

医院之窗

绵阳市中心医院宣传科编印(163)



2020年8月31日 总编：何梅 主编：韦林川 责任编辑：邓凌腾

内部资料性图书准印证：绵新出字第67号



医院微信服务号



医院微信订阅号

解放军总医院心血管内科韩宝石教授来院指导



8月9日上午，解放军总医院心血管内科韩宝石教授一行受人工智能医疗器械创新合作平台医疗数据应用技术研究工作组委托来我院指导学科发展与科研建设，院党委书记王东、院党委副书记何梅，老年综合科、心脏电生理中心、重症医学科相关负责人参会。会中，王东书记表示，绵阳市中心医院作为解放军总医院在川重要的科研协作单位，将全力配合、全力支持、全面参与，为推进相关研究的顺利开展贡献力量。会上，大家还围绕科研共享平台的建设，科研立项、设计等各环节进行了充分地交流。

(刘杨)

乘风破浪 医路前行 我们这样过医师节



白衣秉丹心，悬壶济世情。8月18日，紫荆楼第一学术报告厅庄严肃穆，“弘扬抗疫精神 护佑人民健康”绵阳市中心医院第3届中国医师节庆祝大会在这里举行。在家院领导班子，各科室主任、护士长、一线医生代表等共计300余人参加大会。

鲜于剑波院长代表院党委、院部向全院广大医师同仁深切寄语。他说，在新冠肺炎疫情席卷神州大地和人民最需要的时候，我院广大医务人员义无反顾冲在疫情防控第一线，在没有硝烟的战场上，舍生忘我，用血肉之躯筑起了护佑生命的钢铁长城。他强调，当前，医院所面临的是疫情防控、复工复产

和脱贫攻坚三大任务交织重叠的局面，更是丝毫麻痹不得，放松不得，大意不得，全院干部职工更要紧紧围绕在医院党委周围，凝心聚力、共克时艰。他希望，广大医务工作者要转变观念、审时度势，努力成为建设区域医疗中心的先行者；要加强学习、提升技能，努力成为医院高质量发展的推动者；要发扬传统、恪守誓言，努力成为医院和谐氛围的营造者。

人生千百面，医生是他们最好的一面。平日里，他们有追寻生活斑斓的进取心；工作中，他们更有守护生命安康的敬畏心。一段令人热血沸腾的VCR和一场活力四射的健康秀传递着康积极的生活态

度，展示着将生活爱好与工作需求有机融合的小妙招。

“同洒一片热血，同着一袭白衣。”来自各科室的护理代表将医护携手、肝胆相照的感动瞬间娓娓道来，深情讲述她们眼中的真实而可爱、光荣而可敬的医生战友。

新冠疫情发生后，在医院党委科学部署，周密安排下，白衣战士迅速响应，在医院大本营、绵州大后方、湖北武汉、首都北京和新疆最前沿以及复工复产第一线，严防死守、共同抗“疫”，为打赢新冠肺炎疫情阻击战贡献了智慧和力量。生死之间、白衣之下，抗疫出征、负重前行。赴北京核酸检测队代表、检验科副主任曾家伟现场讲述了在北京以生命守护生命，以责任诠释担当的点点滴滴。

向医师致敬，为英雄喝彩。在医师节这样一个特殊的日子里，院党委同样要给予赴京抗疫医疗队代表赞美的荣誉。现场，鲜于剑波院长为曾家伟、胡冬、陈曦三同志授予镌刻光荣的抗疫纪念章。

为了大力弘扬抗疫精神和医师职业崇高精神，激发医师职业荣誉感和神圣的使命感，营造尊医重卫的良好氛围，今年的医师节在全院范围内开展医师“尚贤奖”评选、优秀病历评选，表彰那些工作认真、医德高尚，在患者和同事中有引领作用、崇高威望的医生代表。

何梅副书记代表院党委宣读表扬决定。她说，“尚贤奖”评选、优秀病历奖是“顶天立地”的关系。优秀病历奖是医疗质量的核心，是基础与保障，是“木”的层

面，“尚贤奖”是一种尊重与传承，是标准与榜样，是“魂”的层面。唯以厚德载医，唯以传承前行。现场，科室青年医生上台，为获得“尚贤奖”的前辈送上代表敬意的鲜花。台下掌声阵阵，是由衷的敬意和衷心的感谢。

