

许昌市人民医院 庆医师节，致敬最可爱的人

本报讯（记者 张炜华）8月19日是第五个中国医师节，今年节日的主题是“‘医’心向党、踔厉奋进”。8月14日下午，许昌市人民医院举行了2022年中国医师节庆祝大会，退休专家代表、优秀医师代表及各科室医务人员代表欢聚一堂，共同庆祝自己的节日。

许昌市人民医院院长魏琦在致辞中说，全体医师始终将“人民至上、生命至上”放在首位，聚焦科技创新，练就过硬本领，在医疗技术、临床科研、服务质量上不断迈向更高水平；全体医师要不忘初心、牢记使命，坚持“人民至上、生命至上”，与党同心、与党同行，在新的历史起点上切实担负起推动健康中国建设、增进人民健康福祉的光荣使命，满怀信心迎接党的二十大胜利召开。

择一事，终一生。在许昌市人民医院，有许多专家在医疗工作岗位上默默奉献了一辈子。此次庆祝大会特别设立了“从医50年”纪念奖，向从医50年以上的医生表达崇高的敬意。颁奖仪式上，9



颁奖现场 资料图片

名专家代表获得了“从医50年”纪念奖杯和荣誉证书。

传染科专家徐洪老先生在发言时激

动地说：“大家要爱岗敬业，无私奉献，努力工作，把青春年华奉献给这个崇高的事业……”

大会还对医师中涌现出的一批优秀人才进行表彰，颁发了“2022年优秀医师奖”，并对该院参加援沪抗疫的医务人员颁发了“抗疫先锋奖”。

“我志愿献身人类的健康事业，自觉维护医学的尊严和神圣，敬佑生命，救死扶伤，平等仁爱，尊师重道……”在副院长李海亮的带领下，现场所有人重温了《医师誓词》。

最后，大会还举行了文艺演出，通过歌曲、朗诵等形式，共庆节日，展示医者风采。

“抗疫，不是一个人的战斗，是所有人的逆行……”情景朗诵《“医”心向党、踔厉奋进》》展示了抗疫一线医务人员的坚守与力量；“防护服裹满全身，汗水湿透衣背，我不知道你是谁，我却知道你为了谁……”改编歌曲《你是谁》激励人心；由职工代表队演唱的歌曲《听我说谢谢你》令现场温情满满。

大会在魏琦领唱、全体人合唱《走进新时代》的歌声中圆满结束。

压实责任强监管 专项治理保安全

市民若发现医疗器械、药品安全违法行为，可拨打12345或12315举报

本报讯（记者 刘地委 通讯员 张利中 文/图）为进一步加强全市民营医疗机构、乡镇卫生院药品、医疗器械使用环节安全监管，按照许昌市市场监管局工作要求，许昌市市场监管综合行政执法支队近期开展了市区民营医疗机构专项治理行动。

此次专项治理行动重点涉及医疗单位是否建立购进、验收、养护等制度，并按要求执行；是否从合法渠道采购药品、医疗器械；是否严格落实进货查验制度；是否使用假药劣药、过期药品；是否使用未经注册、无合格证明、过期、失效、淘汰或者不符合注册标准的医疗器械等内容。

针对检查中发现的医疗机构在药品、医疗器械质量管理、购进和验收、储

存和使用过程中存在的问题，执法人员现场予以指正，并责令限期整改。

此次专项治理行动旨在指导医疗机构建立健全医疗器械、药品使用管理制度，规范医疗机构医疗器械、药品使用行为，查处医疗器械、药品违法违规行为，推进建立医用耗材、医疗设备检查监管长效机制，切实保障医疗器械、药品使用质量安全，从而保障群众的健康权益。

另外，许昌市市场监管综合行政执法支队呼吁广大群众，医疗器械、药品安全事关民生，大家在就诊过程中，若发现有医疗器械、药品安全违法行为，可拨打12345或12315热线投诉举报，一经查实，市场监管部门将依法严肃处理。



检查现场

如何保护视力

手机、电脑……科技成果便利了我们的生活，但伴随而来日渐攀升的近视问题成了备受人们关注的话题。

那么，什么是近视？它会带来什么危害？

近视，通俗来讲就是看不清远处的事物。在医学上，近视是指在眼部调节静止的状态下，外界的物体通过屈光介质聚焦于视网膜前面，而不是落在视网膜上，从而形成一种视远不清的状态。

近视的人远看模糊、近看清楚，视物时习惯眯眼、歪头，喜欢近距离看电视、手机等屏幕。当近视度数过高的时候，会发生一些眼底损害，如飞蚊症、视物遮挡、视物变形、视物重影、色觉异常、对比度敏感度下降等症状。

导致近视的因素都有哪些？

第一，先天遗传因素。尤其是父

母中单方患有近视的，其子女发生近视的概率为15%；父母双方均患有近视的，其子女发生近视的概率为26%；父母双方中有高度近视的，其子女发生近视的概率为40%至60%。

第二，后天因素，如不良的用眼习惯、用眼环境、不健康的饮食等。很多人的父母没有近视，但因其长时间近距离学习、看书，长时间看电脑、看电视、玩手机等，也很可能会近视。

近视之后怎么做才能延缓度数的增加？

第一，科学验光配镜，要到正规医院做检查，根据准确数据验光配镜。青少年近视患者要3个月至6个月复查一次视力，如度数变化要及时更换眼镜。

第二，多参加户外活动，每天在户外阳光下活动不少于两个小时，或者每周累积达到14小时。如果日照时

间不足，可以选择中午闭眼看太阳5分钟至10分钟。户外活动不仅有利于身体健康，而且可以促进眼部血液循环。

第三，减少持续、近距离用眼时间。保持“一拳一尺一寸”的距离，改掉歪头趴着看书、学习或边走路边看书的习惯。连续用眼20分钟至40分钟，应休息或远眺几分钟让眼睛休息一下；保持合适的照明，光线不足的时候应补足光线，台灯应该摆放在写字手的对侧前方，避免眩光；不要在直射阳光或昏暗光线下读书、写字；控制电子产品的使用时间和频率，保障充足的睡眠时间。

第四，均衡饮食。在日常饮食中，不挑食偏食，少吃甜食、含糖饮料和油炸食品，多吃蔬果，摄入鱼类、豆制品和鸡蛋等优质蛋白。也可以多吃一些护眼明目的食物，如菠菜、黄玉米、胡萝卜、蛋黄、西兰花、葡萄、蓝莓、香蕉

等。

第五，要保证充足的睡眠。小学生每天睡眠不低于10个小时，初中生每天睡眠不低于9个小时，高中生每天睡眠不低于8个小时。

第六，定期检查视力。建立眼健康档案，到专业的医疗机构定期做眼健康检查，检测孩子的眼睛成长状态，请专业的医生给孩子制定合适的近视控制方案。

第七，依靠医学上已经发现的药物或治疗手段，延缓近视的发展。如研究发现0.01%阿托品滴眼液可有效延缓近视发展；南昌大学附属眼科医院发表的SCI文章显示，波长为630—650纳米的红光每天两次，每次3分钟至5分钟可以有效刺激视网膜上皮细胞分泌多巴胺，从而达到延缓近视增长的目的。

（许昌市中心医院眼科主治医师 姜宴 供稿）