

市中心医院儿科医学中心搬新家了

邵阳日报7月18日讯（记者 陈貽贵 通讯员 李文娟 孟天笑 实习生 吴刚） 7月18日一大早,市中心医院儿科医学中心大楼里已是人声鼎沸,医护人员推着平车转运患儿、搬运医疗设备和物品。

当天,该中心医护人员全体出动,按照定好的搬迁方案有序搬迁。7时整,儿科医学中心四楼儿科重症医学科(PICU)首先进行搬迁,随后儿科一、二、三病区相继搬迁入住。8时06分,患儿全部安全转运至新病房,医疗设备和物品送到了各个办公室和病房内。干净整洁的办公环境、宽敞明亮的病房、可爱温馨的卡通壁纸,让刚搬进新“家”的医护人员、患儿及家属高兴不已。“这里空气新鲜,环境也好,很舒服!”7岁半的患儿何明达坐在一楼新病床上,忍不住赞叹道。

儿科是市中心医院三个省级临床重点专科建设项目之一,分设门诊急诊综合科、儿科普通病区、儿科重症医学科(PICU)和儿童保健康复中心四个区域,现为湘西南地区规模最大、设施先进、技术力量雄厚的医学中心,市卫生系统唯一一个“国家级青年文明号”单位。

市中心医院儿科医学中心主任、主任医师黄晓强介绍,儿科之前的环境、条件已经不能适应儿科事业的发展,于是院领导决定将儿科搬迁至新的病房。新的儿科楼按照儿科亚专业发展分为四层楼,一楼为神经综合区病房,二楼为消化综合区病房,三楼为呼吸区病房,四楼为重症监护室病房。儿科也更名为儿科医学中心。



医护人员在转运患儿。
陈貽贵 摄



PICU新病房。 陈貽贵 摄

黄晓强说,搬进新家后,儿科普通病房床位由原来的60张增加到105张,重症监护室床位由原来的22张增加至26张。住院环境好了,患儿的舒适度也随之大幅提高了。更重要的是,一年前他们就根据亚专业发展方向开始着手人才和技术储备,神经、

消化和呼吸等亚专业的学科发展,有利于提高医护人员专业化水平,提升医疗服务质量。今后,将按新的分区收治住院患儿,更好地为广大患儿服务。

医护日记

手机通话辐射可能影响青少年记忆力

新华社7月20日电（记者 刘曲） 瑞士研究人员最新发现,长期使用手机产生的射频电磁场可能对青少年特定脑区的记忆能力发展产生不良影响。专家建议,用手机通话时最好佩戴耳机或开启扬声器,以降低高频辐射对人体健康的损害。

研究人员调查了约700名12岁至17岁的瑞士青少年,对他们在一年内接触手机产生的射频电磁场与记忆力表现之间的关系进行了研究。

结果显示,在经常使用手机接听电话的右侧头部,射频电磁场对图形记忆功能产生了负面影响。

研究人员认为,图形记忆能力主要由右脑半球负责,如果大脑经常受到高频电磁场的影响,对客观事物的形状、大小、颜色等具体形象的记忆能力将会降低。不过,研究发现,与手机通话相比,用手机发送短信、玩游戏或浏览互联网则对青少年记忆力发展并没有明显影响,这可能是因为这类操作产生的射频电磁场相对微小。

研究人员表示,射频电磁场对大脑的潜在影响是相对较新的科研领域。2015年时,一项类似研究也曾得出结论,认为手机通话产生的射频电磁场对青少年大脑有负面影响。

预防近视要从小做起

随着家长对孩子学习要求的不断提高,越来越多的孩子早就戴上了眼镜。暑假期间,邵阳爱尔眼科医院的配镜大厅里就迎来了许多尚在读小学的孩子。该院小儿眼科主任医师王业兴提醒各位家长,孩子过早进行系统阅读,更容易诱发近视发生。

从目前研究来看,近视无非是由遗传和环境两个因素导致,可能与种族遗传的敏感程度有关,相对于欧美不少国家的孩子,亚洲儿童及青少年居高不下的近视发生率主要与学习竞争太激烈、高强度学习下强迫用眼有关。

