考试前夕慎防“假性近视”

本报综合消息 一年一度的高考与中考即将来临，紧张地学习，频繁地用眼，许多学生出现了眼部干涩、酸痛、视力下降等眼部不适。2010 年一项调查显示，全国小学近视比例为 34%~61%，初中为 68%，重点高中为 90%左右，在校大学生视力合格者更少。针对高考前的用眼问题，记者走访了我市眼科专家王医生。

青少年眼睛一旦近视，不仅对学习生活造成不便，对于高考生，尤其是一些希望从事特殊专业如飞行员的考生影响更大。

王医生表示，青少年考生过度用眼导致近视，多数是“假性近视”。正常的眼睛就如同相机一样，可以自动调节焦距。在眼球里，晶状体担任了 1/3 的屈光能力，角膜则担任了 2/3 的屈光能力。当我们要把远距离的东西对焦时，睫状肌便会自然放松，把晶体定位的韧带拉紧，这样晶体就会变得扁平和纤薄些。减低晶体的对焦能力，有助我们观看远距离东西。若是看近处，睫状肌就会收缩，晶体变厚。

如果持续看近物久了会造成睫状肌痉挛，导致加重视力度数。比如说，考生在看复习资料、抬头看黑板等重复动作中，眼球活动极其频繁，这些动作都得靠眼球肌肉———睫状肌控制。青少年如果长期近距离用眼或不注意用眼卫生，久而久之会造成睫状肌的调节功能下降，晶状体不能正常工作，从而导致青少年假性近视。

王医生提醒广大考生，假性近视经过休息或应用睫状肌麻痹剂，如 1%阿托品眼药水或眼膏能使睫状肌放松或麻痹，不过松弛睫状肌的药水必须在正规的眼科医生指导下适用。假性近视如果得不到适当处理，仍长期近距离用眼，能促使眼球前后轴拉长，形成真的轴性近视。因此，必须在假性近视阶段，加强预防措施，严格注意用眼卫生，适当减少阅读和近距离工作使之消除更多的调节，如短时间停止看书，并可作眼部按摩、远眺、户外活动等，若是在城市内，缺少远眺的大环境，不妨观看一下远处的字体，例如空调上的字，隔壁楼里的摆设等，只要是距离瞳孔五米以上，都算是远景。

另外，王医生告诉考生与家长，切勿在未经松弛睫状肌验光的情况下，急于配戴近视眼镜，因为在未经过松弛的睫状肌状态上，眼睛的屈光能力并不能显示出真实的数值。（新华）

骗取新农合资金
医疗乱收费
无证行医
医疗事故
雇用医托
出售假药
医院出租承包科室
……

监督 热线
13592220126 13781236956
13949993566 15139481255

发现以上情况，请拨打监督热线电话，我们将在第一时间关注您的呼声，通过记者的调查与呼吁，引起有关部门的重视，让您的合法权益得到维护。

郸城县

积极开展“食品安全示范县”创建工作

本报讯 连日来，郸城县采取多种形式，积极开展“食品安全示范县”创建工作。

一是组织卫生监督所全体干部职工召开专题会议，研究部署“食品安全示范县”创建工作。

二是制定出台《郸城县卫生局创建省级食品安全示范县工作实施方案》，并成立了以局长为组长，党组副书记为副组长，相关科室负责人为成员的专项工作领导小组，负责《方案》的具体实施。

三是抽调 30 余名卫生监督人员分成五个工作组，对全县所有餐饮单位集中进行“拉网式”检查，督促被监管单位依法开展生产经营活动。

四是加大宣传力度，发放宣传材料 1500 余份，并组织全县餐饮单位管理人员进行卫生知识培训。对全县餐饮单位的采购食物原料索取合格证是否全面，食品进货登记验收制度执行是否严格，生熟刀案使用是否分开，厨房布局是否合理，凉菜加工间以及食物的贮存是否规范，生熟食物冷藏是否分开，有无从业人员更衣室，“三防设施”是否齐全等情况进行监督检查。同时，与餐饮单位负责人或业主签订《餐饮服务单位安全管理责任书》和《餐饮业诚信服务卫生管理承诺书》。从而提高了从业户的法律意识和遵守法律的自觉性，有效遏制出售假冒伪劣食品的违法行为，为全县人民的餐饮食品卫生提供了安全保障。