随后的“插曲”让现场气氛再一次达到高潮。普外科主任邓志刚手持鲜花径直走向台前，将敬意送到普外科专家鲜于剑波院长手上。这，是引领我们的标杆，是尚贤奖中的尚贤奖。

选择学医可能是偶然，但在医师誓言面前的庄重承诺，将要付出一生的忠诚和热忱！在蒋涛副院长的领誓下，全场同仁高举右臂，重温医师誓言。

(刘文/文 邓凌腾/图)



奋战33天，我院两名援疆核酸检测队员凯旋

8月20日，我院派出的两名援疆核酸检测医疗队队员冯跃（中共党员、主管检验师）、甘苓玲（中共党员、主管检验师）顺利完成任务返川了。

省卫生健康委副主任、党组成员曾俊受省应对新冠肺炎疫情应急指挥部副指挥长、省卫生健康委党组书记沈骥，省应对新冠肺炎

疫情应急指挥部副指挥长、省卫生健康委主任何延政的委托前往机场迎接。

按照国务院联防联控机制的统一部署，在四川省委、省政府的坚强领导下，四川迅速组建了一支素质高、能力强、敢打仗的检验检测队伍于7月18日抵疆。检验检测队共计20人，主要来自国家在川

医疗机构、委属委管医院等11家高水平三级甲等综合医院，绵阳市中心医院作为全省仅有的4家地州市医院参与此次任务。

据了解，四川核酸检测队在新疆奋战的33天，与新疆自治区医院通力合作，共建战时联合检验检测模式，高效开展核酸检测任务，7月19日-7月29日

完成237309人筛查，日检测量提升到每日筛查近3万人，共检出38例阳性。7月30日起新疆其他地域，开展了收样检测、人员培训等工作。

从1月至今，我院检验科的医务人员就成了防疫尖兵，从阶段性地完成绵阳本土战“疫”的任务后，又相继赶赴北京、新疆，把实

验室当战场，用自己的专业知识为新疆的疫情防控提供着检验人科学、有效的支撑。

两名队员将在成都集中隔离两周后返回绵阳，他们表示，将利用隔离时间好好休整，总结此次援疆的宝贵经历，以充沛的经历继续投入工作。

(朱志仪)

2岁幼儿突发急性胰腺炎 消化内科医生ERCP微创治疗半小时搞定！



谢先生无论如何没有想到，2岁的女儿会“平白无故”地出现腹痛、呕吐。年幼的女儿不能准确地描述自己的病情，谢先生便想当然按照普通的“胃肠炎”给女儿治疗，哪曾想女儿病情愈发加重。平日里活泼好动的女儿变得蔫哒哒没了平日里的精神头，谢先生赶紧将女儿带到绵阳市中心医院小儿外科就诊。

入院后的检查结果愣是吓了谢先生一跳——肝功损害，血淀粉酶和脂肪酶升高，胆胰壶腹部结石，肝内外胆管扩张，胰管扩张梗阻，胰头肿大，考虑急性胆源性胰腺炎——专业的术语随时不明就里，但“急性胰腺炎”是有所耳闻，处理不及时可是要致命的！

患儿手术指征明显，但小儿外科刘均主任考虑外科手术对2岁的幼儿创伤较大，术后恢复时间长，便立马联系消化内科副主任赵新华，启动多学科协作MDT团队。MDT团队针对患儿病情积极研讨并达成一致意见：胰胆管汇合异常，汇合段过长，可以通过ERCP治疗。经过与谢先生充分沟通，最终决定行ERCP取石术。

术前准备、术中预案，一切准备妥当，在小儿外科医师的陪护下，在麻醉科医师支持下，消化内科邹宇主治医师成功为患儿实施ERCP胆管取石及鼻胆管引流。手术过程顺利，术中取出多枚胆总管结石，同时行EST缩短了过长的胆胰管汇合异常段，及时为患儿解除了痛苦，整个手术过程仅用了半小时。术后该患儿腹痛症状消失，复查肝功好转，术后第二天就进食流质食物。

(赵新华)

