

当隐形眼镜遇上新冠病毒 怎样戴才是正确操作?



湖北科技学院 开展安全教育宣教活动

本报讯 记者焦姣、通讯员程志红报道:4月15日是全民国家安全教育日,湖北科技学院结合疫情防控形势和工作实际,深入开展国家安全教育宣教活动。

“三项活动确保安全教育入脑入心。”该校相关负责人介绍,疫情期间,开学延迟。为确保安全教育宣教活动的顺利开展,湖科将有效结合实际,充分结合网络,通过同一堂主题公开课、召开一次主题“云”班会,开展一次主题网络宣传,引导师生将总体国家安全观贯穿抗疫全过程,履行应对突发公共事件的职责义务,提升维护国家安全的自觉性和主动性。

后期,该校还将结合“共抗疫情、爱国力行”主题宣传教育和网络文化阶段性成果征集展示活动,挖掘在抗疫一线用实际行动维护公共卫生安全、捍卫国家安全的先进典型及感人事迹,运用新媒体手段,依托网站、微信公众号、抖音短视频平台等媒介,以推文、短视频、图解、动漫等可视化形式,制作国家安全宣传教育网络文化作品,做到宣传教育有活力、聚人气,积极营造良好的舆论环境和氛围。

咸宁职业教育(集团)学校 举办纪检干部培训会

本报讯 通讯员刘泉水、师舒、张颖报道:为了贯彻全面从严治党,加强学校党风廉政建设,提高学校纪检干部依法依规执纪问责的能力和自觉性,充分发挥纪检监察职能作用,为学校高质量发展提供坚强保障。4月12日上午,咸宁职业教育(集团)学校纪检干部在该校行政楼二楼大会议室集中培训。

据了解,这是该校2020年举办的纪检干部第1期培训班,该校纪委书记、纪检委员、主体办及纪检监察审计室全体工作人员共25人参训。

该校相关负责人对学校纪检干部们认真学习的态度和良好的秩序表示赞赏,对此次培训工作也给予充分肯定,同时表示,全体纪检干部要加强学习,坚持原则,以身作则,充分发挥纪检监察职能作用,推进学校的纪检工作进入一个新的台阶,为学校高质量发展提供坚强保障。

咸宁市第四初级中学 强化防疫知识宣传

本报讯 记者陈希子、通讯员王令报道:“勤洗手,多通风,出门记得佩戴口罩……”15日,记者采访咸宁市第四初级中学,体会了一堂精彩纷呈的线上防疫宣传课。

“强化宣传教育,营造防疫氛围。”该校相关负责人介绍,学校严格按照全市疫情防控要求,结合学校实际,多渠道正面引导,加强疫情知识教育,充分运用好微信朋友圈、微博、QQ群等新媒体平台,多方面强化师生防控意识,缓解焦虑情绪,消除恐慌心理。引导师生不造谣、不信谣、不传谣,引导广大师生坚定信心,同舟共济,广泛宣传疫情防控宣传口号和科普知识,营造了良好校园疫情防控氛围。

此外,该校对安全保卫、后勤服务、日常消毒卫生等工作进行强化检查,为后期师生返校创造一个清洁、卫生、安全的工作和学习环境;用学生易于接受的内容和形式,加强防疫科普教育和学生文明行为养成;师生之间实时电话联系,了解学生疫情防控做实做细情况。进一步提醒教职工都要时刻把疫情防控责任落实到行动上,积极传递正能量,激发责任担当。

咸安区南门小学 开启心理微课堂

本报讯 记者陈希子报道:“亲爱的同学们,如果有不开心的事情,可以敞开心扉,和老师聊聊天。待到繁花绽放,我们终将在教室相聚!……”15日,咸安区南门小学的教师章灵熟练打开电脑,点击班级微信群,开启了温馨的“心理微课堂”。

