



“咻一咻”，抢红包抢出了干眼症

这个春节，眼科医院一点不冷清



昨日，宁波市眼科医院有较多患者就诊，其中不少小朋友是来诊治近视眼的。记者 许天长 摄

□记者 童程红 通讯员 朱颖 管昌燕 张来

大过年的，谁都不愿意去医院，许多综合性大医院也会比平时冷清不少。然而，昨天，记者从几家眼科医院了解到，从大年三十到初八，患者络绎不绝，个别几天的门急诊量甚至比平时更多。各类患者中，以干眼症和眼外伤最多见，年轻人和儿童明显多过老年人。

抢到了红包，也抢出了干眼症

干眼症患者则是各大眼科医院的主流患者。市眼科医院在过去三四天里，共接诊超过120名干眼症患者，其中70%为20至40岁的中青年。该院副院长、主任医师袁建树表示，冬季本来就是干眼症的高发期，春节期间，好多市民视抢红包为第一要务，一天几小时盯着手机“咻一咻”，结果，抢到了红包，也抢出了干眼症。

26岁的杨小姐就是一名典型患者。春节长假里，她共抢到了大大小小共计1000多元的红包。“起初只是玩玩，后来就有点上瘾，每隔一两分钟就要看一看手机，生怕落下一个红包。晚上明明很困了，可还是惦记着抢红包，直到半夜一两点钟才肯睡觉。其实，有时候忙活半天，也就抢到几毛钱，说出来都有些不好意思。”杨小姐算了算，春节长假，她平均每天花在抢红包的时间大概有四五个小时甚至更多。

几天下来，杨小姐发现，自己的眼睛出问

眼外伤多是烟花爆竹惹的祸

年味儿总是与烟花爆竹联系在一起。虽然今年我市部分区域禁止、限制燃放烟花爆竹，人们购买、燃放的热情也有所下降，但仍有市民因为烟花爆竹引发眼钝挫伤、角膜异物等多种眼外伤，入院急救。

在市眼科医院，过去几天，共收治6名眼外伤患者，其中一人是33岁男子，另外5人都是11岁以下的孩子。“患者人数比去年、前年要少一些。从伤势来看，也没有特别重的，造成终身遗憾的。”该院急诊科一名医护人员说。

宁波爱尔光明眼科医院也在春节长假期间，收治多名眼外伤患者，其中大部分与烟花爆竹有关，有的成年人，上前查看“哑炮”，结果，“哑炮”近距离炸了，有的熊孩子，拿着烟花冲小伙伴挥舞，结果，把对方的眼睛弄伤了。

题了，干涩、畏光、疲劳，盯着东西看几分钟就感觉酸痛，视力明显下降。昨天，在宁波市眼科医院，医生临床诊断杨小姐患了干眼症。

袁建树说，抢红包时，人会盯牢屏幕，眨眼的动作少了，这种高度集中的用眼方式会很容易影响眼部泪液膜的正常工作，从而导致眼睛充血、干涩、疲劳。加上屏幕小而信息量大，也会加重人眼的不适。持续几天，就可能透发干眼症，甚至一些更加严重的症状。

专家提醒，使用手机、电脑时，要下意识多眨眼，眨眼是一种保护性神经反射动作，通过眨眼，泪液层可使泪水均匀涂在角膜和结膜表面，以保持其润湿。使用手机、电脑40至50分钟后，就要休息10至15分钟，可以眺望远方，也可以闭目养神，每天可数次用温热的湿毛巾敷眼睛，每次10分钟左右。必要时可适当滴一些不含防腐剂的人工泪液，但一天不宜超过6次，否则或冲走正常泪膜，从而加重干眼。

该院院长、主任医师高小明表示，燃放烟花爆竹可造成的眼外伤包括化学性和机械性伤害。前者是指火药对眼表可造成化学性损伤，后者是指爆炸的冲击可对眼睛造成机械性损伤。

患者如果处置不当或就医不及，将可能造成永久性失明、摘除眼球等严重后果。“往年，碰到过这类极端病例，但今年没有，多数患者经清创处理，观察一段时间后就出院了。”高小明说。

市眼科医院副院长、主任医师袁建树告诉记者，发生眼外伤后，不能用手揉眼睛，这样做或导致眼部伤口因受压而扩大，也不要用力捂眼或强行翻开眼皮察看伤势，以免造成进一步损害。正确的做法是用干净的纱布、手帕或毛巾轻轻遮盖眼睛，然后到正规医院，请眼科医生处理。

