

聚焦近视防控 呵护孩子眼睛

厦门眼科中心深入校园开展眼健康筛查及宣传教育工作

晨报记者 马丽 通讯员 小鸣

当前,我国儿童青少年呈现近视早发、高发的态势。国家卫健委最新公布的数据显示,我国儿童青少年总体近视率为52.7%。与严峻的近视形势形成鲜明对比的是,不少家长对儿童青少年眼健康及视力防控的重要性认识不足,定期接受视力检查的意识不强,因此拓宽宣传教育渠道、广泛开展科学的近视防控宣传教育至关重要。

今年9月是第7个全国近视防控宣传教育月,主题为“注重行为干预融入日常生活”。为更好地宣传科学的近视防控知识,在厦门市卫健委、市教育局等部门的指导下,厦门眼科中心依托斜视与小儿眼病中心优质医疗团队,聚焦儿童青少年近视防控,积极拓展渠道、创新形式,深入校园开展眼健康筛查及宣传教育工作,引导家长、儿童青少年及全社会共同关注眼健康,提升爱眼护眼意识,助力孩子们拥有光明的未来。

开展校园视力筛查 帮孩子预防近视及眼病

近日,在新学期的校园视力筛查中,6岁的飞飞被查出可能近视了。得知这一消息后,飞飞父亲刘先生带着家中三个孩子一同来到厦门眼科中心斜视与小儿眼病中心进行详细的视力检查。结果显示,刘先生的三个孩子患有不同程度的近视,其中飞飞近视300度,2岁的双胞胎一个近视100度,另一个度数竟高达600度。

校园视力筛查不仅可有效帮助儿童青少年及早发现近视,还可筛查弱视、斜视等常见的儿童眼病,为其他影响儿童视力发育不良的眼病提供预警及依据。近年来,厦门眼科中心坚持落实近视防控三级预防策略,稳步推进校园视力筛查工作,年均筛查量近35万人次。

9月,随着新学期的正式开始,厦门眼科中心近视防控宣讲团继续走进各大校园,应用自主研发的青少年三级视力健康监测



厦门眼科中心近视防控宣讲团走进校园,为学生开展视力筛查及眼健康科普宣教。

系统,为学生开展视力筛查并进行眼健康科普宣教工作,引导儿童青少年将预防干预融入日常。与此同时,专家们也受邀参与“厦门市校医培训会”,为全市多所中小学的校医等近视防控骨干,开展儿童青少年近视防控知识培训,帮助校医等近视防控骨干掌握更全面、更专业的儿童青少年眼健康知识。

打造眼健康科普馆 多维度优化眼健康宣教

除开展校园视力筛查及校医培训外,厦门眼科中心积极拓展眼健康科普宣传渠道。医院积极利用新媒体渠道,通过制作短视频及直播的方式,多维度传播科学爱眼护眼方法;携手厦门经济交通广播联合打造《名医大讲堂》

“护眼驿站”栏目,首期就聚焦“近视防控”主题。“孩子近视有哪些常见原因?”“如何正确对待近视?”“近视不可逆,但可防可控。”在特殊的科普讲堂中,来自医院斜视与小儿眼病中心的副主任医师王海燕,用通俗易懂的语言详细讲解近视防控知识,引导儿童青少年养成良好的爱眼护眼习惯,号召广大群众关注学生眼健康,做好近视防控“守门人”。

眼健康科普馆是眼健康科普阵地的重要载体。为进一步宣传近视防控知识,作为首批“福建省儿童青少年近视防控基地”,厦门眼科中心倾力打造了眼健康科普馆,将于近期正式投入使用。厦门眼科中心业务副院长、斜视与小儿眼病中心学科带头人潘美华教授表示,眼健康科普馆围绕全年龄段人群、全生命周期的眼健康,通过线上线下相结合的方式,面对广大儿童青少年乃至全年龄段人群提供“体验式”、全方位的眼健康科普宣教,引导群众提高对近视防控的关注及科学认知。

厦心启动“心健康”公益行动

晨报讯(记者 黄伊娜 通讯员 赵婧懿)2023年9月29日是第24个世界心脏日,今年的主题是“用心懂心”。为迎接世界心脏日,厦门大学附属心血管病医院(简称“厦心”)启动“心健康”公益行动,推出六大行动计划,并开展“健康游园会”活动。

据了解,心血管疾病已成为危害人类健康的“第一杀手”。据国家心血管病中心发布的《中国心血管健康与疾病报告2022》披露,中国心血管疾病患病率仍处于上升阶段,推算目前约有3.3