满血重生 绵阳首例自体干细胞移植在市中心医院顺利完成

近日，绵阳市中心医院血液内科首例自体造血干细胞移植患者顺利出院，实现了绵阳市中心医院自体造血干细胞移植技术零的突破。

2019年6月，58岁的李先生突发右侧胸窝皮肤包块，伴有痒痒不适，起初因忙于工作，并未予重视，此后包块逐渐长大，红肿疼痛，皮肤破溃后有脓液流出，李先生开始着急，在辗转多家医院后于2020年1月在我院血液内科被确诊为浆母细胞淋巴瘤，这是一种血液系统的恶性肿瘤，治疗不及时将有生命危险。突如其来的变故打乱了他平静的生活，家人和朋友十分担忧，渴望寻求有效的治疗方案赢得生机。

血液科主任许芳主任医师是李先生的主管医生，在他入住血液内科后立即为他设计了规范的联合化疗方案，在经过3个疗程的化疗后，李先生的病情得到有效缓解，此时正是自体干细胞移植的最佳时期。

自体造血干细胞移植是血液肿瘤重要的治疗手段之一，目前绵阳市中心医院已具备自体干细胞移植术的条件。基于对医院及科室医疗技术水平的充分信任，李先生和家属在深思熟虑后自愿选择在我院进行

自体干细胞移植术。

此次移植由血液内科主任许芳带领科室青年骨干医师制定了详细的诊疗计划，科室护士长陈斌、责任组长、感控护士骨干护士组成移植护理团队。按照方案，首先需用重组人粒细胞集落刺激因子进行外周血干细胞动员，随后又进行了两次干细胞采集，经检测，细胞数量达到移植要求。从前期的准备完成后到进入自体干细胞移植病房，从大剂量化疗到采集的患者自体的干细胞，再重新回输到李先生体内，血液内科医护人员拼尽全力为他种下生命的种子，点燃康复的希望。

回输当日，患者家属非常紧张，陈斌护士长全程陪同家属守候在移植病房门外，与家属交流，稳定家属情绪。移植病房内，卢永燃主管护士一边与患者亲切地交流、细致地观察，一边按照标准化操作流程一袋接着一袋地将“生命的种子”——干细胞点点滴滴地输入患者的体内，历时3小时35分钟，5袋干细胞共299ml输注完毕，患者全程情绪稳定，无任何不适，干细胞回输移植过程顺利完成！消息传

来，所有医护人员和家属无不欢欣鼓舞。

干细胞顺利回输的完成仅仅是移植过程的重要中间环节，移植后患者的管理才真正考验着移植团队的耐心和细致。在患者抵抗力极低的情况下，一旦发生感染，将对患者的生命健康产生致命的威胁。为了预防口腔感染，患者每天就要采用5种口腔护理溶液进行一日多次的反反复复漱口，频繁的漱口，难免会让患者厌倦，为鼓励患者坚持良好的漱口依从性，移植病房的责任护士苟敏、卢永燃、赵芳、秦丽娟、刘晓玲每天按时把漱口液递到患者手上，耐心指导，直到患者按要求完成才放心离开。她们每天每班将患者当日的治疗情况、出入量、心理状态等等，在专门为患者建立的微信群内进行告知，让大家实时掌握患者的动态，为治疗护理方案的调整提供有效的依据。

通过血液内科医护团队的精心的照护，李先生移植后12天，各项检查指标恢复良好，全程无发热及不良反应，移植治疗获得圆满成功！李先生于8月13日康复出院，在出院之际，李先生饱含深情地向护士

长讲述了自己移植期间的感受，虽然亲人不在身边，但许主任和移植病房的护士老师们真的像亲人一样关心他、照顾他，用精湛的医术和专业的护理给他带来了信心和希望，他非常高兴能够得到这个“第一”，也相信医院的干细胞移植技术会得到更好地开展，并送上锦旗表达了自己和亲属对医院、对血液内科医护团队深深地感谢和敬意。

绵阳市中心医院血液内科建科41年，拥有悠久的历史和专业技术力量强大的医护团队，自体造血干细胞移植技术的顺利开展再次成功展示了医院的综合实力及学科水平，将为川

西北地区血液系统疾病患者的康复带来更大福音！

自体干细胞移植，是患者进行大剂量放化疗或其他免疫抑制剂等处理，清除患者体内的肿瘤细胞、恶性克隆细胞或异常造血干细胞后，将自身的造血干细胞移植到体内，担负起造血的作用，从而达到治疗的目的。适应于急性白血病、淋巴瘤、多发性骨髓瘤和自身免疫性疾病，其特点是：采集过程安全，可重复采集，采集物被肿瘤细胞污染几率小，移植后造血功能恢复快，住院时间短，住院费用少，患者痛苦少。

