

本期聚焦

近视防控有神药？ 咱厝专家提醒：不宜自行使用

近日，国内一款0.01%硫酸阿托品滴眼液（以下简称“阿托品”）获批上市，引发广泛关注。日前记者走访了咱厝部分医院、门诊部，了解到此药在咱厝也已“抢鲜”上架。不少了解到此消息的家长，纷纷到院咨询、了解。

值得一提的是，在该药品获批前，硫酸阿托品滴眼液已作为院内制剂在各地医疗机构投入使用，且在近视儿童家长圈被封为近视“补救药”。那么，硫酸阿托品滴眼液的功效究竟是什么？适用对象有哪些？它的可以逆转近视吗？作为近视“补救药”，市民朋友该如何用好这件近视防控武器？

阿托品与近视防控有关

记者了解到，早在20世纪80年代，专业人士就已发现阿托品有延缓近视发展的作用，但较高的试验浓度（0.5%—1.0%）使受试者在使用后出现畏光、看近困难等非常明显的副作用，因此无法在临床上推广。

直到21世纪初，重启相关研究后发现，把阿托品的浓度降低到0.01%—0.05%时，与较高浓度的阿托品相比，对近视防控的效果不仅一样好，使用后可能出现的副作用还变小了，大部分近视儿童都能耐受。经过多年临床试验，国内也确认了0.01%低浓度硫酸阿托品对儿童近视控制的效果和安全性较好。2024年3月5日，国家药监局批准了一款0.01%硫酸阿托品滴眼液，用于延缓儿童青少年近视的进展。



根据国家疾控局监测数据显示：2022年我国儿童青少年总体近视率为51.9%，其中小学生是36.7%，初中生是71.4%，高中生是81.2%。这个数据，触目惊心！相当于每2个孩子就有1个是近视。

“很多家长都知道，一旦近视，除非做手术，否则很难恢复到没有近视的状态。我们只能在现有近视程度的基础上，尽力不让孩子的近视加深。而低浓度阿托品滴眼液，是目前为止，经循证医学验证能有效延缓近视进展的药物。”面对记者采访时提出的疑惑，

晋江爱尔眼科医院视光科陈明永主任首先介绍了阿托品的相关信息，并明确了该药品可延缓近视的特点。他提到低浓度阿托品可以起到轻微扩瞳作用，增加视网膜光照，这有助于促进多巴胺的分泌，抑制眼轴增长。其次，研究显示，阿托品能丰富视网膜脉络膜的血流供应，促使脉络膜增厚，对抑制眼轴增长有一定作用。眼轴增长是近视发生和发展的一个重要因素。因此，通过控制眼轴增长，低浓度阿托品能够在一定程度上延缓近视的进展。

不建议家长自行购买

0.01%浓度的硫酸阿托品被推荐为现阶段延缓儿童青少年近视进展的合理浓度，可用于延缓球镜度数为-1.00D至-4.00D（散光≤1.50D、屈光参差≤1.50D），也就是100度—400度近视的6至12岁儿童的近视进展。对于这部分儿童，0.01%硫酸阿托品滴眼液作为一种有效的近视防控手段，能够在儿童近视管理的“黄金期”发挥重要作用，通过延缓近视进展，降低成年后的最终近视水平，并最终降低致盲性近视并发症的风险。

晋江爱尔眼科医院副院长洪俊提醒：低浓度硫酸阿托品在临床试验中证明是安全的，确实能减缓近视增长，但并不是所有近视的人都可以用。作为处方药，有对应的适应证和禁忌证，需由医生综合判断使用，不建议家长自行购买。此外，对苜蓿碱成分过敏、患青光眼或有青光眼倾向、颅脑外伤、心脏病的人群禁用阿托品滴眼液；调节力低下、低色素者（如白化病患者）等慎用；部分伴有畏光症状的眼病（如角膜炎）要等到痊愈后方可使用。