这是该校教师为全校学生上的一堂“培养积极情绪”心理微课堂。考虑到疫情防控期间,师生无法实地互动,为调整学生情绪,做好开学复课准备。该校设置了心理微课堂。老师们通过与同学在网络上的交流了解,设计活动内容,制作课件并录课。

“鼓励老师们进行心理知识充电,提升沟通技巧。”该校负责人介绍。尽管隔着屏幕,但学生们居家也能幸福学习,感受校园的呵护与关爱。

咸宁日报拟申领新闻记者证人员名单公示

根据国家新闻出版署关于统一换发新闻记者证的通知要求,现将本报符合换发记者证条件的第一批人员名单公示如下:

黄胜	杜先龙	刘文景	刘国华	饶敏
张大乐	朱封金	李建成	陈新	柯常智
刘晖	向东宁	盛勇	周荣华	江世栋
邓昌炉	甘青	朱哲	查生辉	饶红兵
吴晓莹	刘子川	袁灿	夏正锋	陈红菊
姜明助	黄桂	马丽娅	李嘉	王莉敏
镇强	王钰	朱亚平	陈希子	张敏
周莹	李婷	朱忠民	袁小翠	何浩
汪俊东	马丽	贺春音	朱萍	董敬
胡大洪	陈宗明	程昌宗	何伟	刘文敏
唐继锋	陈小彬	洪伟	陈凯	石丽丽
杨伟杰	杜立	刘华芳	游锐	

咸宁日报社
2020年4月16日

减少触摸眼部尤为重要

美国眼科学会临床医疗发言人史坦曼等近日提出建议称,在新冠病毒暴发期间,隐形眼镜佩戴者最好给自己换副普通的框架眼镜,因为这样做可能会减少触摸眼睛的欲望。

美国眼科学会提醒公众,在极少数情况下,新冠病毒可能导致结膜炎,这时,新冠病毒可能通过接触被感染者眼中的液体或携带液体的物体实现传

播。这不是危言耸听。2月26日,浙大医学院附属第一医院副院长、眼科带头人沈晔教授团队,在《医学病毒学杂志》在线发表了一项研究工作,首次发现眼泪及结膜分泌物存在新冠病毒。

根据我国《新型冠状病毒肺炎公众防护指南(第二版)》显示,目前新冠肺炎的传播途径包括呼吸道飞沫传播、接触

传播和气囊传播(可能)。其中,接触传播中,包括飞沫沉积在物品表面,接触污染手后,再接触口腔、鼻腔、眼睛等黏膜,导致感染。

既然眼睛是感染新冠病毒的可能途径,那么减少触摸眼部尤为重要。研究显示,戴隐形眼镜的人,比起戴框架眼镜或不需要视力矫正的人,更容易频繁触摸自己的眼睛。

不要用生理盐水和润滑滴剂消毒镜片

对于那些没办法更换框架眼镜的人群,美国眼科学会也给出了使用隐形眼镜的卫生提示,以尽可能减少感染风险。

例如,在拿起隐形眼镜之前,用肥皂洗手,并用不掉毛的毛巾擦干手;尽量减少与水的接触,淋浴、游泳或泡热水澡前摘掉隐形眼镜;不要用自来水冲洗隐形眼镜;不要把隐形眼镜放进嘴里弄湿;不要使用生理盐水和润滑滴剂来消毒镜

片,这两种液体都不是有效或被认可的消毒剂。

眼科专家提示,使用隐形眼镜的人,在按照眼部护理专家的时间表佩戴和更换隐形眼镜时,也要使用摩擦和冲洗的方法清洁隐形眼镜:用手指摩擦隐形眼镜,然后在浸泡前用溶液冲洗,即使使用的溶液是无摩擦的,也要使用这种方法来清洗。

冲洗眼镜盒时,要用消毒液而不是水来冲洗隐形眼镜盒;眼镜盒要定期更换,至少每3个月更换一次;疫情期间也不要重复使用旧的溶液;不要让溶液瓶的顶部接触任何表面,不使用时,将瓶子紧闭;疫情期间不佩戴隐形眼镜的可能增加,在存放30天或更长时间内,不要在未消毒的情况下再次佩戴该隐形眼镜。