(秦丽娟)



硬核！鲜于剑波院长在国家级高峰论坛作专题讲座



8月4日，由国家卫生健康委能力和继续教育中心、国家卫生健康委医疗服务指导中心举办主办的首届现代医院管理制度高峰论坛暨第五届中国现代医院管理能力建设与发展大会在江苏举行。原国家卫生部部长高扬，国家卫生健康委体制改革司司长梁万年，国家卫生健康委法规司司长赵宁，国家医疗保障局基金监管司司长黄华波出席开幕式并讲话。现代医院管理能力建设专家委员会地市分会副主任委员、绵阳市中心医院院长鲜于剑波应邀在高峰论坛上做专题讲座。

在下午举行的地市分委会分论坛上，国家卫生健康委能力建设与继续教育中心副主任宋冰、扬州市副市长余珏致辞。鲜于剑波院长在题为《直面新冠疫情下公立医疗机构资源管理问题》的专题讲座中，围绕医院疫情防控、人力资源管理与策略以及总结思考进行阐述。

讲座中，鲜于剑波院长详细介绍了绵阳市中心医院疫情防控“5个3工程”模式，即“三级组织同频共振、三个方面齐抓共管、三大点位齐头并进、三条战线精准施策、三项措施有力有序”。分析了疫情防控中众多医院面临的“诊疗量下滑导致人力资源相对过剩，疫情防控人力资源相对不足，工作模式改变导致人力资源能力相对不足，疫情防控中医务人员身心负荷过重，疫情防控期间绩效考核及休假”等问题，并介绍了绵阳市中心医院的应对策略。

鲜于剑波院长总结道：平战结合的灾害救援队为灾害突发事件救援提供了力量保障；应急状态下对医务人员和人力资源提出了更高要求；疫情防控中，行政职能重构对行政管理及专业能力要求更高；疫情常态化下随着新增岗位的固定，需要建立更加科学的绩效评价体系；医院要转变培养模式，补充灾难救援力量做好平战结合。

鲜于剑波院长的讲座以绵阳市中心医院的疫情防控工作为例，结合疫情防控中各家医院面临的共性问题，摆问题，讲策略，谈总结，提思考，获得了与会医院管理者的广泛认同和赞誉。

(韦林川)

学科风采

眼科简介

绵阳市中心医院眼科成立于 1961 年，经几代眼科人努力发展至 1995 年成为独立科室。1994 年由四川省残疾人康复工作办公室批准成立绵阳市白内障复明低视力康复中心，1996 年经四川省卫生厅批准成为绵阳市眼病防治中心，2006 年挂牌成立全国唯一设在地市州的健康快车无限极眼科显微手术培训中心，2008 年成立绵阳市盲盲技术指导组办公室，同年批准成为眼科专科医师培训基地，2009 年成为 CBM（国际克里斯多夫盲组织）合作伙伴，2012 年批准成为四川省甲级重点专科，2013 年批准成为绵阳市眼科质量控制中心，2014 年批准成为国家级住院医师规范化培训基地，2018 年批准成为绵阳市青少年近视防控分中心，2018 年成为 WSF（英国世界视力基金会）合作伙伴。眼科是集临床、教学及科研为一体的专业科室。

科室团队及人员结构：眼科由门诊眼科、近视手术门诊、眼科住院部三个部分组成，住院部拥有编制床位 51 张，实际开放床位 56 张。门诊配备角膜接触镜验配室 4 间。医护人员 49 人，其中医生 23 名，包括主任医师 6 名，副主任医师 7 名，主治医师 6 名，住院医师 4 名。博士 2 名，硕士 11 名，本科学历 8 名。护理人员 24 名，主任护士 1 名，副主任护士 2 名，主管护士 5 名，护士 15 名。

科室主要设备情况：全飞秒激光手术系统，飞秒激光辅助白内障手术设备，飞秒激光准分子仪器，准分子仪器，超声乳化仪器，玻璃体白内障联合手术设备，广角高分辨率血管 OCT，OCT 仪器，欧堡

