。李嘉辉表示,如今医用辐射与人们日常生活的关系越来越密切,不必“谈辐射色变”。据介绍,医用辐射是指特定用于以医学诊疗为目的的电离辐射,其中包括两个方面:一个是放射诊断,常见的有数字胃肠透视、DR(拍片)、CT扫描、牙科类(牙片、全景及CBCT)、DSA血管造影等;另一个是放射治疗,主要包括核医学、医用直线加速器、后装治疗机及其他放射治疗辅助设备。

医用辐射也是把双刃剑,虽然它在诊断和治疗疾病方面发挥着重要作用,但同时也可能对患者的健康造成一定影响。李嘉辉提醒,医疗照射对受检者带来的健康效应也不容忽视,医疗照射牵涉到每一个受照者,公众要加强防护意识,医疗机构在开展放射诊疗活动中必须充分考虑其必要性,并且与患者进行充分的沟通,确保每一次辐射应用都是基于对患者利益的最大化考虑。

根据《放射诊断放射防护要求》(GBZ 130-2020),采用X射线检查应经过正当性判断,优先选用非X射线的检查方法,对不符合正当性原则的,不应进行X射线检查。“这意味着,只有在确认医疗辐射对患者的潜在收益大于其可能造成的健康风险时,才能进行X射线检查。”李嘉辉补充提醒,特别是对于儿童、孕妇或准备怀孕女性等敏感人

群,更应谨慎考虑是否进行放射检查。

此外,在放射诊疗过程中,设备曝光产生的辐射水平高低主要由其曝光参数(管电压、管电流、曝光时间、照射野面积等)决定,一般来说,曝光条件越高,产生的辐射水平越高。对确实具有正当理由需要进行的医用X射线诊断检查,应遵从放射防护最优化的原则,即在保证曝光图像质量的前提下,降低曝光产生的辐射剂量,减少患者身体受照面积,尽可能避免带来的潜在不良健康效应。

江门市第二人民医院挂牌广东省营养健康食堂 助力提升群众营养健康素养



江门市第二人民医院食堂的食材采购、烹饪加工、菜品设计、餐具消毒均按照合理、科学的标准执行。



江门日报讯(文图 记者 梁爽 通讯员 曹昆恒)近日,江门市第二人民医院食堂申报成为试点建设餐饮单位,并举行了“广东省营养健康食堂”授牌仪式。

在前期调研期间,广东省专家组针对食堂管理、人员培训与考核、营养健康教育、配餐与烹饪要求、供餐服务等多方面进行现场指导,对该院创建“健康食堂”工作成效给予了肯定,并指出改进方向。

授牌仪式上,江门市卫生健康局相关负责人表示,该院作为江门市首批示范单位,要以此为契机,始终秉持“以人民健康为中心”的理念,不断强化营养健康服务意识,传播营养健康知识,将营养健康食堂建设作为提升群众营养健康素养的重要载体。

记者了解到,江门市第二人民医院食

堂从食材采购、烹饪加工、菜品设计、餐具消毒均按照合理、科学的标准执行。针对住院患者,以低糖低盐低油的方式提供膳食,大力推行“三减”工作。此外,为增加菜品种类,丰富味蕾,江门市第二人民医院联合江门市技师学院打造“粤菜师傅传承实践基地”,根据四季气候特点研发以“老人康养”为主的菜品及汤品。

据介绍,江门市第二人民医院将继续致力在营养健康方面进一步提升菜品质量,更加注重食材的新鲜度、多样性与营养价值,引入更多低油、低盐、低糖的烹饪方式。此外,该院还计划定期邀请营养师对菜品进行专业评估,并根据评估结果不断调整和优化菜单,以提供更加科学、合理的膳食搭配,更好地满足患者与医护人员对健康饮食和营养的需求。

江门市技师学院

国家重点 公办院校

学院始建于1963年,是全国首批国家级重点技校、技师学院、国家高技能人才培训基地、全国一体化教改示范单位、全国就业先进工作单位、全国职工教育培训示范点、广东省“校企双制”示范校、广东省高水平技师学院创建单位。学院被誉为江门侨乡工业战线的“黄埔军校”“广东技工教育的一面旗帜”。

学院设有先进制造系、汽车工程系、传媒设计系、财经管理系、机电工程系、现代服务系、信息技术系等教学系,开设30多个专业,在校生1万余人。学院与200多家企业建立良好的校企合作关系,毕业生就业渠道多、质量高,供不应求。

报读江门市技师学院

技能成就美好人生

技能学历双丰收

全日制证书 可考编入伍

高级工(大专) 预备技师(本科)

就业抢手待遇好

技能在手,就业创业无忧

实用顶用,待遇高前景好

全国县镇、农村户籍学生
可申请**免学费**就读

学院微信公众号 扫码报名

联系电话:
0750-3881213 18026881840

全力支持江门市创建国家食品安全示范城市

吃得放心 有你有我

江门市创建国家食品安全示范城市工作领导小组办公室
投诉举报电话: 12315