透气不好的角膜“口罩”易引发眼部疾患

佩戴隐形眼镜,除了可能感染病毒外,不健康的佩戴方式,有可能给眼睛带来更大的伤害。

江苏省徐州市第一人民医院眼科主任李庭雁表示:“在佩戴和摘取隐形眼镜时,有可能因为不小心,触碰到眼皮和角膜上皮,造成机械性损伤,角膜上皮是眼睛的第一道防线,如果角膜上皮受损,细菌会趁虚而入,导致角膜炎、角膜溃疡等眼部感染,从而引起眼疼伴视力下降。”

隐形眼镜正常佩戴的时间为6—8小时,不过,也有不少人从早上戴上,直

至睡觉才摘下,这么做很容易引起眼睛有干涩、异物感等不舒服的感觉。还有人戴着隐形眼镜睡觉,隐形眼镜护理液没有天天更换等,这些都会导致眼睛干痒不适。

南京医科大学第二附属医院眼科主任张晚俊介绍,如果长期佩戴隐形眼镜,还容易引起角膜新生血管的增生,导致过敏性结膜炎。“角膜的清晰度与其所能获得的氧气息息相关。角膜的细胞也需要代谢,而代谢需要氧气。角膜所需氧气80%来自空气,白天,角膜可以通过

接触空气获得氧气,晚上,则可以通过角膜附近的血管网获得,如果缺氧,眼睛就会水肿,视力下降。而戴隐形眼镜,相当于给眼角膜戴上了透气不好的‘口罩’,它难以呼吸,获得氧气,就会发炎。”

对于线上学习期间,使用角膜塑形镜矫正视力的学生,江苏省儿童青少年近视防控研究中心专家表示,要每日做好手部清洁后,再进行镜片护理。出现眼红的同学,首先应该停止佩戴角膜塑形镜,改为佩戴框架眼镜,如眼睛不舒服的情况加重,则要到医院眼科就诊就医。

延伸阅读

尚无证据表明 隐形眼镜会增大 新冠病毒感染风险

疫情期间,还能戴隐形眼镜吗?许多佩戴隐形眼镜的人会有这样的疑问。来自美、英、加、澳4国的5位眼科专家在最新一期《隐形眼镜与眼前》(Contact Lens & Anterior Eye)期刊上发表论文指出,目前尚没有科学证据表明佩戴隐形眼镜会增大感染 COVID-19 的风险。

在这篇名为《COVID-19 大流行:隐形眼镜从业人员的重要注意事项》的文章中,5位眼科专家深入探讨了在疫情期间保护眼睛健康的问题。他们指出,目前还没有科学证据表明,相比于带框眼镜,佩戴隐形眼镜会增加佩戴者感染 COVID-19 的风险;同样也没有科学证据表明,普通的眼镜能提供针对 COVID-19 或其他病毒传播的防护。

虽然该文主要为眼科保健医生提出工作建议,但对于隐形眼镜佩戴者来说,这些建议也十分重要。作者特别强调要安全使用隐形眼镜,保持良好的卫生习惯至关重要。他们建议在佩戴和摘掉隐形眼镜前要彻底洗手;必须正确佩戴和护理隐形眼镜;避免用未洗的手接触面部,碰触鼻子、口和眼;如果生病了,应暂时停止佩戴隐形眼镜。

论作者之一,加拿大滑铁卢大学眼科研究与教育中心主任林登·琼斯博士表示,他们的研究结果表明,在新冠病毒大流行期间,只要人们保持良好的手部卫生习惯并遵循适当的佩戴和护理指导,隐形眼镜仍是一种完全可以接受的矫正视力的手段。

(本报综合)

