

特别报道·大医生开讲

近视防控融入日常生活
第7个近视防控宣传教育月系列活动走进福州校园

国家教育部在2023年9月开展第7个全国近视防控宣传教育月活动。

活动期间,东南眼科医院在福州科技馆及各区教育部门指导下,充分发挥福建省儿童青少年近视防控基地,省、市两级科普教育基地,福州科技馆眼健康分馆平台优势,通过组织宣讲团开展校园科普讲座、眼健康科技馆巡展、“开学第一课”近视防控直播、校园视力筛查等形式丰富、寓教于乐的科普活动,将预防近视的实用知识和爱眼观念融入学生的日常生活。

01 “开学第一课”开讲

随着校园健康教育常态化、专业化开展,近视防控科普宣讲已成为“开学第一课”的重要内容。9月25日,在福州教育学院附属第二小学,二年级学生齐聚一堂,上了新学期第一节眼健康科普课。福州市儿童青少年近视防控宣讲团专家、东南眼科医院院长赵广愚副教授走上讲台,用通俗的语言和生动的比喻,把专业知识转化成“童言童语”,结合孩子们的视觉发

育规律和各种用眼场景,指导孩子们养成良好的用眼习惯。



在仓山区麦顶小学,福州市儿童青少年近视防控宣讲团专家、东南眼科医院小儿眼科副主任房鑫鑫副主任医师结合刚刚结束的视力筛查,讲解各种检查手段和医学验光的注意事项和重要性,消除学生对视力筛查的恐惧感和陌生感。

线下科普活动“遍地开花”,线上“开学第一课”同样火热。9月12日晚,福州科技馆,鼓楼区、仓山区、晋安区教育局,福州科技馆眼健康分馆共同举办“开学第一课”儿童青少年近视防控科普直播。

“开学第一课”近视防控直播已连续举办6年,充分发挥新媒体的传播优势,让专业的眼科知识变得触手可及,走进千家万户。

02 学校里搭起迷你科技馆

在科普讲座之外,互动性更强的科普体验活动也受到了学生的欢迎。9月20日上午,台江区2023年全国科普日活动走进台江区教师进修学校附属第一小学。东南眼科医院作为福州科技馆眼健康分馆,现场提供眼健康检查,并设置了眼健康科普问答,低视力辅具体验等互动项



目。同学们通过学习操作电脑验光仪和解读验光单,了解视觉发育规律和视力检查的重要性。

在台江区南公幼儿园,孩子们跟着眼科护士学习正确的读写姿势,牢记“一拳、一尺、一寸”口诀。在仓山区实验幼儿园,医护人员准备了一副副特制的眼病模拟镜,直观地展示眼科疾病造成的视觉损伤。

03 视力筛查常态化开展

科普宣教和医疗干预同步开展。新学期,东南眼科医院组织近视防控团队走进福州各中小学、幼儿园,通过常态化校园视力筛查,让眼科检查融入学生的日常生活。

在鼓楼区实验小学,学生手持个人二维码有序地接受视力检查,得益于近年来校园视力筛查工作的持续开展,低年级的孩子也可以独立配合检查。通过流程优化和智能屈光数据采集设备开发,医院已实现筛查数据实时上传云端,不必再进行手工录入,大大提高了筛查效率,一个班级检查平均只需要7~8分钟,相当于一次课间休息,不影响学生的正常学习,全校近3000名学生的筛查建档和档案更新可以在同一天完成。



(张帅 张世杰 刘小燕)



□本报记者 林颖

很多女性在体检中都会发现存在乳腺结节的问题,心里不免“咯噔”一下:乳腺结节到底严不严重? 结节离癌有多远?

也有部分女性对于结节或肿块并未在意,以至于发展到无法挽回的境地,福州的乳腺癌患者李女士正是因此而追悔莫及。

两年时间,小肿块演变成了骨转移

两年前,福州的李女士在洗澡时无意间摸到了一侧乳房有肿块,由于当时在疫情期间,上医院有些不便,加上抱着侥幸心理,李女士认为只是小结

乳腺结节离癌有多远

节并无大碍,便一直拖着没有上医院检查。

前不久,李女士的腰背部及下肢骨骼出现疼痛,甚至影响到行走。与此同时,她的乳房肿块也明显增大。李女士这才在爱人的陪同下,坐着轮椅来到福建省立医院肿瘤外科,找到福建卫生报健康大使、中国抗癌协会及CSCO乳腺癌专委会全国委员、福建省立医院肿瘤外科主任医师叶松青就诊。

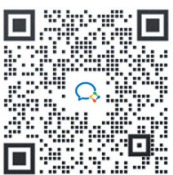
令叶松青遗憾的是,李女士乳腺的肿块其实是乳腺癌,由于错过最佳治疗时间,癌细胞已在全身多处骨骼转移,这才导致了骨骼的疼痛。

良性是否会转变为恶性?

“乳腺结节”是一个广义的影像学检查报告术语,这个词本身并没有良恶性的导向性,其实就是乳腺肿块。

看到“乳腺结节”的字样时,女性朋友们不要马上将其和乳腺癌等同起来,因为绝大多数乳腺结节还是表现良好的,大多数乳腺结节都是乳腺增生结节和良性肿瘤。

“良性结节和乳腺癌是‘龙生龙,凤生凤’的关系,恶性肿瘤从一开始就是由癌细胞演变来的,只因早期个体太小,医生难以通过影像学检查,将癌与正常细胞区分开来,而良性结节转化成恶性肿瘤的概率其实是特别特别小的。所以小的结节怎么应对处理,更需要引起大家的重视,这样才能做到乳腺癌的早发现、早诊断、早治疗。”叶松青说。



扫描左
方二维码
加入卫
生报乳
腺健康
交流群

活动组织

主办单位:
《福建卫生报》社、福建日报·新福建客户端

协办单位:
福建省立医院

福建卫生报 | 新福建

大医生开讲

福建省立医院 主任医师 叶松青

我容易得乳腺癌吗?

80%乳腺癌可以治愈!

本期话题

直播时间
2023.10.18
星期三 19:00

全球乳腺癌防治宣传月
特别节目

扫码看直播

福建卫生报直播平台 | 新福建 | 视频号 | 抖音号 | 快手号 | 微博