

# “双11”熬夜网购 有人双目险失明

近期刷手机导致的眼病患者多了五成

从本月初开始，资深网购买家们就早早进入了“双11”预热模式，连日来在被窝中，紧握手机埋头备战，在挑选比对心仪之物的漫漫长夜里，忘记了时间，忘记了睡眠，更忘记了宝贵的视力正在被夺走……

记者从市区几家医院的眼科门诊了解到，近期，因长时间看手机导致眼睛不适的患者比之前多了五成以上：有人视力突然下降，有人眼胀痛得上不了班，更严重的出现一过性失明，眼前漆黑一片什么也看不见了……

## 突然失明后视力又恢复，是危险信号

32岁的白女士在银行结算中心上班，原本就有400度近视。白天上班免不了对着电脑屏幕高强度用眼，下班回家后，在黑暗中追剧或网购到深夜成了最放松的时刻。

上周的一天早上，白女士起床后发现右眼看东西突然变得很模糊，看不清，吓得她赶紧来到医院。经宁波市眼科医院常务副院长、主任医师袁建树诊断，她的右眼因高强度用眼出现黄斑出血，虽经药物治疗能进行缓解，但已经留下后遗症，很难恢复到原有的视力水平。

黑暗中看手机为什么对眼睛损伤特别大呢？袁建树分析：一暗一亮的光线对比，给眼睛强烈的刺激感。在夜晚无其他光源的情况下刷手机，人的瞳孔会自然放大，以便让更多光线进入眼睛的黄斑区，这不仅会引起视觉疲劳，损

害角膜上皮，更会损害黄斑。

其次，关灯后刷手机，虽然不至于造成失明，但常伴随姿势不良、距离过近，造成眼睛疲劳与干燥，视网膜缺血。“大多数上班族工作时间已与电脑、手机亲密相处了一个白天，晚上再这样用眼，对本身就高度疲劳的眼睛来说无疑是雪上加霜。”袁建树说。

在他接诊的病人中，严重的还出现一过性失明，“患者眼前突然一片漆黑，什么都看不到，直到3—5分钟后又逐渐重现光明，看上去已经恢复正常，但其实是危险信号。”袁建树提醒，黑暗中长时间刷手机虽不会一下子导致失明，但这个坏习惯会快速夺走你的视力，伴随而来的会有早发性白内障、青光眼、视网膜剥离、黄斑退化等眼疾，日积月累，就有可能导致双眼失明。



袁建树  
正在为患者  
做手术治疗。  
通讯员供图

## 调低亮度，最好将手机向下倾斜45°

对于睡前玩手机的人，如何将伤害降到最低？袁建树建议：

尽量把手机亮度调低，眼睛不要正对屏幕，因为光和辐射都是直射的，正对着眼睛，对眼睛的伤害很大。最好是将手机向下倾斜45°左右。

躺着看手机，枕头对眼睛的压迫会造成供血不足，时间一长眼睛就会有膨胀感，出现短时性影像重叠，这个不是滴眼药水能治好的。

袁建树说，我们感知字体是通过色差反应来识别的，两种颜色的色差越大，越费视力，黑白是最费眼睛的，所以夜间模式总是黑加紫(或灰色)。晚上玩手机最好选用冷色调，不要用暖色调的颜色。还有，晚上玩手机尽量不要超过1个半小时，长期暴露在手机光线之下，褪黑激素水平被抑制，人体生物钟被关闭，睡眠质量差，更容易患上抑郁症。

记者 陆麒雯 通讯员 陈怡

## 拍卖公告栏

刊登热线：87682558

13884469746 姚

另外承接《宁波晚报》《东南商报》政府类、企业类、招聘等公告，欢迎垂询！

## 鄞州区舟孟南路48号三年租赁权拍卖公告

受委托，本公司将于2020年11月27日上午10时在中拍平台(<http://paimai.caa123.org.cn>)举行拍卖会，现将有关事项公告如下：

一、拍卖标的：宁波市鄞州区舟孟南路48号房屋的三年租赁权，建筑面积约为87.92平方米，年租金起拍价：73809元，保证金：20000元。

二、标的咨询、看样：即日起至2020年11月26日止可自行看样或提前与拍卖公司联系看样。

三、拍卖方式：有底价网络竞价拍卖。

四、保证金缴纳及竞买登记：竞买人须于2020年11月26日下午4时前将拍卖保证金汇入到指定账户(户名：宁波永为拍卖有限公司，账号：33070122000014519，开户行：宁波银行甬港支行，保证金以到本公司账户为准)。并凭进账单和有效证件于2020年11月26日下午4时30分前到本公司办理报名登记手续。

