

节日太放松,节后健康亮红灯

答题、猜歌 不停看广告领红包 眼睛被这波操作“坑”了

今年春晚里,相声演员岳云鹏说:“以前看春晚,一张饭桌,一个电视,边吃边看;现在看春晚,我猜你是左手拿着手机,右手拿着筷子……”

手机真的是我们越来越难放手的“掌上明珠”,但是,越是过年,它惹出的祸却越多。

假期结束刚上班,30岁的王女士(化名)醒来后发现眼睛很难睁开,一瞄手机就畏光流泪,一流泪眼睛还疼了起来,无奈来到浙江医院眼科就诊。浙江医院眼科谢佳璐医师检查发现其睑板腺开口堵塞严重、泪膜质量差、结膜充血、角膜上皮粗糙,这是典型的干眼症。

原来,除了在微信群里抢红包外,王女士今年还迷上了在各大app抢红包。“好多平台都在送红包,有让你答题送红包的,有猜歌曲送红包的,还有大家来找茬,闯关之后你需要看完它给你推的广告,红包才能到账。”一天下来,王女士抢了百余块红包,但是眼睛却“花”了……

浙江医院眼科主任徐洁慧主任医师表示,原本不少人就有盯着电子产品的习惯,抢起红包来更是要全神贯注。一些眼睛不舒服的患者正是因为被手机和电子产品完全包裹,导致眼部不舒服。她表示,正常情况下我们大概5~10秒会眨眼睛,但当一个人在专注看电子产品的时候,眼睛是不眨的。眼睛表面的一层内膜就会受到影响,内膜变薄,眼睛会干涩不舒服。

而每年过完年,眼睛近视度数加深的患者也不在少数。“今年过年宅在家的时间比较多,整天看着手机,年后左眼增了50度,右眼增了70度。”在浙江医院三墩院区配镜中心的何先生(化名)说,除夕他用手机抢红包,基本上五六个小时眼睛就没有离开过屏幕,加上春晚都在发红包,让他抢得不亦乐乎。徐洁慧表示,看手机时屏幕与眼睛的距离很近,加之屏幕亮度高,对眼睛的伤害会更大,建议合理用眼、少看手机。 本报通讯员 郭俊 吴婧
本报记者 吴朝香

玩

坐



吃



麻将搓了整天 晚上腿肿,突发血栓差点要命

刚过去的春节假期,娱乐活动不少。打麻将、刷手机、看电视……是不是一直都在坐着?

最近,50岁的张女士因为腿肿、胀痛不适,找到了浙江省立同德医院血管外科。她就是经历了久坐带来的麻烦。

据张女士回忆说,今年过年公司放假早,在省外工作学习的孩子们都不回家过年,自家的亲戚又都分散在省内的各个地方,响应政府“就地过年”的号召也不太走动。

年前,张女士就基本上待在家里很少动弹,刷刷手机、看看电视,要不就是叫几个朋友到家里搓麻将,几天下来,人变懒了,甚至为了少上厕所,连水都懒得喝了。

过年连着几天,张女士叫上朋友们“垒长城”,而且一坐就是一天,有天晚上,她的腿无缘无故地肿了起来,早上起床感到明显胀痛不适,于是在家人的陪同下来到院。

血管外科的严金副主任医师在听完张女士病情描述后,立即为她检查,确诊为下肢深静脉血栓形成,并及时为她医治,清除血栓开通血管、恢复静脉血流通畅,张女士经过治疗后疼痛和肿胀的症状都消失了,赶上了初七去公司“开工大吉”。

感谢之余,张女士也表示:“没想到窝家这么多天窝出病来。‘久坐一定要动’,这次是长教训了”。

本报通讯员 应晓燕 胡亦清

大鱼大肉豪饮宿醉 前列腺炎一到过节就高发

新年假期刚结束,有人急着上班,有人却急着上医院。刚在医生面前坐下,张先生就开始“大倒苦水”。原来,张先生自年三十起,天天在家大鱼大肉,豪饮宿醉,不料晚上尿频尿急,“下面”刺痛感越

来越强烈。

“晚上起来排尿三四次,排完还总是有排尿不尽的感觉,我是不是得了绝症啊!”张先生无比焦虑,脑子里闪过种种悲惨结局。

“别着急,十有八九是得了前列腺炎!”接诊的陈艺成副主任医师淡定地说。经过一番检查,张先生果然是前列腺炎发作了,陈医生给他配了口服药物。

陈艺成医师把这种现象称为“节假日规律”。每逢重要节假日的长假后,来看前列腺炎的病人就会显著增多,春节更甚。

“一个门诊下来,因为节日期间生活不规律导致的前列腺病人比平时多出了好几倍!”邵逸夫医院泌尿外科副主任医师陈艺成说。

陈艺成医生介绍,前列腺炎是泌尿外科门诊的常见病,占50岁以下男性患者门诊量的首位。

临床发现,春节绝对是前列腺炎的高发期,究其原因,往往与饮食和作息习惯息息相关——天天亲友聚会,胡吃海喝,辛辣刺激、肥甘厚腻、烟酒不忌,再加上晚上熬夜,晚睡晚起,缺乏运动。这不,一有可乘之机,前列腺果然就为自己代“炎”了。

本报通讯员 王家铃 李文芳
本报记者 吴朝香

中国人民人寿保险股份有限公司杭州市富阳支公司
许可证编号:0257298 许可证机构编码:000100330111
业务范围:经营人寿保险、健康保险、意外伤害保险等各类人身保险业务,经中国银行保险监督管理委员会批准并经总公司授权的其他业务。
住所:浙江省杭州市富阳区富春街道公望街1119-1号第三层南区
邮政编码:311400 负责人:朱国林 联系电话:0571-61707155
发证机关:中国银行保险监督管理委员会浙江监管局
许可证颁发日期:2021年2月9日

遗 失
桐乡崇福思泉培训学校遗失办学许可证副本,号码:133048370001219,声明作废。
本人洪青霞遗失由湖南人文科技学院颁发的教师资格证书,证书编号为20114301142001100,特此声明。
杭州启韩汽配有限公司遗失公章,声明作废。

讣 告
老伴朱翠仙,1933年8月9日出生,1949年参加革命工作。先后在遂昌县供销社、衢州、建德专署供销社所属公司,杭州紫金中学,杭州瑞金中学(现并入杭十中),从事会计工作41年,于1989年2月28日退休。
老伴一生爱党爱国爱家,敬业尽责,始终清清白白做人,踏踏实实干事,对党忠诚,甘于奉献,操劳持家,赤心待人,是一位了不起的女性。
老伴长期以来患有多种疾病,但一直都以乐观的心态与病魔顽强抗争。终因病情恶化,医治无效,于2021年2月6日上午6时26分在杭逝世,享年88岁。
遵照老伴生前嘱咐,丧事一切从简,直接火化入土安葬。谨此讣告。
丈夫毛绍利率女儿、女婿、外孙、外孙媳妇、曾孙辈妹妹朱郑娟、妹夫徐德祥率儿子、儿媳、孙女
泣告

3个易拉罐 = 1副眼镜框
废旧易拉罐回收
浙江万科·公益