

# 春季出游 放松心情勿忘护眼

本报讯(记者 魏薇)春季景色宜人,不少市民计划踏青赏花。眼科医生提醒过敏体质的人群,春季外出游玩要严防过敏性结膜炎,减少过敏物质及强烈日光对眼睛的刺激,并且最好少戴隐形眼镜。

桃花、樱花、玉兰花、牡丹花……花卉次第开放,草木冒出新芽,一片盎然春意,吸引着广大市民纷纷走进大自然。但对于过敏体质的人,盛开的

鲜花会让眼睛又红又痒,不停流泪。这主要是因为空气中的植物花粉和植物性颗粒增多,环境中的过敏原会导致过敏性结膜炎、滤泡性结膜炎复发,出现上述不适症状。过敏反应严重的,还会出现皮肤粗糙潮红,瘙痒脱屑等症状,此时最好马上到专业医院检查,对症使用抗过敏药物,缓解症状。

进入4月后,光照渐强,紫外线侵袭也更加厉害,防晒成为人们不能忽

视的健康问题。事实上,除裸露在外的皮肤,眼睛也需要防晒。紫外线是使眼睛老化的元凶,短时间直视阳光,眼前会出现黑影,长时间直视更会导致眼痛、流泪、红肿以及视力模糊等,甚至伤害到视网膜,强烈的紫外线照射,还易引发白内障。

医生提醒,容易过敏的市民外出游玩时,可以戴防尘眼镜、太阳镜等,减少过敏物质及强烈日光对眼睛的刺激,以免诱发眼部疾病。

眼科医生建议出游的朋友最好少戴隐形眼镜,如果配戴隐形眼镜,要记得滴润眼液,保证眼睛的舒适和滋润。

## 统筹推进疫情防控和经济社会发展



4月7日是世界卫生日,国家卫生健康委将中国宣传主题定为“人人享健康 共同促健康”。各地举行形式多样的主题活动,倡导良好的卫生习惯和健康的生活方式。图为河北省遵化市童星幼儿园的老师向小朋友传授“七步洗手法”。

新华社 发

## 新一轮九价人乳头瘤病毒疫苗可线上预约

本轮名额5671人 约完为止

本报讯(记者 刘涛)4月9日,我市新一轮九价HPV疫苗线上预约开始,预约时间为当日9时30分至15时30分,本轮共有名额5671人,约完为止。

九价HPV疫苗适用人群为9岁至45岁女性。本次九价HPV疫苗预约全部依托“山西疾控动态”微信平台,实行网络实名预约。市民可关注微信公众号“山西疾控动态”,点击“疾控服务”——“预防接种服务”——“绑定本人信息(成人)”——“接种预约”——“选择九价HPV疫苗”——“接种单位”——“选择接种时间”——“确认登记预约”。预约成功后,可在预约接种服务中“我的”——“成人疫苗预约单”中查询预约记录。预约结束后,预约成功人员名单将在各接种单位公示。

预约成功的接种名额仅限本人使用,不得转让。预约成功者,要按照预约接种日期,持本人有效身份证件和预约成功凭证信息(须持本人手机登录“山西疾控动态”公众号,在线展示预约成功信息,且与本人身份证信息一致),到所预约的接种门诊接种,逾期未接种则此次预约作废。

体检报告看不懂 专家帮你来解读

## 市人民医院开设体检报告解读门诊

本报讯(记者 刘涛)“边界不清晰、形态不规则、纵横比大于1……”看到体检报告上的专业性描述,不少患者不知所措。为解决这一问题,完善检后服务,近日,市人民医院开设体检报告解读门诊。

据了解,体检报告解读门诊由

各专业高年资医生坐诊,为患者全面详细解读体检报告,给出专业医嘱及指导性建议,及时对体检异常结果进行干预。

同时,医生还会对体检报告进行专业筛选,如需进一步专科检查、治疗,可以协助患者预约、办理

住院等,必要时还可以开展多学科诊疗。针对团队体检客户,医院还可组织专业医师上门解读体检报告。

体检报告解读门诊设在医院的各专科门诊,出诊时间为每周一至周四15时30分至18时。

## 消化道肿瘤发病隐匿 早筛早知道

据有关资料显示,胃癌、食管癌排在我省肿瘤发病率的第二位、第三位,且呈逐年上升趋势。“目前,在接诊患者中,多为中晚期。”4月7日,市人民医院晋源院区消化科副主任医师孙敏提醒,很大一部分原因在于居民对消化道肿瘤的早筛、早诊、早治认识不足,主动筛查率较低。而消化道肿瘤的内镜筛查是诊断消化道早癌的重要手段,可赢得最佳治疗时机。

“胃癌、食管癌、结直肠癌等都属于消化系统肿瘤,在疾病的早期往往无明显的特异性症状,且极易被忽视。一旦出现症状时,往往超过八成的患者已是中晚期。”孙敏说,消化道早癌指的是消化道肿瘤的早期,病灶比较局限,转移的机会非常小,症状较轻,甚至无症状,发现越早,治疗效果越好。

“消化道早癌的具体病因尚未明确。目前,认为是环境、饮食习惯、遗传等多因素协同作用的结果。”孙敏表示。

什么人群需要消化道早癌筛查?孙敏提醒,有以下情况的人群需要引起重视,可进行胃肠镜检查,做到早筛查、早诊断、早治疗。此外,今年我省将对40岁至69岁消化道早癌高风险人群开展上消化道早癌筛查。

食管癌高危人群包括,有上消化道症状;有食道癌、头颈部鳞癌家族史;既往胃镜检查见食管粘膜上皮重度增生,或食管炎患者;原因不明的食管或胃内隐血试验阳性者;抽烟者,抽烟加饮酒者;长期大量食用发酵霉变酸菜、霉变食物者;缺乏维生素C、维生素B、胡萝卜素等人群;慢性食管炎伴有不典型增生(特别是重度不典型

增生)者。

胃癌高危人群包括,年龄大于40岁;胃癌高发地区人群;胃癌患者一级亲属;幽门螺杆菌感染者;慢性萎缩性胃炎、胃溃疡、胃息肉、手术后残胃、肥厚性胃炎及恶性贫血等胃癌前疾病;其他高危因素,如长期食用高盐和腌制食品、吸烟、长期大量饮酒。

结直肠癌高危人群包括,50岁以上人群;有结直肠癌前疾病者,如结直肠腺瘤、溃疡性结肠炎、克罗恩病、血吸虫病等;盆腔接受过放疗治疗的人群,尤其是女性生殖器官肿瘤接受过放疗的人群;近期有新发消化道症状,如便血、黏液便和腹痛,且伴有不明原因的贫血或体重下降的人群;工作压力大、生活无规律者并伴有长期便秘或排便习惯改变的人群;高热量、高蛋白

白、低纤维素的饮食极易诱发大肠癌,大鱼大肉、不喜蔬果的人是大肠癌的高危人群;吸烟者;有大肠癌、大肠息肉家族史且每日摄入酒精大于等于30克的人群。

“目前,最好的检查手段就是进行胃肠镜检查,可以非常直观的发现病灶的大小、部位、形态,和良性病灶相鉴别,还可以通过内镜下活检进行病理分析,甚至可以进行内镜下微创治疗,具有创伤小、恢复快、费用低等优点。”孙敏提醒,随着内镜技术的发展,对较敏感的患者可以进行无痛内镜甚至胶囊内镜检查,达到早癌筛查的目的。

记者 刘涛