另外，不管是眼药水还是各种光学手段，这些都是“治标”的方案，有效的近视防控更需要培养良好用眼习惯、加强户外活动等“治本”的方法。条件允许的情况下，应该及早到医院做好专业眼健康检查，监测近视的发生、发展趋势并及时干预和防控。

英林镇中心卫生院： 坚守责任 守护健康

基本公共卫生服务便民宣传
基层医界风采

有一种忙碌叫“五一”不休，有一种责任叫假日坚守。当大家都在享受假期时，在咱厝，有这样一群人，坚守在门诊、穿梭在病房，或在一线，或在后方，守护群众……在忙碌中度过劳动节，用坚守诠释“最美劳动者”的担当。

“点赞，谢谢你们！”“坚守‘医’线，守护群众健康，好样的！”……近日，记者了解到，“五一”劳动节期间，晋江市英林镇中心卫生院的医务人员坚守“医”线，守护群众健康，获当地群众点赞。



“别人休假我上班”

“五一”假期，为了守护群众的健康，晋江市英林镇中心卫生院的医务人员仍坚守岗位。随着“五一”假期的开始，我们也迎来了就诊的小高峰。不少没有出游，放假了才有空陪父母、孩子到院就诊的上班族都来了……“五一”当天一大早，我们的医护人员提前开诊，陆续进入工作状态。”该院院长洪天德介绍，这样做的目的，就是为了

更好地便利群众，让大家享受健康医疗服务。“五一”假期，大多数人奔赴“诗与远方”，尽情享受假期的惬意时光，但有这样一群人选择默默坚守岗位，他们忙碌在门诊、窗口、病房……用实际行动诠释着医者的仁心和担当，成为这个节日里最美的风景线。让我们聚焦他们的工作瞬间，感受平凡中的伟大，劳动中的光荣。



暖心瞬间精彩回顾

“无假日门诊”护航群众生命健康。门诊中，他们用心守护；窗口前，他们微笑服务；病房内，他们以患者为中心；急诊科，24小时严阵以待……面对患者及家属，该院医务人员细心专注，认真询问患者病情，耐心解答家属疑问，用心解除患者病痛，他们用实际行动践行着医者初心的使命和担当。面对假期陡增的患者，窗口值班的医务人员忙碌却不慌乱，耐心分拣报告、熟练操作着他们的仁心和担当，成为这个节日里最美的风景线。让我们聚焦他们的工作瞬间，感受平凡中的伟大，劳动中的光荣。

还有许多没有在此次暖心回顾中“出镜”的医务人员，他们始终默默坚守岗位，守护健康。“五一”假日期间，该院屡获当地群众好评。一位施姓患者带着母亲前往该院就诊检查膝盖，他告诉记者，“假期大家都在放假，只有医生还在忙碌。我看这位医生很忙，候诊群众也多，但他仍耐心地告诉我们一些养护膝盖的注意事项。值得赞扬！”

致敬医者！每个岗位上的你们，平凡亦有光。这个劳动节，让我们共同致敬坚守“医”线闪光的他们。



首届晋江市“结核病防治寄语暨闽南四句” 征集活动圆满落幕

近日，由晋江市疾病预防控制中心联合本报开展晋江市“结核病防治寄语暨闽南四句”征集活动获得了不少咱厝人的关注、投稿、讨论。值得一提的是，该征集活动的专家评审环节已落幕，快来围观哪些人获奖。

征集结束结果出炉

自活动开展以来，踊跃投稿，共收到来自5个省市的近100名作者共200余条投稿。经过晋江市作协主席、中国作家协会会员吴谨程、晋江市疾病预防控制中心健教科科长叶福全、传二科科长丁健全组成的专家评审团评选后，部分优秀作品脱颖而出。这些作品分别获得此次赛事的一、二、三等奖（包含一等奖1名，稿酬奖金300元；二等奖2名，稿酬奖金200元；三等奖3—5名，稿酬奖金100元），届时，将由主办方或承办方为获奖者发放获奖证书及奖金。