开展专项行动以来，郸城县对餐饮单位建立了餐饮信息档案，并实行动态管理。对不符合要求的单位加强整改，对该取缔的坚决取缔，促进全县食品卫生安全再上新台阶，确保人民群众的生命健康，维护人民群众的健康权益，推进创建“食品安全示范县”工作的顺利开展。

（杨光贞）

协和之窗

为什么关节病治好后还会复发？

当患者有关节退变、姿势不良，外伤时。侵犯关节，肌肉，韧带，滑膜时，经络出现闭阻，气血运行不畅，随着关节、韧带、椎间盘发生变化，刺激压迫神经、血管时出现肢体关节疼痛，麻木，肿胀，僵硬，变形及功能活动受限。在外受风寒、劳累和代谢失常等因素可以诱发疾病进一步的加重病情。骨关节病的患者，大多数病程长，缠绵难愈，反复发作，带病生存。患病后用了许多中药，贴了很多膏药，长期的使用激素治疗，推拿按摩，手术治疗，关节置换术等用了许多方法。疗效时好时坏。严重地困扰着患者，失去生活的信心。重者甚至卧床不起，严重影响病人的生活质量。

专家建议：当关节出现酸痛，僵硬，活动受限。身体无力，手指发空，麻木的症状时或者头晕，恶心，出汗异常。肩背部沉重感，上肢无力，手指发麻，肢体皮肤感觉减退，手握物无力，有时不自觉的握物落地。尽早到医院检查治疗。健康是人生最宝贵的财富，有病早治疗，防止病情进一步的恶化。

周口协和骨科医院
新农合定点医院 城市医保定点医院
健康热线:8393120

警惕！癌症也会“夫唱妇随”

64 岁的李老师去年得了晚期肺癌住进医院。自打李老师住院后，他的老伴每日陪侍身旁，精心看护，终日以泪洗面，心情悲苦。半年后李老师的老伴居然也查出患了肺癌。李老师的儿子不解地问医生：“我父亲患的是肺癌，与他 40 多年的吸烟史不无关系，但我母亲不吸烟也不喝酒，怎么也得肺癌呢?”

医生解释道：像李老师这样的“夫妻癌”已是近几年逐渐被医学界关注的一种现象，夫妻都患上癌症，或同时发病，或先后发病，其患癌部位有相同的，也有不同的，这就是所谓的“夫妻癌”。这可能是因为夫妻长期共同在一起生活，因为生活方式类同，共同暴露在致癌危险因素下，所以致癌因素往往会以同等的方式危及双方，就可能诱发相同或不同的癌症。比如同桌进餐，不良的饮食习惯会同时损害双方；同居一室，环境致癌因素会损害双方。

“夫妻癌”中又以消化道癌症最常见，这在喜欢吃腌制食品的家庭中比较多见。此外，负面的心理因素也可能是“夫妻癌”的诱因，如果夫妻中有一方患癌，另一方势必会处于焦虑忧愁当中，精神和体力上压力剧增，免疫功能急剧下降，体内潜在的致癌因子也很快活跃起来，患癌症的概率大大增高。还有由环境和吸烟等原因造成的肺癌，吸烟与被动吸烟易致肺癌是众所周知的事实。当夫妻一方长期吸烟，另一方必然长期被动吸烟，这样双方共患肺癌的机会就会增多。

其实，大多数可以预防的癌症都和人的行为有关，如果人们选择健康的生活方式，许多癌症是可以预防的。多与人交流、保持好心情；坚持运动，戒除不良嗜好；调整膳食结构，少吃盐腌、烟熏、油煎烧烤等食物，不吃霉变食品；多食绿色蔬菜、豆类食品及新鲜水果、高蛋白的瘦肉、蛋类、鲜乳等食物，控制体重；远离吸烟环境等，都可以减低患癌风险。（贴士）

自拟乳安汤治疗乳腺增生病
——访同和堂中医馆中医专家祝培勤
记者 史书杰

乳腺增生病是妇女多发病，是指乳腺上皮和纤维组织增生，乳腺组织导管和乳腺小叶在结构上的退行性病变及进行性结缔组织的生长，是乳腺组织的良性增生性疾病。其发病原因主要是由于内分泌激素失调。临床表现为单侧或双侧乳房出现肿块、伴乳房疼痛，乳痛和肿块一般在月经来潮前或情志不佳时加重，经后缓解或消失。同和堂中医馆祝培勤医生用自拟方乳安汤治疗乳腺增生病疗效好，治愈率 98%以上。

