

# 治红眼病试试中医方

广州中医药大学第三附属医院治未病科 钟洁斌

**新闻背景：**10月23日，国家疾控局公众号发布9月全国法定传染病疫情概况：今年1至6月，急性出血性结膜炎报告发病均在5000例以下，进入7月，急性出血性结膜炎报告发病数13425例；8月报告发病数为12742例；而最新发布的9月急性出血性结膜炎报告发病数125264例。

“红眼病”即急性传染性结膜炎，因细菌或病毒感染引起产生炎症反应，导致眼结膜血管充血、扩张，从而呈现“红眼”的状态。

红眼病主要通过接触传播，如接触感染者的眼部分泌物、泪水、毛巾、浴巾等日常用品传播，应尽量避免与他人共用这些物品。

需要注意的是，“看”并不会导致传染，只要做好防范，是可以避免感染的。

中医治疗红眼病，多从清热解毒，祛风散邪入手。

**罗汉四花茶：**准备金银花、菊花、木棉花、鸡蛋花、罗汉果。

用法：加适量开水焗泡20分钟左右，或煮水代

茶饮。糖尿病患者不用罗汉果或适当减少罗汉果用量。功效：清热祛湿解毒。

**中药熏洗：**选用大青叶20克、金银花15克、蒲公英30克、菊花15克等清热解毒之品，煎汤熏洗患眼，每日2~3次。

**针刺疗法：**可针刺合谷穴、曲池穴、攒竹穴、睛明穴等穴；点刺眉弓、眉尖、耳尖、太阳穴放血。



第六届国之名医·卓越建树称号获得者，北京大学人民医院肺癌中心副主任李剑锋是国内第一批开展胸腔镜微创外科手术的医生之一。

他擅长肺癌、食管癌、纵隔肿瘤的微创及开胸复杂手术，胃食管反流病的腹腔镜胃底折叠手术，通过胸腔壁上不超过3厘米小切口，快速准确完成肺楔形切除术，与传统开胸手术相比，创伤小、恢复快、疼痛轻、伤口美观。图为李剑锋教授（左）在出诊。

钟艳宇报道

## 全球肺癌关注月

### 肺癌I期患者术后5年生存率可达80%

“在我国，肺癌有三个80%值得关注，一是根据临床观察，大约80%的人确诊肺癌时已经是中晚期，另一个是80%的患者生存期很难超过一年；三是早期发现并规范治疗的肺癌患者，如肺癌I期患者手术后5年生存率可达到80%。”复旦大学附属

华山医院胸心外科行政主任陈晓峰教授说。

肺癌的早诊早治非常重要。陈晓峰教授进一步介绍，II期肺癌患者手术后5年生存率大约为40%左右；III期肺癌为局部晚期肺癌，如果能手术，5年生存率也可达到30%，III期患者不进行手术，采

取传统放化疗治疗的5年生存率15%左右；而IV期肺癌已是晚期，治疗复杂，难度也更大，这导致肺癌的死亡率居高不下，5年生存率则仅有5%，所以，一定要重视早诊早治。推荐低剂量螺旋CT的筛查方式，能显著增加早期肺癌的检出率。（呼梦瑶）

### 秋天正是吃柚好季节

浙江大学医学院附属邵逸夫医院临床营养师 薛庆鑫

金黄的外皮、厚实的果肉，秋季正是吃柚子的好时候。

柚子的热量为42千卡/100克，葡萄柚的热量33~40千卡/100克。

无论是柚子还是葡萄柚，热量都比同为秋季水果的猕猴桃、葡萄、冬枣、石榴、柿子等水果热量更低。

1个2斤多的大柚子，可食部有800克左右。1个人吃1/4个柚子（约200克），也就摄入约80千卡的热量，都比不上一根小点的香蕉。

即便是吃半个柚子，摄入的热量约为160千卡，而若要换成同热量的冬枣，只能吃6个。

另外，柚子含水量高达近90%，能增强饱腹感，放在上下午加餐吃，能控制食欲。

柚子皮中也含有多种营养成分，比如膳食纤维、多酚类物质、黄酮类物质等，可用柚子皮做成果酱，能促进胃肠蠕动、

#### 挑选柚子有这几个技巧：

**看外观** 果形端正无畸形，表皮光滑且颜色深的柚子，成熟度更高，苦味更轻。要选择头尖一点的，不要选头是圆的；颜色要选偏黄一点的。

**闻气味** 熟透了的柚子，味道芳香浓郁。

**掂分量** 挑重不挑轻。

预防便秘。

柚子皮有一股清香味，也可把柚子皮放入冰箱去除异味，记得及时拿出来，避免腐坏。

不过，慢病病人吃柚子前，最好要咨询一下医生，看看是否可以和现在所服的药物一起吃。

个头差不多大的柚子，选分量较重的，说明水分含量更充足，也更新鲜，汁多鲜美。

**按压外皮** 轻轻按压外皮，如果凹陷较大且弹性差，说明柚子较差；如果按不动，比较硬，说明柚子比较好。

## 声音

做好公立医院的高质量发展是医院面临的重要课题。

——10月27日~29日，由中国医院协会主办、湖南省医院协会协办的2023中国医院质量大会在湖南省长沙市举行。大会以提升医疗质量保障患者安全为主题进行了研讨。人民日报健康客户端发文说。

“看着病人眼睛，有更大动力”诠释医者精神。

——10月28日，中国工程院院士钟南山在广州出席2023第五届中国医师公益大会时表示，“我现在还坚持‘大查房’，每次我‘大查房’时听到病人的诉求，看着他们的眼睛，听着他们的期待，我就感觉自己又多了动力，我们一定要帮他解决问题。”东方网评论说。

“事业编村医”制度为乡村医疗注入新鲜血液。

——浙江省余姚市改变乡村医生用人机制，在浙江首创事业编村医，余姚市梁弄镇汪巷村卫生室的岑佩佩医生是该村有史以来首位事业编村医。宁波日报评论说。

拧紧医疗机构安全生产“阀门”。

——10月25日，北京长峰医院“4·18”重大火灾事故调查报告公布。这是一起因事发医院违法违规实施改造工程等导致的重大生产安全责任事故。健康报评论说。

6岁孩子操作拍胸片，如此儿戏是怎样发生的？

——10月26日，四川省广安市武胜县一女子发帖称，带孩子去医院拍胸片，在拍片过程中，发现操作仪器的是一位约6岁模样的孩子。极目新闻评论说。

“课间不自由”？别把孩子圈养成“瓷娃娃”。

——10月23日，山西晋中一位老师在社交平台上分享“课间圈养”现象：“七成学生课间不出教室，偌大的校园空空荡荡……”引发许多家长共鸣。北京日报评论说。

求解“超龄打工人”困境。

——年过六旬的李某某是家庭唯一的劳动力，买了8张身份证，用来伪造年龄信息应聘打工，上海市虹口区检察院最终决定不起诉。澎湃新闻评论说。