“在报纸上多次看到本次活动，所以我也来参加了。”闽南四句爱好者陈先生告诉记者，他一直是《晋江经济报》的忠实粉丝，多年来一直保持看报、读报的习惯，其中，每

周三、周五的《健康周刊》是他必看的版面，而近年来，他也日渐关注健康、关注中医养生知识。他表示，很感谢晋江市疾病预防控制中心、晋江经济报社此次举办这个赛事，这对于我们闽南四句爱好者，甚至是普通人学习中医、中药养生知识来说，无疑都是很有益处也很有趣的一件事。我和身边的不少好友一直对此赛事保持关注。

部分获奖作品公布

结核病患者健康管理是国家基本公共卫生服务项目之一。结核病，又叫“痨病”，是由结核杆菌引起的一种慢性传染病。为提高全民对结核病的防治意识和能力，倡导健康的生活方式，营造积极向上的健康社会氛围，晋江市疾病预防控制中心联合晋江经济报平台资源开展线上活动，以晋江经济报自身群体资源为宣传核心，通过深入家庭及社会群体的宣传和传播，潜移默化的互动式宣传，让结核病健康宣教知识走进晋江人心中。

值得一提的是，本次大赛最终评选结果

已出炉。闽南四句征集活动获奖作者分别为：一等奖空缺；二等奖陈惠梅、陈一郎；三等奖陈惠梅、杨先锋、庄海东、张孙灿、吴天色；寄语征集活动获奖作者分别为：一等奖黄先生；二等奖吴锦秀、顾飞鸿；三等奖顾飞鸿、朱皓宇、许志明、王彬瀚、云淡风轻。



专家医讯

中医院爱国楼门诊部： 省级肾病专家本周四坐诊

本报讯 5月9日，福建闽山中医肾病学流派传承工作室团队、省人民医院肾内科赵爱萍主任将到晋江市中医院爱国楼门诊部坐诊。坐诊时间5月9日（星期四）8:30—11:30，出诊诊室为晋江市中医院爱国楼门诊部二楼204诊室。

赵爱萍，主任医师、副教授、硕士生导师。福建省第三批名老中医学学术继承人，师从福建省名中医郑健教授；全国第六批名老中医学学术继承人，师从福建省名中医诗玮教授。主要从事中西医结合肾脏病临床及基础研究，擅长中西医结合治疗慢性肾炎、肾病综合征、慢性肾衰竭及血液透析等。

预约方式：

联系人陈丽芬 15060909680
联系人林衍森 15806017885
晋江市中医院爱国楼门诊部预约服务中心 0595-85674310

健康医讯

晋江市中医院医共体： 开展助产士技能竞赛

本报讯 5月5日，全球助产士迎来了第33个国际助产士节，今年的主题是“助产士：重要气候解决方案”。

为践行“赋能助产士，促进母婴健康”的发展宗旨，进一步提升助产士临床思维能力和操作技能水平，助力母婴事业健康蓬勃发展，近日，晋江市中医院举办“医共体首届正常分娩接产技能竞赛”，以满足群众对高质量、人性化及安全分娩的迫切需求。

据悉，此次竞赛参照OSCE考核模式，设置2个站点，比赛模拟产房分娩真实场景，标准化孕妇正常分娩过程。评委们细致观察每位选手的操作，根据自由体位、无创接产、EENC操作，产后照护要点，与产妇沟通、人文关怀等评分标准进行严格评分。产程进展不断变化，充分展现选手们的应急能力及娴熟扎实的功底。经过激烈角逐，比赛圆满落幕，并评选出一、二、三等奖及优秀奖选手。

“以赛促学，以赛促练。”该院相关负责人表示，本次竞赛的成功举办，调动了医院医共体助产士的积极性，提升了助产技能，为助产士在工作中发挥中坚力量奠定了良好基础。展望未来，期待更多助产士积极参与技能大赛，通过不断学习实践，提升专业技能，为母婴提供更优质、安全、贴心的服务。

节气养生

立夏养生话你知

情暖四季，美好生活，二十四节气养生课，听咱厝专家话你知。为弘扬中医养生与防病文化，让公众了解和掌握节气养生的知识，《晋江经济报》健康融媒体平台特别开设“节气养生”专栏。今日，我们一起来聊聊立夏养生。