眼底照相及眼底造影，眼底造影仪，眼底照相仪，眼前段照相仪，眼部 A/B 超仪，UBM 仪，干眼 IPL 强脉冲治疗仪，生物测量仪，角膜地形图，非接触式眼压计，综合验光仪 5 台等精密眼科设备。

技术水平：科室设有白内障、青光眼、眼底病与眼外伤、小儿眼科与斜弱视、角膜与眼表病、眼眶与眼整形、视光学、神经眼科等 8 个亚专业。开展了飞秒激光辅助白内障超声乳化术、白内障超声乳化术、飞秒全激光近视治疗术、准分子激光近视治疗术、ICL 晶体植入术、27G+微创玻璃体视网膜手术、黄斑裂孔手术、视网膜脱离复位术、后巩膜加固术、黄斑剥离术、斜视矫正术、角膜缘干细胞移植术、青光眼引流阀植入术、EX-PRSS 引流钉植入术、青光眼白内障联合手术、复合式小梁切除术、鼻内镜下泪囊鼻腔吻合术、眼眶肿瘤摘除术、内窥镜下泪道激光术、青少年近视防控技术角膜塑形术、渐变多焦点及 RGP 镜验配术、干眼症脉冲治疗、3D 偏振光训练系统在治疗儿童斜弱视、活动义眼台植入、眼内异

物取出、角膜移植术、甲状腺相关性眼病的鼻内镜眼眶减压术、眶脂肪减压术、直肌松解术、上睑退缩矫正术等手术及治疗等。

教学工作：科室拥西南医科大学硕士生导师 1 人、重庆医科大学硕士生导师 1 人，并承担了西南医科大学、川北医学院、成都医学院及市内外多家医院的实习、进修任务，也是国家级住院医师规范化培训基地。

举办会议及继续教育培训班：成功举办国际会议 1 次、全国性学术会议 2 次，每年举办 2-3 期省级、市级继教项目，常年开展县市区医院学术巡讲。

科室理念

“睛”彩世界
与 EYE 同行

专家简介

代 艳 眼科主任、主任医师、眼科博士、硕士研究生导师、兼职教授。四川省卫生厅学术技术带头人。中国医药教育协会专业眼科分会常委、中国医药教育协会医疗器械管理分会委员、省医学会眼科专委会常委、省防盲技术指导组专家、省女医师协会眼科专委会副主任、四川省预防医学会眼视觉保健分会常委、市医学会眼科专委会主任委员、市眼科质量控制中心业务主任、市青少年近视防控中心主任等多个省市级学时任职。以第一作者及通讯作者在眼科 A 类专业期刊发表论文三十余篇。参与编撰眼科专著一部。作为主研参与国自科科研项目 1 项，参与省及市级科研项目 7 项，获得科研基金资助 5 项。获省医学科技三等奖一次，市科技进步奖二等奖 2 次、三等奖两次。擅长：疑难视网膜疾病及白内障的诊治、微创玻璃体视网膜手术及 ICL 手术。

门诊时间：周一、周二、周三上午

曾 健 眼科副主任，副主任医师，

四川省康复医学会盲专委会副主任委员、绵阳市盲办副主任、绵阳市眼科专委会委员。擅长角膜、眼表、眼眶病、白内障的诊治及手术。获绵阳市科技进步奖 2 项，作为副主编参编眼科专著 1 部，发表论文 6 篇，获卫生部国际交流中心眼科青年医师奖。擅长：角膜、眼表、眼眶病、白内障的诊治及手术。

门诊时间：周一、周二、周四上午

唐晓蕾 眼科副主任，副主任医师，曾于英国布里斯托大学附属眼科医院小儿眼科专业进修，北京同仁医院斜弱视、眼整形专业进修，复旦大学耳鼻喉医院屈光专业学习。目前担任中国医药教育协会专业委员、四川省医学会眼科学会青委会委员、眼科四川省康复医学会低视力学组委员、四川省女医师眼科分会常务委员、绵阳市眼科质控中心秘书、绵阳市眼科专委会秘书；获绵阳市科技进步奖 1 项、参与编写眼科专著 1 部、发表 SCI 论文及北大核心期刊论文多篇。擅长：小儿眼病、斜弱视、屈光手术及眼科常。