注：原承租人在同等条件下享有优先权，优先权人需按规定办理报名登记手续，逾期未办理的视为放弃优先权。

五、咨询电话：0574-87890362、13857880551

传真：0574-87876381

联系地址：宁波市鄞州区中兴路760号7楼

未尽事宜详见拍卖专场资料

宁波永为拍卖有限公司

## 分类广告

热线 56118880

职场招聘 房屋租售 旧货回收 商务信息

装饰装潢 搬家搬厂 快捷专业搬家搬钢琴 一千喜搬家搬厂特优

法律服务 离婚、房产、经济纠纷 87295238

民商事免费法律咨询 56281878

房产租售 房产、旺铺出租

2号地铁口丽园南路站商铺十四间，电话：15888196137

海曙云林东路957号标准厂房第七层1200平。13081901628

友情提醒：使用本栏目征婚信息请注意查验对方相关个人资料。涉及金钱财物往来，请谨慎处理。因广告审查仅涉及《广告法》要求的相关内容，敬请应征者注意自我保护。

个人征婚

丧偶好老太69岁，寻找上门老伴，她待人热情大方，乐于助人，有爱心，喜欢锻炼，一个人住在宽大的房子里连个说话的人都没有，希望找一位身体健康的男士一起度过幸福晚年，有子女更佳，可以落户女方家。

电话：18352929266

个人征婚

74岁丧偶女，诚实可靠，端庄大方，退休有劳保，独居市区大套住宅，喜欢旅游和锻炼，希望在晚年生活中有个贴心老伴一起相互照顾共度余生，要求男士身体健康、脾气好，請大胆来电，有子女佳，有缘尽快生活在一起。

电话：13185909617

## 京发物业诚聘

1、监控：45岁以下，责任心强，女性或有证者优先。

2、夜班保安：男，60-63岁，身体健康，有责任心，适应夜班。

3、电梯服务：女，50-53岁，身体健康，有服务意识。

联系电话：87092147 87092131

地址：海曙区车轿街69号恒泰大厦603室

## 北仑福寿墓园

福寿墓园地处通途路旁小港街道江家村，是民政部门公认的一家园林式公墓，七一七抗日将士陵园也安于此。园内有山有水，胜如公园。长期有每穴1—2万元低价墓让利惠民，是叶落归根的理想之选！公交：宁波，北仑可乘788路，789路堰山站下转701路新凉亭站下，直达墓园，镇海乘397路孔墅岭下。

车辆接送需提前预约：86226769、13906690756、13958217139

●迟长波不慎在宁波北仑新碶遗失身份证一张，号码：220581197709142312，特此声明遗失。

●宁波拓海国际物流有限公司遗失道路运输经营许可证副本，浙交运管许可甬字330206192649号，声明作废。

●宁波金联想数码有限公司遗失公章一枚，编号3302910029254声明作废。

●姜锋遗失宁波万沧置业有限公司开具的增值税普通发票1份(二、三联)，发票代码3302172350号码02338871(113832)元声明作废。

●柴嫣曼遗失教师资格证，证书号码是20083305812001564，声明作废。

●宁波思凝国际贸易有限公司遗失银行开户许可证一份，核准号：J320057930301，开户银行：中国银行股份有限公司宁波中山支行，特此声明作废。

●遗失出生医学证明一本，父亲：王晓初；母亲：杨丽。

小孩本人：王婷，出生证明编号：O510533213，声明作废。

●宁波梅山保税港区中航投资合股企业(有限合伙)遗失财务章一枚，声明作废。

●何宏良遗失宁波市第九医院病人费用结算单，票据号码：5100381，金额：35148.83元，特此声明作废。

●柴嫣曼遗失教师资格证，证书号码是20083305812001564，声明作废。

●车牌号为浙BVD399，人保公司商业险保单单证识别码为AEDAAE0020DA0，流水号为3302200005614的保单正本遗失，特此声明作废。

●宁波普利凯建筑科技有限公司于2020年11月6日15点遗失财务专用章、财务专用法人章(姓名：周林根)各一枚，声明作废。

●宁波拓海国际物流有限公司遗失宁波市北仑区市场监督管理局2019年12月13日核发营业执照副本，统一社会信用代码91330206MA2GWCT4XY，声明作废。

●徐苗苗遗失浙江省医疗机构住院收费票据两张，社保卡号B80374140，票据代码20241852金额：4458.89元，票据代码：0092690565金额：23350.76元，声明作废。

●宁波市鼎泰房地产咨询有限公司遗失财务章，声明作废。

●宁波兴成阀门有限公司遗失财务专用章一枚，编码330280229744，声明作废。

●浙江万腾智能科技有限公司遗失公章一枚，声明作废。

●余姚市凯祥机械厂遗失财务章和姓名雷群法人章各一枚，声明作废。

●余姚市牟山镇青港农机化服务站遗失公章一枚，声明作废。

## 合并公告

根据宁波东方建设开发有限公司(承续公司)与宁波舜宏置业有限公司的合并协议，上述两公司拟合并为宁波东方建设开发有限公司。原宁波东方建设有限公司存续，原宁波舜宏置业有限公司办理注销手续。上述两家公司的债务由合并后的宁波东方建设开发有限公司承继。