小儿正规阅读提前,导致近视发生比例显著增加,而且近视的发生可能也越早,而青少年视力在不断发展发育,很有可能近视度数逐渐加深从而发展为高度近视患者。

近视虽然不致命,但对视力的影响是很严重的。孩子近视大部分都是假性近视,如果不控制,不矫正,就会发展为真性近视。并且,一旦达到高度近视,会引发视网膜脱落等严重的致盲眼疾。所以,如果发现孩子有近视的情况,需要及时矫正治疗。

培养良好的用眼习惯极其重要。为此,王主任为大家提出四点建议:1.儿童书桌最好摆在窗前,灯光以日光灯与白炽灯混合为最好。2.用眼每半个小时就要休息一会儿,例如:闭闭眼、远眺、做眼保健操等。3.不要躺着或者在较暗的灯光下看书,眼睛与书要保持适当的距离,一般以30厘米为最佳。4.多补充含有维生素A、维生素C和β-胡萝卜素的食物。

（刘敏 车文瑜）

市教育局发布《夏季中小學生食品安全十注意》

邵阳日报记者 李超

通讯员 于勇 实习生 瞿立政 刘言

7月17日,由国务院食品安全办等19部门联合开展的2018年全国食品安全宣传周正式启动,掀起了食品安全宣传的新高潮。7月19日,市教育局发布了《夏季中小學生食品安全十注意》,要求各级各类学校通过网络,将夏季食品安全知识转发到各家长群,并由家长督促学生们学习夏季食品安全知识,从而提升学生的食品安全防范意识和防范能力。

夏季中小學生食品安全十注意包括:
注意一:要有固定生产经营场所、证照齐全正规的生、经营单位采购食品,查明生产日期、保质期和厂名厂址等,发现食品安全问题,及时举报。购买生鲜肉类,注意查看经销商提供的有效检验检疫合格证明。

注意二:剩饭剩菜要冷藏,冰箱要清洁。夏季气温高,食品易变质,剩余饭菜冷却后要及时放入冰箱保存。冰箱的低温只能延缓细菌生产繁殖的速度,推迟食品变质的时间,不会杀灭细菌,所以不宜长期保存食品。冰箱要经常除霜、清洁、消毒。从冰箱中取出的冷藏食物要重新烧煮透彻后再食用。对于荤菜和荤汤,食用后要加热烧

开,待冷却后放入冰箱。

注意三:四季豆、扁豆等豆类蔬菜要充分烧熟煮透。四季豆加工制作中如没有充分加热、彻底熟透就会引起中毒,表现为恶心、呕吐、腹痛、腹泻等胃肠炎症状。马铃薯中含有一种叫“龙葵碱”的毒素,一般成熟马铃薯的龙葵碱含量很少,不会引起中毒。但皮肉青紫发绿不成熟或发芽的马铃薯中,尤其在发芽的部位毒素含量高,吃了就容易引起中毒。使用马铃薯加工食品时,一定要挑选未发芽的,以有效预防和避免发芽马铃薯中毒的发生。

注意四:谨慎购买生拌、冷拌食品,不食或慎食生拌、冷拌食品,不生食或半生食海产品和水产品,不喝生水,不吃腐败变质和不洁食品。

注意五:夏季饮食以清淡、苦寒、丰富营养、易消化的食物为佳,不要食用黏腻食品,不宜过饱过饥。夏季酷暑炎热、高温湿重,吃苦味的食物能清泄暑热,可健脾,增进食欲。夏季汗多易伤阴,食酸性食物能敛汗。

注意六:夏天食用卤菜要注意。一要到正规的卤菜店购买,正规卤菜店的切菜间或者配菜间都装有空调,这就使销售的卤菜有了一定的安全保障;二要注意购买的量不要太多,能满足一餐的需要即可,如果

有剩余,一定要及时冷藏。

注意七:夏季失水多,应多喝水,且以温水为宜,每天要喝七八杯白开水。水维持着人体正常的生理功能,在人体内起着至关重要的作用,所以,身体要随时保持水分和补充水分。夏季失水比较多,若不及时补水就会严重影响健康,易使皮肤干燥。矿泉水、冷茶、牛奶、苹果汁是理想的解渴饮料。

注意八:少吃街头冷饮。进食不洁冷饮、冷食,是夏季食物中毒的一个重要原因。因此,不要购买颜色鲜艳的冷食,也不要购买无证摊点经营的冷饮。

注意九:预防野生菌中毒。夏秋季节是食用野生菌中毒的多发期。因此,要注意不采摘或选购自己不熟悉的菌类,尤其是颜色鲜艳的。食用野生菌不要混杂,最好每次食用一种。加工时应先放在沸水中煮3至5分钟,捞出后用清水漂洗后再炒食。食用野生菌后如有恶心、头晕、呕吐、视物不明或幻视幻听等症状,应立即前往医院治疗。严禁学校学生食堂加工食用野生菌。

