

“老眼昏花”年轻化

浙江省立同德医院眼科主任医师 王斌

大部分人在40~45岁出现老花眼，但现在有些人不到40岁，就已经步入老花行列。

人年轻时晶状体柔软富有弹性，可以随时变厚变薄，看近物时有很好的调节能力。随着年龄的增长，晶状体渐渐硬化，丧失了柔软度及弹性，看近的物体时，晶状体的调节

能力降低，无法准确地聚焦于视网膜上，而会有“雾里看花”的感觉。

近距离阅读模糊、疲劳、酸胀、多泪、畏光、干涩及伴生头痛等都是老花眼的症状。即使注意保护眼睛，眼睛老花的度数也会随着年龄增长而增加，一般是按照每5年加深50度的速度递增。如果硬

撑着不戴老花镜来矫正视力，反而加重眼睛负担，产生如头痛、眉紧、视物模糊等视力疲劳症状。

推荐一款枸杞茶防治老花眼：白菊花、枸杞子各5克，用开水冲泡，代茶饮，每日1剂，坚持服用3个月，有滋补肝肾、清肝明目的功效，尤适宜老花眼视物不清者。



南方医科大学麻醉学院院长、南方医院麻醉手术中心主任、第三届国之名医·优秀风范获得者刘克玄从事麻醉工作30余年，累计完成手术麻醉30000余例，其中40%是急危重症及重大手术患者。他在国内率先引入加速康复外科、可视化技术、大数据等发展理念，在几年内将科室建设成为国内建制最齐全的麻醉学科平台之一。刘克玄指出，麻醉医学的发展跟每个人息息相关。近年来，在女性分娩、胃肠镜检查、顽固性失眠的治疗、渐冻症诊疗等领域，麻醉治疗学正为越来越多患者解除病痛。图为刘克玄在工作。

李晓珊报道

相关阅读：年轻人“老花”是调节性功能衰退

老花眼年轻化，主要是由于人们长时间使用手机、电脑等电子设备，导致眼睛在看近处物体时易疲劳，甚至引发视觉困难。人们会发现自己无法像以前那样轻松聚焦到近

处物体上，需将物体移至更远的地方才能看清，且出现眼部不适、酸胀、头痛等的症状。

复旦大学附属眼耳鼻喉科医院眼科副主任医师许焯表示，这种情况更适合用

“年龄相关的调节功能障碍”或“近疲劳”描述这一问题。出现调节性功能衰退症状的人群要注意眼睛的保护，注意加强眼部休息，及时配镜，避免加重眼部疲劳。(王圆)

夏季留意三种病

乙脑 > 接种疫苗最有效

北京中医药大学附属第三医院感疾控科徐灵燕、黄育玲：流行性乙型脑炎简称“乙脑”，是由乙型脑炎病毒引起的，以脑实质炎症为主要病变的中枢神经系统急性传染

病。其流行季节集中在每年5~10月，起病急，伴有高热、头痛、恶心、呕吐、惊厥、意识障碍等症状与体征。乙脑是人畜共患的自然疫源性疾，猪是最主要的传染源，主要

传播媒介是蚊子。主要传播途径是蚊子，乙脑的潜伏期一般10天左右。

接种乙脑疫苗是预防乙脑最有效的措施。此外，应做好灭蚊、防蚊、宿主管理等措施。

手足口病 > 保持卫生是关键

每年的春夏季是手足口病的高峰期，根据《中国疾病预防控制中心周报(英文)》最新发布的一项调查研究，柯萨奇病毒A6(CVA6)已成为导致我国手足口病重症病例的主要病原体。广州医科大

学附属第三医院儿科主任马廉告诉记者，柯萨奇病毒A6引起的手足口病，皮损更广泛、更严重，水疱大疱性皮损可累及手背、足背、小腿等。

“保持良好的个人卫生习惯是预防手足口病的

关键。”北京大学首钢医院儿科主任吴珺提示，要勤洗手；不要让儿童喝生水、吃生冷食物；儿童玩具和常接触到的物品应当定期进行清洁消毒；避免儿童与患手足口病儿童密切接触。健康时报王圆

猩红热 > 儿童为主要发病人群

“近年来猩红热高发的主因包括病原体变异、宿主因素以及环境等多种因素。”广州医科大学附属第三医院儿科主任马廉教授介绍，因无疫苗产生群体免疫，人群长期低水平暴露可使群体免疫力降

低、易感性增加。

“2~10岁儿童为主要发病人群。”广州医科大学附属第三医院儿科主治医师陈福宜表示，猩红热主要通过呼吸道飞沫传播和接触被病原菌污染的物品、手、食物等传播，还

可通过受损的皮肤感染。陈福宜提醒，患有基础性疾病的人群，老年人和儿童，应少去人群密集场所；当孩子生病，有持续高热、精神状态不好，小便少等情况时，要及时就诊。健康时报朱晓娜

声音

将疫苗价格“跳水”变成居民的长期实惠。

——继二价HPV疫苗价格跌破百元后，四价流感疫苗(非免疫规划)也大幅降价。只有针对疫苗研发与生产强化引导，才能将疫苗价格大跳水变成居民可以长期获得的实惠。北京青年报评论说。

试管婴儿费用进医保，真金白银支持生育“真解渴”。

——上海市医保局携手多部门宣布自今年6月1日起，将12个辅助生殖类医疗服务项目纳入医保支付范围。这一举措无疑为众多不孕不育家庭带来了福音，让生育之路更加宽广与明亮。潮新闻评论说。

将更多村卫生室纳入医保定点，在家门口看病就会变得更加方便实惠。

——医保送福利到家，首先需要医保定点机构抵达家门口，而基层医疗机构纳入医保定点所需要具备的条件，也是居民在家门口获得高质量诊疗的前提条件。新京报评论说。

异地养老需要更多细化措施。

——切实实现区域协作优化资源配置，使公共服务设施和相关政策不仅能方便异地养老的老年人，也能惠及当地民生，促进区域均衡发展。工人日报评论说。

医院使用过期药，莫拿患者生命健康当儿戏。

——据宁夏日报报道，银川市兴庆区某民营医院擅自涂改中药饮片有效期、使用过期中药饮片被立案查处。新京报评论说。

未成年人避开监管当主播是谁的“失守”？

——未成年人当主播，既缘于家长保护“失守”，也缘于平台管理“失守”。有关部门应加强监管，该约谈的约谈，该处罚的处罚，决不能心慈手软敷衍了事。北京青年报评论说。