特此公告

宁波东方建设开发有限公司

宁波舜宏置业有限公司

2020年11月11日

## 合併公告(吸收合併)

根据余姚市江南房地产有限公司与余姚市多元园林绿化有限公司的合併协议，两公司合併，并以方式为吸收合併，余姚市江南房地产有限公司吸收合併余姚市多元园林绿化有限公司；余姚市多元园林绿化有限公司解散注销。合并前余姚市江南房地产有限公司注册资本壹仟万元，实收资本壹仟万元，余姚市多元园林绿化有限公司注册资本壹佰伍拾万元，实收资本壹佰伍拾万元，合并后余姚市江南房地产有限公司注册资本壹仟壹佰伍拾万元，实收资本壹仟壹佰伍拾万元，余姚市多元园林绿化有限公司的资产归余姚市江南房地产有限公司所有，所有债权债务由余姚市江南房地产有限公司承继。

特此公告

余姚市江南房地产有限公司

余姚市多元园林绿化有限公司

2020年11月04日

## 关于敦促当事人处理机动车的公告

小型汽车车牌号

浙B201AB 浙B6RL22 浙B003MB 浙B78G38

浙BB61N5 浙B76115(黄牌) 皖E33585(黄牌) 皖1151793

无牌车架号“LKDC252303C00126”

无牌无车架无发动机号货车

无牌车架号“CA5031XXYK2L2-3”

以上车辆的当事人(车主)因在小区(村)内公共(消防)通道长时间停放机动车，已呈废弃外观。通过车身张贴通知、小区公告等多种途径，仍一直不进行处理或一直无人认领。现将相关车辆信息再次进行公告，请当事人自公告发布之日起3个月内，持本人有效身份证件和机动车合法证明到九龙湖交警中队办理认领手续。逾期未认领的，根据法律法规规定，将依法进行报废处理。

九龙湖街道办事处

2020年11月11日

## 认尸启事

2020年10月31日在杭州湾新区发生一起交通事故，造成一人当场死亡，死者为男性，年龄50至60岁，身高约165cm，可能为四川人，请死者家属或者知道其身份者看到启事后速与我大队联系，自本启事登报之日起30日内无人认领尸体，依法按无名尸体进行处理。

联系人：金警官、许警官

电话：0574-89388711、15557453160

宁波市公安分局杭州湾新区分局交通警察大队



宁波银行股份有限公司奉化支行拟对持有的浙江瀛源石化有限公司债权进行公开转让，现就有关事项公告如下：一、转让标的：宁波银行股份有限公司奉化支行对浙江瀛源石化有限公司的主债权以及从权利(以竞价文件为准)，包括债权本金28500000元、利息、罚息、复利及实现债权的费用。二、竞买人资格：竞买人应为长城、信达、华融、东方四大资产管理公司以及各省自治区、直辖市及市级人民政府依法设立或授权的资产管理或经营公司，及其他具备完全民事行为能力、支付能力的法人、组织或自然人。三、转让方式：本次转让为公开竞价方式。四、有效期限：本次竞价公告有效期限截止2020年11月13日。五、其他事项：1、本公告不构成要约或承诺。2、符合竞买条件且有意竞买者，请于2020年11月13日17点00分前至浙江省宁波市宁东路345号索取竞价文件。联系人：王经理 电话：0574-89068332

宁波银行股份有限公司奉化支行

2020年11月11日

## 东吴镇关于“三沿五区”坟墓迁移的通告

各位墓主：

为深化殡葬改革，大力推进“三沿五区”墓地整治，根据《国务院殡葬管理条例》及区委、区政府下发《关于殡葬领域突出问题专项整治工作方案》，东吴镇人民政府决定对全镇“三沿五区”可视范围内坟墓进行限期迁移，现将有关事项通告如下：一、迁移范围：生姜村架子山。二、凡在上述区域视野所涉范围内坟墓的墓主及其相关人员必须于自通告之日起30日内(即2020年12月1日至2020年12月31日)到东吴镇各行政村便民服务中心办理坟墓迁移补偿登记手续，并在2018年1月31日前将坟墓自行迁移至东吴镇生态墓园安葬，逾期未办理迁移的坟墓一律视为无主坟墓进行处理，不作任何补偿款。三、坟墓迁移补偿标准：坟墓迁移按1500元/穴补偿。坟墓未按要求进入东吴生态墓园的只能补偿1000元/穴。坟墓迁移完毕并经查验后到所在村领取补偿款。四、对未按本通告要求时间内进行迁移的坟墓一律视作无主坟墓处理，将由执法机关依法处置，由此产生的后果由墓主自行负责，对阻挠执法行为的人员将依法追究相关法律责任。五、本通告发布之日起施行。(联系人：王康年 联系电话：13008910530、88337826) 东吴镇人民政府 2020年11月11日