注意十:做好家庭防蝇、防生、防污染等卫生措施,防止群体性食物中毒事件发生。养成良好的个人卫生习惯,就餐前后勤洗手,接触动物和动物食品后及时洗手;保持家庭室内外清洁卫生,保持室内空气流通。

三伏天“三高”人群警惕“热中风”

三伏天是一年中最热的时候,易引起中暑,有高血压、高血糖、高血脂的“三高”人群,更是“热中风”高发。专家提醒,对“三高”人群不要误将“热中风”当成中暑,以免耽误治疗。

孙爹爹今年63岁,三年前查出高血压,但他一直觉得没什么明显症状,根本没当回事。17日15时,出门办事的他刚走出楼栋不远就突然感到头昏目眩,左半边肢体麻木无力,没多久就倒在地上。路过的街坊邻居以为他中暑了,有的掐人中穴,有的拿扇子给他扇风,还有的买来矿泉水喂给他喝。

最后,有人拨打120急救电话将他送到武汉市中心医院后湖院区。经过检查,他被诊断为早期急性脑梗造成的中风,根本不是中暑。医生及时通过药物治疗,控制了病情。

武汉市中心医院后湖院区神经内科主任经屏介绍,夏天发生的中风俗称“热中风”。“热中风”多发生在本身已有高血压、高血脂、高血糖等脑血管病危险因素的人群。夏季人体大量出汗后大量丧失水分,如未得到及时补充,使血容量减少、血液变稠、血循环减缓,易形成血栓堵塞脑血管引起中风。

专家提醒,要预防“热中风”,有高血压、高血脂和高血糖等基础性疾病者要注意控制好“三高”,饮食上尽量清淡,适当多喝水,戒烟戒酒,少熬夜,防暑降温。一旦感觉闷热难受,突现一闪而过的头痛、头晕、眼花、言语不清及半身麻木、肢体感觉异常等现象,不要以为是天热吃不好、睡不好或中暑等原因造成的,应及时到医院就诊。

（黎昌政）

省内多名眼科专家汇聚宝庆传经送宝

邵阳日报7月21日讯（记者 刘敏 通讯员 谢枫 实习生 姚昕每） 7月21日-22日,由邵阳市医学会眼科专业委员会、邵阳爱尔眼科医院联合举办的2018年全市眼科学术年会暨爱尔眼科邵阳医院乔迁庆典在邵阳爱尔眼科医院隆重举行。来自省内的数名眼科专家以及全市各县(市、区)、乡镇基层医院的近百余名眼科同仁齐聚一堂,共享盛会。

邵阳爱尔眼科医院自2008年4月成立,已走进第10个年头。今年5月19日医院整体搬迁,面积由当初不足2000平方米发展成如今面积8000多平方米,拥有五层楼、9个眼全科学项目,100张病床的现代化综合眼科医院。医院能独立开展全飞秒激光近视、 “焕晶”白内障手术、25G微创眼底玻切等高精尖手术。近年来,医院积极投身社会公益事业,以恢复患者的眼睛健康与光明为己任,始终奋战在防盲治盲一线。据今年3月发布的中国白内障复明手术报送情况显示,2017年,邵阳爱尔眼科医院共完成防盲手术4397例,占邵阳市区防盲手术的78%。同时,医院还先后成为邵阳市残联白内障救助定点医院、邵阳市慈善总会白内障救助定点医院、邵阳市扶贫办白内障救助定点医院。

此次学术年会通过两天的学术交流,将对我市眼科专业提升和学科建设起到很重要的推动作用。会上,省医学会眼科专业委员会主任委员、中南大学湘雅医院眼科主任夏晓波、省人民医院眼科主任段国平、湘雅附二眼科教授谭浅、省儿童医院眼科主任陶利娟等业界专家分别就玻切术后高血压的处理、白内障手术眼内炎的防控以及人工晶体植入术、儿童眼健康等社会大众热切关注的问题作了精彩课题讲解与交流讨论。



学术年会现场,夏晓波作课题演讲。



活动现场