立夏节气已至

上周日，今年正式进入立夏节气。夏季是一年中具有“四季分明”特点的第二个季节，是四季之一。气温高是夏季最显著的气候特征，但因地域、干湿环境的不同，会产生炎热干燥或者湿热多雨的不同气候。

夏季作为一年之中最热的时节，共有立夏、小满、芒种、夏至、小暑及大暑六个节气。立夏，是二十四节气中的第7个节气，同时也是夏季的第一个节气，在每年公历5月5日—7日交节。此时北斗七星的斗柄指向东南方，太阳黄经达45°。时至立夏，万物繁茂。立夏是标志万物进入旺季生长的一个重要节气。因为立夏的出现，意味着我们告别了春天，是夏天的开始，因此它又称“春尽日”。

此时养生应养心

夏季五行属火，与五脏中的心相对应，故夏季与心气相通。立夏代表着一年中阳气最盛时期的来临，心阳最为旺盛，养生保健应顺应季节的变化而为之，重点养心护心。比如，要保持愉快的情绪，安闲自乐，切忌暴怒伤心，保持神清气和、心情舒畅的状态。在日常起居方面，立夏后昼长夜短，根据节气变化，相对于冬春季节，可晚些入睡，早点起床，以顺应自然界阳盛阴虚的变化。每日13时至15时是一天中气温最高的时段，人易出汗，出汗多散热，血液大量集中于体表，大脑血液供应相对减少，尤其午后消化道的供血增多，大脑的供血就更为减少，人易出现精神不振、昏昏欲睡，因此，午间适当小睡。

饮食方面，夏日温度高，人难免烦躁上火，食欲也会有所下降。所以饮食宜清淡，应以易消化、富含维生素的食物为主，大鱼大肉和油腻辛辣的食物要少吃。

推荐核桃壳煮鸡蛋

“立夏吃15天核桃壳煮鸡蛋，有助于补足透支的肾。”国家二级公共营养师Lindy介绍，立夏之后，进入了“长”季，万物进入旺季生长期。在阳光中舒展身体，可接收充足的阳气。

炎炎的夏日对身体精气的消耗特别大，容易腰酸腿痛、腿无力、脚冷、夜尿多，整个人都是蔫蔫的。这个时候，我们的精气神都需要肾气来支撑。所以，有上述症状的读者朋友，可从立夏这天起连续吃上15天用固肾食材煮的“立夏蛋”，好好锁住精气神。选用食材核桃壳6个，敲开，取核桃壳和里面的分心木、鸡蛋6个、黑豆一小把、盐少许、酱油适量。将核桃壳、分心木洗净用清水浸泡半小时，然后加入洗净的黑豆大火烧开后转小火继续煮40分钟，紧接着放入洗净的鸡蛋，加盐、生抽一起煮约10分钟，至鸡蛋变熟；最后用勺子轻轻将鸡蛋敲破一点裂缝，将鸡蛋全部敲出均匀的网状裂痕，目的是让鸡蛋入味，再煮10分钟，关火即可。此时也别着急吃，浸泡一夜更好入味。每天吃1到2个，一次不要做多，做6到7个，吃完再做，吃不完的放冰箱冷藏。

健康问答

肺癌高危人群要重视早筛

读者问：哪些人属于肺癌高危人群？

晋江市医院呼吸内科主任张宇鹏答：普通人群，建议50岁开始，每年做一次胸部低剂量螺旋CT检查。高危人群的筛查年龄可以提早一些。肺癌高危人群包含：慢性阻塞性肺疾病者；有职业暴露史（石棉、氡、铀、镭、镍、硅、柴油废气、煤烟和煤烟灰）至少1年；被动吸烟超过20年者，包括曾经吸烟≥30包年，戒烟不足15年者。如果高危人群发现肺结节，建议尽快到胸外科、呼吸科等专科就诊，由专业医生判断结节性质，进行下一步检查和治疗。