

# 太阳镜受青睐 质量好坏难辨 莫图好看选购低价劣质镜



市民在选购太阳镜。

信阳消息(见习记者 刘方)如今,太阳镜成了很多市民春季遮挡风沙、夏季阻挡强光的必需品。记者走访发现,随着天气转暖,在很多眼镜店、饰品店、商场专柜等,太阳镜都是热销商品。

昨日,记者走访市区几家眼镜店发现,各种各样的太阳镜应有尽有,价格从几十元到几千元不等。一位销售人员告诉记者,一些国际品牌的太阳镜价格要贵一点,当然材质也好,防紫外线的效果也好。于是,记者试戴了几款太阳镜,其中一款标价为1880元,虽然销售人员说这是某国际大品牌的产品,但是除镜框造型更时尚,镜架感觉更结实平滑外,和标价四五百元的太阳镜并没有什么明

显的差别。

如何挑选太阳镜以及怎样判断太阳镜的质量好坏呢?记者采访了部分消费者,80%的消费者给出的答案是,选择中等稍微偏上价位的太阳镜,毕竟一分钱一分货,质量也不会差得太离谱,只要戴着舒服就行了。也有部分市民表示,会图好看而选择几十元钱的塑料镜片太阳镜。某品牌眼镜专柜老板说,眼镜好坏关键看材质,材质好舒适度就好,防紫外线的效果就好。但眼镜材质到底好在哪里,价格高的太阳镜防紫外线的效果好在哪里,他却回答不上来。

我市质监部门工作人员提醒消费者,购买太阳镜时,应先从外观上看镜片是否

光滑,有没有划痕、杂质、气泡,也可以透过镜片观察远处目标,如窗框或门框等,再将眼镜上下前后移动,看目标是否有摆动或者波浪变形。同时,不要只图好看,购买低价劣质的太阳镜,以免伤害眼睛或诱发眼疾。

记者在采访中还发现,很多家长也会给孩子买十几元或几十元钱的塑料镜片太阳镜。对此,市中医院眼科医生表示,儿童太阳镜的塑料镜片着色不均匀或有斑点都会影响孩子视力的正常发育,从而出现弱视、头晕、眼花、恶心等症状,建议家长去正规的眼镜店给孩子挑选太阳镜,但是建议6岁至8岁的孩子视力发育正常后再佩戴。

## 春季市民忙健身 运动需循序渐进

信阳消息(见习记者 王洋)“三月不减肥,五月徒伤悲。”春天来了,室外空气更加清新,正是锻炼身体的好时候,很多市民尤其是肥胖爱美人士已经跃跃欲试,开始了健身计划。专家提醒,体育锻炼虽有助于身体健康,但是对于歇了一冬的市民来说,一定要循序渐进、量力而行,不能急于求成,以免适得其反。

“这不,夏天就要来了,一身的赘肉穿裙子也不好看,我就来打羽毛球,争取能瘦几斤,苗条一点儿。”昨日傍晚,虽然气温很低,但在漯河公园里和老公打羽毛球的袁阿姨已经是大汗淋漓,她说,已经连续一个星期在这里打球了。“刚开始,比较心急,想着一下子锻炼成‘瘦子’,强撑着打几个小时,头也有点晕。俗话说‘心急吃不了热豆腐’,现在心态比较平和,运动量一点一点递增,锻炼完之后,感觉神清气爽。”袁阿姨说。

记者在公园里看到,相较前一阵子,随着天气好转,这段时间锻炼的人明显增多,打羽毛球的、跳舞的、打太极拳的,各有各的锻炼方法。正在跳舞的陈阿姨告诉记者,最近他们舞蹈班里就增加了不少新成员,不过有的开始劲头很足,跳了一阵子,觉得太累坚持不下去了。“我在这里跳好几年了,我感觉不能太猛,不能一口吃个胖子,锻炼贵在坚持。”

市区一卫生服务站的吴医生说,春季锻炼要把握好度,休息了一冬,身体各方面机能下降,刚开始锻炼要以恢复机能为主要目的,不能为求“速成”而盲目加大运动量,否则对于患有心脏病、心血管疾病的人来说,极易造成损伤,应该慢慢适应之后,再逐渐加大运动量。此外,锻炼不是累得气喘吁吁就是好,要根据体质而定,慢走、慢跑也是一种锻炼。