治疗该病药物组成：郁金、柴胡、贝母、三菱、王不留行、莪术、仙灵脾、鹿角霜、土元等，乳胀甚者加青皮、痰湿甚者加白芥子半下；气虚加太子参。于月经净后服药，经前停服，20 天为一疗程，观察 2 两疗程。

患者王某，35 岁，因家事长期郁闷不舒，出现胸闷胁胀，乳房疼痛、包块。经某权威医院诊断为乳腺增生。患者左侧乳房包块两个，分别为 0.5cm×0.7 cm、1.2×1.3 cm，右侧乳房包块 2.0 cm×2.3 cm。乳房包块与周围组织界限不清，与皮肤无粘连，质稍硬，压之疼痛，推之可移。患者两侧乳房胀痛，经前 2-3 天加重，包块增大变硬，烦躁易怒，胃纳不香，月经量少、色微暗，大便干燥，舌红苔薄黄，脉弦数。

属肝郁气滞化火，气血瘀阻乳络。以自拟乳安汤加酒军（后下）5 剂后复诊，大便已正常，其余症状均减轻，共服 33 剂后，包块完全消失。

乳腺增生属祖国医学“乳癖”范畴，多由郁怒伤肝、气血瘀阻乳络而成。或由忧思伤脾，脾虚失运，聚湿成痰核而致，也有因肝郁脾虚而冲任失调，痰瘀博结而致。患者大多有月经不调史。祝医生根据中医理论，以温阳和血、化痰散结为主要治疗原则，自拟乳安汤治疗该病，以柴胡、郁金疏肝理气行滞；王不留行、文术、土元、三棱破瘀散结；荔枝核、贝田化瘀散结；仙灵脾、鹿角霜温肾助阳。全方共奏温阳活血、化痰软坚散结的功效，因此，临床治疗效果显著。

同和堂中医馆
电话:8235339

哪里买药最放心 医药大楼同和堂 免费送药电话 0394-8200000

疾控专家:初夏时节需防肠道传染病

初夏时节，气温明显上升，肠道传染病病原生长繁殖开始活跃，肠道传染病发病也取代呼吸道传染病进入“角色”。专家提醒，这段时间易发生流行的肠道传染病包括霍乱、细菌性痢疾、其他感染性腹泻以及甲肝等，应重点预防。

霍乱属于甲类传染病，是由霍乱弧菌引起的烈性肠道传染病，多发于夏秋季，临床主要表现为起病急，剧烈腹泻、呕吐，迅速出现脱水、微循环衰竭伴严重电解质紊乱与酸碱失衡，甚至造成急性肾功能衰竭等。一般以轻症多见，但严重者或体弱者若救治不及时可引起死亡。

细菌性痢疾由痢疾杆菌引起的急性肠道传染病。主要临床表现为畏寒、高热、腹痛、腹泻、黏液脓血便以及里急后重等，严重者可出现感染性休克和中毒性脑病。这个病常年散发，夏秋季高发，在卫生条件差的地区及卫生习惯不良的人群中发病率较高。

其他感染性腹泻是指除霍乱、细菌性和阿米巴性痢疾、伤寒和副伤寒以外的感染性腹泻，临床表现大多有恶心、呕吐、腹痛、腹泻、食欲不振等胃肠道症状，有些伴有发热、头痛、肢体酸痛、全身中毒症状，若治疗不及时，可引起严重的并发症，甚至导致死亡。

甲型肝炎是由甲肝病毒所致的传染性肝炎，主要通过粪—口途径传播，多见于 10 岁以下儿童。在接触甲型肝炎病人半个月至一个月后的时间里，凡出现发热，食欲不振，厌油、饭后恶心、呕吐、乏力，面黄、巩膜黄染，小便像浓茶等症状时，应及时去医院诊治。