门诊时间：周一、周二、周三上午

王晓莉 主任医师，从事眼科专业临床工作 30 余年。中国医师协会眼科分会委员、省眼科专委会副主任委员、省眼科医师协会副主任委员、省康复医学会眼疾病康复专委会主任委员、市眼科专委会前任主任委员、

省卫生专业高级职称资格评审专家、绵阳市专家评审委员会委员。擅长飞秒激光辅助白内障超声乳化术、白内障超声乳化加人工晶体植入、斜弱视及双眼视异常诊治。先后获科研奖 4 项、承担省级科研 2 项，主编出版专著 1 册，在省级以上刊物发表论文 30 余篇。擅长：白内障、斜弱视、ICL 手术及眼科常见病诊治及手术。

门诊时间：周三上午

白小良 主任医师，现任四川省医学会眼科专委会视光学组成员，绵阳市眼科专委会委员，中华医学会眼科分会会员。从事眼科专业 25 年，具有丰富的临床经验及处理疑难杂症的能力。特别擅长于激光治疗近视。在川西北首先开展准分子激光治疗近视手术，现已 10 余年，具有丰富的临床经验。擅长：各种近视激光手术及各种眼科常见疾病的诊治。

门诊时间：周一、二、三、四、五全天

余 敏 主任医师，四川省女医师协会眼科专委会委员，绵阳市眼科专委会委员，绵阳市眼科医疗质量控制中心专家，多家医联体医院的技术指导专家。从事眼科临床工作 20 余年，具有丰富的临床经验，擅长各类眼科疑难病症的诊治，尤其是各类难治性青光眼、复杂白内障、晶状体疾患的诊治及手术。出版眼科专著一部，获绵阳市科技进步奖二项，发表论文 10 余篇。擅长：青光眼、白内障、眼底疾病及常见眼病的诊治。

门诊时间：周一下午，周五上午

陈小虎 副主任医师，硕士研究生，毕业于四川大学。曾在北京同仁医院、温州医学院视光医院进修神经眼科、视

光学专业。拥有丰富的眼视光学理论知识及临床经验，擅长神经眼科、斜弱视、双眼视异常的诊断及治疗及应用准分子激光治疗近视。获绵阳市科技进步奖 2 项、参与编写眼科专著 1 部、发表学术论文 10 余篇。擅长：神经性眼病、斜弱视、甲状腺相关眼病治疗、后巩膜加固术。

门诊时间：周一、周二全天，周四下午、周五上午

陈向晖 副主任医师，硕士研究生，毕业于重庆医科大学，现于南方医科大攻读博士学位。曾在广州中山眼科中心进修眼表病专业。从事眼科临床和科研工作近 20 年，对眼科疾病的诊治有较丰富的经验，擅长角膜病及眼表疾病的诊治及手术。获绵阳市科技进步奖 1 项、参与编写眼科专著 1 部、发表学术论文 3 篇。擅长：角膜与眼表病的诊治及手术。

门诊时间：周一、周三、周四上午

王 科 副主任医师，毕业于同济大学。曾在北京大学第三医院进修眼外伤及眼底病专业。从事眼科临床工作 10 余年，对眼科疾病的诊治有较丰富的经验，擅长眼底病、眼外伤等眼科疾病的诊治与手术。获绵阳市科技进步奖 1 项、参与编写眼科专著 1 部、发表论文多篇。擅长：眼外伤及眼底疾病。

门诊时间：周三、周五上午

李健全 副主任医师，毕业于重庆医科大学，曾在卫生部眼视光中心、广州中山眼科中心进修白内障、青光眼专业，在上海第九人民医院学习眼整形、

美容，从事眼科临床工作 10 余年，对眼科疾病的诊治有较丰富的经验，擅长白内障、青光眼、眼整形、美容的诊治和手术。获绵阳市科技进步奖 1 项，参与编写眼科专著 1 部、发表论文多篇。擅长：白内障超声乳化手术 青光眼及眼整形美容的手术与治疗。