亿患者。“心健康”公益行动包含党建“心”联盟、科普“心”讲座、健康“心”义诊、急救“心”培训、慈善“心”救助以及关爱“心”疏导六大行动计划,目的在于通过加强病因筛查、健康知识普及、急救能力培训以及公益慈善救助等,不断提升市民防治心血管疾病的意识。“心健康”公益行动主要依托厦心实施,厦心将携手社会各界共同推进该项目。当天活动现场,厦心与市体育局、松柏中学及翔安区洪厝社区签订党建共建协议,达成合作意向。

“在心血管疾病危险因素中,除性别、年龄、家族史等少数因素,其它因素基本可通过改善生活方式及服用药物等预防和控制。”厦心心内科主任医师戴翠莲表示,约80%的心血管病患者可通过改变生活习惯来预防心血管疾病。大家应加强危险因素控制:戒烟、合理膳食、控制饮酒、保证睡眠和心理健康,以减低总体心血管风险。一旦出现胸闷、胸痛等症状,很可能是心梗发作前兆,要及时到医院就诊,避免错过最佳治疗时机。

厦门市康复医院 开设夜间延时门诊

晨报讯(记者 马丽)“白天太忙没时间,晚上专家门诊不开放……”对于不少群众尤其是上班族和学生群体来说,求诊医生康复锻炼是一件烦心事。为改善这一状况,昨日,厦门市康复医院已于日前正式开设每周一至周五的夜间延时门诊(工作时间:17:30-21:00),首期包括针灸推拿门诊和颈肩

腰痛康复门诊等,具体项目有普通针刺、电针、温针、穴位贴敷、中药熏蒸、艾灸、隔物灸、拔罐、游走罐、刮痧、推拿正骨、颈椎牵引、中低频物理治疗等。

有需要的市民朋友可通过“美丽厦门智慧健康”微信公众号或“厦门市康复医院”微信服务号,进入“针灸推拿门诊”或“颈肩腰痛康复门诊”预约。

宝宝“歪头杀” 当心小儿斜颈

晨报讯(记者 马丽)宝宝总爱“歪头杀”(指歪头的动作让人觉得很可爱),别认为很萌哦,当心宝宝可能得了“小儿斜颈”。

今年6月,王女士生了个可爱的小宝宝,宝宝睡觉、吃奶时老爱歪着小脑袋。一开始,家人都觉得孩子“真可爱”,这么小就知道卖萌。可后来王女士发现孩子歪头的情况越来越严重,还在孩子颈部右侧摸到有肿块凸起。王女士一家这才着急起来,连忙抱着孩子来到住家附近的厦门莲花医

院莲河总院就诊。医生根据患儿症状及超声结果,诊断为“肌性斜颈”,即一侧胸锁乳突肌发育异常,导致头颈向一侧歪斜。

“这种病俗称‘歪脖子病’,听起来很可怕,但发现它并不难。”该院康复理疗科医生吴超超指出,宝宝在出生1-2个月时,有以下几种情况,就是可能出现斜颈了。包括头倾向一侧,下巴朝头倾向方向的侧肩膀;颈部出现硬块;脸部左右大小不对称;颈部活动受限制等。“造成宝

宝斜颈的原因很多,如宝妈孕期爱侧睡、宝宝出生后平时睡姿不正确、喂奶姿势或抱姿不规范、孕期胎位不正、遗传性斜颈等。”

据悉,小儿斜颈的最佳治疗时期为宝宝出生后至6个月内。所以,吴超超建议,家长朋友们若发现宝宝有斜颈表现,应尽早到医院就诊,因为孩子年龄越大,相关症状时间越长,就越不易矫正了。目前,多数患儿在疾病早期通过小儿推拿治疗可痊愈,从而避免手术痛苦和风险。

35-64周岁妇女 可免费筛查“两癌”

晨报讯(记者 周莉)日前,厦门市再次启动适龄妇女“两癌”免费筛查。

厦门市“两癌”筛查项目由市卫健委、市妇幼保健院牵头开展,今年是此公益项目开展的第二年。免费对象为参加本市医保的35周岁至64周岁妇女中城镇居民医保及无年度体检费用的职工医保妇女。从去年到2025年,可免费保障一次筛查。

筛查时间为9月18日至12月底。目前,第一批开放预约

的为思明区和同安区的筛查机构,其余4个区的筛查机构将陆续开放,具体以预约界面为准。有需要的群众可携带本人身份证、医保卡,按预约时间、地点前往筛查。

值得注意的是,参加“两癌”筛查不需空腹,无需憋尿,也不抽血。更多注意事项可咨询相关机构工作人员。市民可通过“美丽厦门智慧健康”“厦门i健康”等微信公众号进行预约。3次预约而不参加筛查的,将被取消免费筛查资格。