疾控专家指出，肠道传染病的传播途径主要有：经水传播；经食物传播；手及日常生活用品传播；苍蝇、蟑螂等。预防肠道传染病，应注意饮食卫生，不喝生水，不吃腐败变质食物，尤其不要生食或半生食海产品、水产品。食物要彻底煮熟、煮透。剩余食品、隔餐食品要彻底加热后食用。外出旅游、出差、工作要挑选卫生条件好的旅店就餐，并尽量少食凉拌菜，不要在路边露天饮食小摊点就餐。处理生的食物(鱼、虾、蟹、贝类等水产品)后要用肥皂流水反复洗手。

（健康）

春播 2011 春
郑州日产·河南市场千名意见领袖大寻觅行动
您想让生活变得更加多彩丰富么?
即日起至5月31日
郑州日产将在河南市场寻觅千名意见领袖
倾听多方声音，共谋宏伟蓝图
成为意见领袖即有机会免费尊享
河南市场举办的春季缤纷踏青游，
暑期酷爽夏令营，SUV/CDV驾控体验营，
参观北京/上海国际车展，
游跑华夏名山大川等丰富活动。
还等什么?
快来申请成为我们的意见领袖吧!
8000元 惊世盛惠
春播活动期间，郑州日产限时特惠
购NV200(国IV)、帅客(国IV)：
1.价格直降2000元； 2.再送3000元大礼包；
3.享受国家惠民补贴3000元.
帅客 NV200 锐骐ZD30
购买帅客或NV200
即享节能惠民补贴3000元!
锐骐ZD30柴油车型
帅客新国IV车型
NV200尊雅型
联袂上市!
郑州日产汽车
相信 相伴 相成就
周口市车之港国际车城
销售热线：0394-8513666 8306617
售后热线：0394-8515556
地址：周口市迎宾大道与太昊路交叉口向南200米路西
郑州日产汽车有限公司
PICKUP皮卡 PALADIN帕拉丁 CABSTAR凯普斯达 CIVILIAN帅客 NV200 RICH锐骐 OTING奥丁 YUMSUN御开 SUCCE帅客

遗失声明

●周口华东生物技术有限公司组织机构代码证丢失，代码：56512802—8，声明作废。

2011 年 5 月 24 日

●河南省周口市川汇区工商业联合会组织机构代码证丢失，代码号:00589277—3，有效期至 2005—04—06，声明作废。

2011 年 5 月 24 日

●河南鑫升工贸有限公司营业执照正副本丢失，注册号：4127001500124，声明作废。

2011 年 5 月 24 日

●周口万隆汽车运输有限公司不慎遗失车辆购置税完税证 2 本，凭证号：10410174359，车型:STM9400，车牌号:豫 P9Y81；挂车凭证号：8410726080，车型：LT9200TDP，车牌号:豫 PV473，声明作废。挂失人:李前永

2011 年 5 月 24 日

●沈丘县忠信运输有限公司不慎遗失车辆购置税完税证 2 本，凭证号:8410637229，车型：EQ1304W，车牌号:豫 PE2550；挂车凭证号：10410093221，车型：WL9390TDP，车牌号:豫 P7U72，声明作废。挂失人:张振东

2011 年 5 月 24 日

●周口市通顺汽车运输有限公司不慎遗失车辆购置税完税证 2 本，凭证号:6410028843，车型:CA4158K2R5，车牌号:豫 PB1886；挂车凭证号:7410494913，车型：LZW6376C，车牌号:豫 P3A672，声明作废。挂失人:单学军

2011 年 5 月 24 日

●周口市远大运输集团捷安运输有限公司不慎遗失车辆购置税完税证 2 本，凭证号：6410896146，车型：EQ5170CCQW，车牌号:豫 PC1296；挂车凭证号：10410106115，车型：HFC5040XXYK1T，车牌号:豫 P78293，声明作废。挂失人:梁学伟

2011 年 5 月 24 日

●河南万里运输集团有限公司周口分公司不慎将豫 PA6285 车辆营运证丢失，证号：263000274，声明作废。

2011 年 5 月 24 日

声 明

原周口市川汇区水务局工程队行政章、周口市川汇区水务局工程队财务专用章及两枚印鉴章丢失，声明作废。

周口市水利局工程队破产管理人
2011 年 5 月 24 日

公 告

商水县行政路与备战路交叉口、苏坡十字路口、纬一路与备战路交叉口的电子警察；商水县城关乡政府门口的治安卡口，从 2011 年 5 月 25 日起开始使用。望各位司机同志谨慎驾驶。

商水县公安交警大队
2011 年 5 月 25 日