门诊时间：周一、周四上午

李 娜 主任医师，毕业于重庆医科大学，从事眼科临床工作近 20 年，具有丰富的临床经验。擅长各种眼底病的诊断及激光治疗。多次参加国内外专业学术交流，获绵阳市科技进步奖 2 项，作为副主编参编眼科专著 1 部，发表论文 10 余篇。擅长：各种眼底病的诊断及激光治疗。

门诊时间：周一至周五全天

陈 俊 主任医师，从事临床眼视光工作 30 年。具有扎实的眼科基础知识及丰富的临床眼视光工作经验。擅长角膜塑形镜、周边离焦镜、高透氧硬性角膜接触镜等特殊眼镜验配，尤其是视光学临床青少年近视的防控。擅长医学验光，眼视光学特殊疾病的诊断和处理。撰写论文 15 篇发表于国家级杂志上，多次参加全国性眼科学术大会宣读及交流论文，参与本专业多项课题设计及研究。擅长：视光学，临床青少年近视防控，角膜塑形镜、周边离焦镜、医学验光。

门诊时间：周一至周五全天

曾 涛 副主任医师，毕业于华西医科大学，从事眼科工作 10 余年，曾于温州医学院眼视光学院进修学习视光

学理论与技能，擅长医学验光，眼视光学专业矫治工作以及角膜塑形镜、高透氧硬性角膜接触镜等特殊眼镜验配，发表论文多篇。擅长：医学验光，眼视光学专业矫治工作以及角膜塑形镜、高透氧硬性角膜接触镜等特殊眼镜验配。

赵 媛 主治医师，眼科硕士，毕业于重庆医科大学，于北京同仁，擅长眼科常见病及眼底病的诊治，发表学术论文多篇擅长：眼底疾病、眼底激光治疗及眼科常见病的诊治。

门诊时间：周一至周五全天

李 倩 主治医师，眼科硕士，毕业于西南医科大学，擅长眼科常见病的诊治，发表学术论文多篇。擅长：眼科常见病的诊治。

门诊时间：周五下午

唐云户 主治医师，毕业于温州医科大学，曾在温医大附属眼视光医院进修学习。擅长角膜塑形镜、RGP、圆锥角膜等复杂特殊功能镜片的验配。婴幼儿斜视、弱视的非手术治疗。擅长：角膜塑形镜、医学验光及视疲劳的诊断与治疗。

赵晓娟 主治医师，毕业于川北医学院，擅长眼科常见病的诊治。擅长：眼科常见病的诊治 眼科激光治疗。

门诊时间：周一至周五全天

郭 丽 毕业于川北医学院眼视光学系，国家二级验光师。擅长：疑难医学验光，近视防控，双眼视功能检查，角膜塑形镜验配等。

门诊时间：周一至周五全天



儿童近视高发年龄提前至 4 岁医生：手机等电子产品是罪魁祸首

每个暑假，孩子们都是最开心的，不用每天上课做作业，还有更多的时间看电视、玩手机。但是在大家享受暑假这份美好而又惬意的生活时，又有多少同学会注意用眼规范呢？

在市中心医院眼科门诊，不管是挂号、缴费处，还是候诊、就诊区，都排起了长队，而队伍中，有一半都是学生。

学生小魏：“我近视了三百多度，已经有几个月了。”

学生小鲍：“现在左边眼睛是 270 度，右边眼睛是 250 度。”

张女士：“我儿子现在近视 175 度，但是他只有一只眼睛近视，今天过来再复查一下。”

娃娃近视可能有两三年了，但是我们昨年才发现，一发现就

四百多度了。

经过采访了解，因为近视前来就诊的学生大多都是天天玩手机的“低头族”。

学生小鲍：“我经常要游戏，喜欢晚上关了灯耍手机。”陈女士：“昨年给他配了个手机，本来喊他学习下网课的，结果他在手机上玩游戏，躲到被子里玩手机，眼睛就近视了。”

绵阳市中心医院眼科专家介绍，每个暑假都是接诊高峰期，这几乎已经成为了一种惯例。而今年整个暑假，前来就诊的学生更是比以往要多很多，且主要集中在 4 岁到 11 岁这个阶段。

“我个人的门诊量每天平均下来有 80 例，门诊孩子的年龄也从以前的 11 岁左右提前到了 4、5 岁，很多孩子都是来建立视光档案、体检，但是我们也筛查出来很大部分的孩子出现近视、远视、