各大医院春节门诊 稳中有降

□记者 王元卓 通讯员 郑轲 马蝶翼 赵冠菁

连日来，记者采访了我市各大医院发现，这个春节各大医院的门急诊量情况与往年基本持平，有些医院还有减少。专家说，可能是因为老百姓过节更加理性，更加注意保护自我，也更合理地调节身心了。

各大医院门诊量平稳

昨日，记者从宁波市第一医院了解到，今年大年初一到初七，该院门诊总量为1.8万人次左右，和往年相比，总体比较平稳。

大年初一至初六，宁波市第二医院本部院区的门急诊总量为7000余人次，而往年同期数据则是破万，下降了3成多。急诊量为2000左右人次，而去年则接近3000人次。该院急诊科刘鹏副主任医师告诉记者，今年急诊病人相对往年有所减少，特别是心梗、脑梗病人明显下降。抢救室接诊的严重脑梗溶栓病人只有2例。胃肠道疾病有所下降，特别是严重的腹泻、胆囊炎、胰腺炎患者明显减少，但呼吸道疾病病人有所增加。

市民王女士平时饮食很注意，过年过节也不会暴饮暴食，但因为春节人比较疲劳，肠胃还是“中招”了。年前朋友送了点牡蛎、毛蚶这类小海鲜，王女士过节作为冷盘摆了出来。一家子人都吃了，却只有王女士半夜开始上吐下泻。市二院消化内科张优萍主任医师告诉记者，像王女士这样的病例在以往过节期间时有发生，多是因为吃了一些平时较少接触的海鲜、食材，或春节期间走亲访友、外出旅游导致疲劳，胃肠道抵抗力下降，导致胃肠功能紊乱。不过从今年春节期间的门诊情况来看，消化系统疾病患者较往年有所下降，特别是胆囊炎、胰腺炎等急重症患者明显变少。无论是春节期间，还是节后，张医生门诊中仍以复诊配药的老病人、预约内镜检查的患者为主。“社会倡导节俭、健康，大家更注重养生，暴饮暴食的人越来越少，所以这类消化系统疾病患者也随着减少。”张优萍这样告诉记者。

小儿患者人数未增

春节期间，市妇儿医院的医生们虽然仍然忙碌着，但比平常的最高日门诊量2500人次来说，还是让医生们可以松一口气了。昨日，记者从市妇儿医院了解到，该院从大年初一至初七，门急诊量日均从假日初期的1000人次左右，上升到假日中后期的1500人次左右。但与往年相比，今年春节期间市妇儿医院的门急诊量没有增多。该院急诊科主任陈亚萍介绍，假日期间，患儿还是以儿童常见病为主，由于气温变化、积食等原因，主要有感冒发烧和消化不良等两大类患儿。

虽然这个假期，气温变化较大，前段时间温暖如春，这几天又瞬间回到冬天模式，但家长在照顾患儿上更加科学精心，并未出现往常气候突变中出现患儿扎堆的现象。

不过，市妇儿医院儿科专家也提醒，让孩子进行适当的户外活动，呼吸新鲜空气，加强新陈代谢；给孩子提供一个良好的室内环境，定期消毒，及时杀灭病毒消灭感冒隐患；要合理安排孩子的饮食，营养要均衡，饮食要多样化，蔬菜、水果、牛奶都要吃一些，同时让孩子每天喝一定量的白开水；要保证孩子睡眠充足，家长要为孩子提供一个安静、温暖而又空气流通的舒适睡眠环境；要尽量避免在人流密集的地方停留太久。

经过一个春节，鸡鸭鱼肉、各种零食孩子们吃得不少，小儿的消化系统疾病发生率会有所提高，主要表现为积食、腹泻、便秘等。小孩的脾胃功能相对较弱，如果孩子吃东西不知节制，或喂养不当，或过食生冷难消化的食物，就会导致食物不能及时的消化，停滞胃肠，出现食欲不振甚至呕吐、嗝气、口臭、腹胀、大便酸臭等积食的症状。伴随积食后往往出现腹泻，主要表现为大便稀溏、腹胀腹痛、食欲减退或伴有呕吐、舌苔厚腻等。还有一些孩子因为饮食结构不合理，出现便秘。儿科专家提醒家长注意，孩子出现便秘后，要多喝水，保证每天有足够的饮水量；孩子的饮食应注意多种营养的合理搭配，多吃水果蔬菜。