## 第154中心医院技术创新之星

# 微创治疗胃肠道肿瘤:美好生活再招手

编者按:近年,解放军第154中心医院始终把技术创新作为服务老区患者的首要途径,不断加强技术引进和人才培养力度,大幅度提高了医疗工作内涵质量,提升了服务保障能力。该院先后在广州军区武汉总医院、郑州大学第一附属医院以及第四军医大学附属新桥医院等国内知名医院建立了人才培养基地。一年多来,医院先后派出80多名医护人员学得40多项新技术,并运用这些新技术成功开展了千余例疑难手术,带动了本市医疗技术水平的提升,为老区患者提供了更方便、快捷和安全的诊疗手段,引领了豫南地区医疗技术发展新潮流。为了让广大读者进一步了解当前医疗技术的新进展,本报特开辟“解放军第154中心医院技术创新之星”专栏,陆续进行报道,敬请读者关注。

特约记者:温青 任辉

3月1日下午,家住浉河区吴家店的汪女士正在自家院落里整理刚刚收获的大棚蔬菜,院子里都是绿油油的,在阳光的照射下闪烁着春天的光芒。可这眼前的大好光景竟让她高兴不起来,连日来的劳作让这个单身女人满脸疲惫,而困扰着她的还有近日身体的不适。可这个“身体不适”让她有些难以启齿:大便出血,平均每天3~4次!她无人诉说,丈夫因肝癌去世8年了,她从骨子里对疾病就有一种莫名的恐惧,以为那会夺走她的幸福:一手操持的家,含辛茹苦照顾长大的两个孩子。一想到这里她就泪如雨下。

随后,她来到当地乡镇卫生所,医生以“肠炎”对其进行药物治疗,一周之后治疗效果并不明显。7日上午,她来到154医院一外科求医,一外科主任余强为她进行了反复检查,最确诊为直肠肿瘤。

她一听到“肿瘤”两个字,便哇一声哭了起来。人在生病无助的时候是最脆弱的,即便是这个在外人眼里十分坚强的女人。

余主任安慰她不要担心,一定会尽全力治好她的病。安顿好患者住院后,余主任马上召集科里经验丰富的医生讨论其病情,寻找一个最佳治疗方案。

“可能需要进行切除,然后人工肛门造瘘。”这或许是一个治疗方法,但考虑到应该保留患者今

后有尊严的生活,不能让一个女人天天拎着粪袋子过日子,余强主任果断决定亲自操刀为其进行腹腔镜直结肠癌手术。术后,病人得以保全肛门,肿瘤切除完整,患者一周后顺利康复出院,开始了新的美好生活。

据余强主任介绍,腹腔镜治疗胃肠道肿瘤一改传统手术创伤大、出血多、病人恢复慢的弱点,具有手术时间短、术中出血少,病人恢复快、肿瘤切除彻底,微小病灶清除干净,术后并发症发生率低等优点。

近年,由于人们工作压力大、膳食结构不合理以及环境污染等原因,胃肠道肿瘤的发病率逐年上升,成为当今人类健康的头号杀手。针对这一情况,解放军第154中心医院一外科通过“外派学习,内引设备”,借助先进的腹腔镜及超声刀系统,率先在豫南地区成功开展了胃肠道肿瘤的腹腔镜外科治疗,已经成功为近百名患者解除了病痛,为病人及其家属重新找回了美好生活。

为了保持医疗技术优势,解放军第154中心医院持续改进医疗质量,大力夯实临床专业发展基础。“人才、技术和设备是医疗质量提升的不竭动力,有了这三件法宝,我们154医院发展起来底气十足,速度更快。2013年,新的门诊病房大楼将会竣工启用,对医生和护理人员的能力有更高的要求。我们正在积极储备人才,更新技术,引进设备,决心从根本上解决老区父老乡亲看病难的问题!”院长张胜利表示。



余强主任(中)在主导手术