散光，其中近视是占绝大多数。”市中心医院眼科副主任医师曾涛说。

曾涛介绍，学生出现近视等眼部问题，并不是因为课业量大，手机、平板等电子产品才是其“罪魁祸首”。

“电子产品的广泛应用，孩子的用眼强度远远超过了眼睛的负荷，很多孩子迷上了电子产品以后，他的用眼长时间在同一个距离，远远超过了我们要求的 30 分钟，基本上都是持续几个小时，这样长时间造成的视疲劳，就会导致近视的产生。”曾涛说。

避免近视远离手机保护好眼睛长时间用眼过度容易出现视疲劳，进而导致近视等眼部疾病的发生。那应该如何干预和防治呢？我们继续往下看。

绵阳市中心医院眼科专家介绍，青少年如果过长时间接触手机、平板等电子产品，会让眼球

周围肌肉群一直处于紧张状态，影响眼球的晶状体调节；同时电子产品的蓝光对眼球的刺激，会使眼睛变得干涩疼痛，导致眼睛发炎引起不适。

“电子产品它的光线比较强，它对我们视网膜和晶状体有很大影响，特别是孩子在发育过程中是最明显的。”曾涛说，孩子的近视现象正处于低龄化的发展趋势，除了先天性的视力障碍，目前接收到的近视患者中，最小的只有 4 岁，而 6 岁以前是儿童视觉发育的关键期，家长在该阶段一定要重视孩子的眼部健康。

“6 岁以前的孩子建立的眼部屈光档案，包括眼轴、角膜定型图、眼底，我们通过检查来判断孩子是近视、远视还是散光。并且每半年或者一年，建议孩子来复查，我们再根据他身体的发育状况、眼轴的增长、近视度数的变化、屈光的变化，进行进一步



的治疗和干预。”

绵阳市专中心医院眼科专家表示，孩子的不良用眼习惯，不仅会影响视力的正常发育，严重者还可能引起慢性的结膜炎、干眼症甚至角膜的病变。因此，养成良好的用眼习惯、做到及时干预尤为重要。

“看书写字，眼睛离书本应该一尺远；胸口离桌子一拳远；握笔的姿势要正确；使用电子产品，玩耍时间严格控制在一个小时之内，注意休息。另外，如果检查出近视，一定要听从医生的建议，正确佩戴眼镜，做好近视防控。”曾涛说。

随着气温的升高，各种各样的小虫子也出来了，稍不留神就可能会有小虫子飞进眼睛里，都说眼里容不下一粒沙，更何况是一只虫，怎么办？千万揉不得！

异物入眼，小伙伴们下意识会用手去揉，但是这样的做法容易损伤角膜，甚至将异物嵌在角膜内，加重眼睛损伤，影响视力。

如果手脏，还可能引起角膜发炎甚至角膜溃疡。那么正确做法应该是：

首先，应轻轻闭眼一会，或用手轻提上眼皮，一般附在表面的眼睛异物可随眼泪自行排出。

若眼睛异物不能自行排出，异物可能在上眼皮里面的睑结膜上，可把眼皮翻过来找到异物，用湿棉棒或干净手绢轻轻擦掉，也可以用清洁的水冲洗，磨痛立刻消失。

用水冲洗，需记得：最好使用蒸馏水或凉开水冲洗眼睛，也可用纯净水做紧急处理；冲洗时要睁大眼睛，头部稍微倾斜，让水流方向平行于眼球表面，水速不宜太急。

若翻过眼皮仍未找到眼睛异物，那异物可能是在角膜上，千万不要自己动手去取，此时应该及时到医院去治疗。

切记，一定要改掉揉眼这个习惯！

另外，如果眼睛被外物撞击，首先检查是否有出血、眼球破裂、明显的视下降、怕光流泪眼睛睁不开等情况，不要揉搓眼睛，避免二次伤害，并及时前往医院找医生做检查，看看致伤物是什么，是否会对眼睛造成伤害。

在平时生活中，无论成人或孩子平时都应注意用眼卫生，避免脏手揉眼；养成良好的用眼习惯，避免长时间近距离用眼；有不适情况时应及时就医，避免延误治疗。

眼睛里飞进了虫，揉不得！正确的做法是……

专家支招