

视力模糊? 或是颈椎惹的祸

有的人眼睛看不清东西,看眼科却无好转,专家提醒,有一种视物不清的病,错不在眼睛,而在颈椎。

视物模糊,问题出在颈椎

颈椎问题也会导致眼睛视物不清。市民王先生自两个月出差回来后,就老感觉看不清东西,即便用力眯眼看也不行,有时还会感到头晕。他以为出差时眼睛被海边的紫外线灼伤了,便自行买眼药水滴眼,症状似乎有所好转。一段时间后,由于经常加班开会、外地出差,视物不清的情况又出现了。于是王先生到医院眼科去检查,却没发现异常。后检查发现,他的颈部C1、C2横突有明显的压痛,枕下部的肌肉非常紧张。配合颈椎X光片,专家判断,王先生双侧眼睛视物不清是由颈椎错位压迫神经引起的。

眼睛跟颈椎之间有着怎样的关系呢?专家介绍,人们把双手放在头的两边,拇指轻放在耳后乳突后方的枕骨下的肌肉上,然后闭上眼睛,左右或上下移动眼睛,这时可清楚地感觉到拇指下细微的肌张力的变化,医学上称之为“眼脊运动”。这些肌肉里含有大量的张力感受器,协调眼球运动,而这些肌肉张力的变化会对眼睛产生影响。因此,如果颈椎一、二节发生错位,导致这些肌肉发生张力的改变,就会影响眼睛

的功能;另外,颈椎发生错位,压迫相应的神经,导致眼睛的血液供应不足,也会出现视物不清的症状。

保护视力,防止颈椎错位

眼睛和颈椎的健康各自都影响着日常生活,而二者又息息相关。为更好地保护眼脊,专家给出了几点建议:

一是注意劳逸结合。视觉疲劳,不单单是眼睛本身的疲劳,也提示了神经、肌肉方面的劳累。如果颈椎长时间地出现的神经、肌肉疲劳,局部就会发生慢性损伤,久而久之,颈椎病就会发生;颈椎病犯了,可能又会加重视觉疲劳,进入一个恶性循环。

二是注重眼睛局部的放松。长时间学习或工作后眼睛会感到疲惫,甚至是困到睁不开眼。此时,应停下手头上的任务,眼睛望望远方,并且做一下眼保健操,可以让紧张的大脑得到放松。

三是注意颈椎的保暖和锻炼。人的颈椎基本上裸露在外面,没有衣物的遮挡。夏天易受到空调冷空气的侵袭,颈椎的肌肉就非常容易发生痉挛,长期下去必然导致颈椎病的发生。因此,应适当地让颈椎得到保暖,同时按揉一下紧张的颈部肌肉,保证气血的畅通,避免颈椎病的发生。

□本报记者 张金贵 / 综合报道

■红十字短波

泉州市第一医院一项目 荣获福建省护理创新发明大赛三等奖

本报讯(记者张金贵 通讯员陈慧莉)近日,福建省第三届“驼人杯”护理创新发明大赛在福建莆田举行。全省共有146个项目参赛,泉州市第一

医院手术室护士郑凯龙的参赛项目“可控密闭式福尔马林盛装桶”通过初赛、复赛层层选拔进入22个决赛项目中,最终脱颖而出荣获三等奖。

福医大附二院成功举办 第二届海西大肠癌规范化治疗高峰论坛

本报讯(记者张金贵)近日,福建医科大学附属第二医院举办第二届海西大肠癌规范化治疗高峰论坛暨大肠癌多学科综合治疗学习班。省内外胃肠肿瘤专家学者代表300多人参加

了本次大会。

会上,与会人员对由福医大附二院提供的两个“晚期肠癌”病例进行了多学科讨论,肿瘤外科演示了大肠癌腹腔镜精彩手术录像。

泉州市光前医院综合病房大楼建设如期推进

经过7年多的不懈努力,泉州市光前医院综合病房大楼建设项目于今年初正式开工建设,并遵循保安全、保质量、保进度的要求,有序地推进和落实建设项目的既定工作节点。

项目情况:

泉州市光前医院综合病房大楼建设项目于2010年11月向市卫计委提出建设申请。2012年2月经市发改委批准立项;2011年起纳入泉州市预备重点项目,2016年正式纳入泉州市重点项目。

建设内容为征地50亩,首期建设12层综合病房大楼一幢,二期建设医技楼及肿瘤住院楼(设置床位300张),并按总体规划设置人防工程。

首期建筑面积(医疗用房)27756m²,地

上10层面积21118m²、地下2层面积6638m²,占地面积3095m²,设置病床数341张。项目计划2016年12月~2018年12月完成建设,力争今年年底实现建筑封顶。

项目进展:

项目于2017年1月动工建设。现已完成地下2层及地上二层梁板砼浇筑。目前已协调设计院抓紧修改地上2~10层图纸详图变更,以便尽早推进项目施工建设。

2017年9至12月份项目进度安排及投资计划:9月,完成地上一层、二层,投资415万元;10月,完成地上三层、四层,投资443万元;11月,完成地上五层、六层,投资481万元;12月,完成地上七层、八层,投资519万元。截至2017年8月底,项目共已



投入资金3370万元。

远期意义:

泉州市光前医院由著名爱国华侨李光前先生于1951年创办;1961年由政府接管;1999年9月院址搬迁并更改为现名。医院现占地面积102.6亩(含新征50亩),总建筑面积6.35万平方米(含建设中病房大楼27756平方米),病床编制目前为500张、实际开放528张。建院60多年,医院现已发展成以肿瘤防治专科为重点,兼顾带动各临床学科综合发展的医院,形成“院有重点、科有特色、人有所长”的新格局。

预计,首期新综合病房大楼将作为外科大楼投入使用,随后建设的二期工程调整为医养结合场所,并将目前的门诊大楼

进行重新规划改造、住院部改造装修为内科大楼、肿瘤病房楼改造为独立的肿瘤放疗病房楼等工程实施完成后,该院的诊疗设施能确保在10年以上中长期,满足所服务区域群众的医疗卫生服务需求,进一步改善和优化就医条件,提升诊疗服务水平,有效解决住院难和服务能力不足问题,在提高社会综合满意度的同时,根据患者需求拓展服务功能,增加业务收入,促进该院持续健康、又好又快科学发展,为贯彻党的卫生工作方针政策,落实好政府赋予的医疗卫生保障社会职能,为保障和增进人民群众健康作出更大的努力与贡献。

□本报记者 张金贵 通讯员 潘党胜