为开学复课做准备

赤壁市举行校园疫情防控演练

本报讯 通讯员刘隴报道:“请大家排好队,在红外热成像测温通道测量体温,体温正常的同学请迅速进入校园……”4月11日上午,一群特殊的“学生”有序进入赤壁市车埠高级中学,一场特殊而重要的校园疫情防控模拟演练正在这里举行。

学校开学后,师生如何进行体温检测?发现发热学生如何进行应急处置?根据省、市主管部门关于新冠肺炎疫情防控的相关文件精神,为全面做好2020年春季复学准备工作,切实保障全体师生身体健康和生命安全,确保开学后师生返校工作

和正常教育教学秩序有序开展,提高学校疫情防控应急处置能力,预防新冠肺炎疫情在校园内的发生和传播,4月11日,赤壁市教育局在车埠高中举行了一场校园疫情防控模拟演练。赤壁市政府,市教育局,各中小学校校长、幼儿园园长及分管领导等共计二百余人观摩了此次演练。

此次演练全程由观摩人员及学校教师扮演学生,先后模拟了开学时学生入校,学生晨、午检演练二个情景。上午8:30,演练正式开始。老师们扮演成返校学生,在校门口红外热成像测温通道按间隔1米距离排队,

依次通过测温通道,体温测试正常后进入。当发现一名学生体温异常时,值班人员第一时间通知隔离小组人员并将学生送至隔离室,初步处置后上报市教育局和疾控中心。

随后演练模拟班级日常午检,班主任用额温枪对学生进行体温检测,填写午检记录表。当发现有学生体温异常时,班主任立即上报分管领导并联系家长,由分管领导安排隔离小组人员及时到场将发热学生带至隔离室初步处置,并按规定上报教育局和疾控中心。

整场演练严格按照方案规定流程进

行,分工明确、反应迅速、协调有序,有效检验了疫情防控期间学校应对突发情况的应急处置能力,既为高三学生复学返校提供有力保障,又为全市其他年级学生返学“实战”提供了经验。

赤壁市政府相关负责人指出,举办此次疫情演练观摩活动旨在规范做好开学后疫情防控工作,提高学校疫情防范、应急处置能力和水平,总结经验,发挥典型示范作用。

春暖花开又开,校园美如画,赤壁市教育系统将用最安全、最温暖的方式迎接每一位同学返校!

遗失声明

熊清华遗失赤壁市天成汽车美容服务部营业执照正、副本,注册号:422302600192624,特声作废。

熊清华遗失赤壁市钰鸿基商贸有限公司个体工商户营业执照正、副本,注册号:422302700010307,特声作废。

湖北赤壁新吉荣实业有限公司遗失营业执照正、副本,注册号:422302000014419,特声作废。

付元娟遗失高新温泉元元护肤品光谷店营业执照正本,统一社会信用代码:92421200MA4CKPQ320,特声作废。

万勇遗失打增普二联电脑发票,发票号码:06258827-06258844,特声作废。

咸安担山李刚专营店遗失代理商工商押金条一张,金

额8000元,特声作废。

咸宁车路缘运输有限公司遗失鄂L1D866号车辆道路运输证,证号:货字421202201132,特声作废。

黄良辉遗失咸安区天缘宾馆个体工商户营业执照副本,注册号:422301600163789,特声作废。

咸宁市市长兵湖库拆围有限公司遗失行政公章以及法人章(张长兵印)各一枚,统一社会信用代码:91421202MA4902CA6W,特声作废。

湖北银基房地产有限公司遗失行政公章、财务专用章以及原法人章(叶胜森印)各一枚,统一社会信用代码:91421200798772316C,特声作废。

田慧珍遗失赤壁市逸源商行营业执照正、副本,注册号:4223027000075506,特声作废。

田会民遗失赤壁市鱼米乡土特产店营业执照正、副本,注册号:422302600181108,特声作废。

崇阳县中医院 骨伤科

(咸)医广[2019](广告)

电话:3066175 3066171 3066230
地址:崇阳县天城镇程家巷36号