

理性选择 防蓝光眼镜

■记者王艳 通讯员毛丽妮、郑菁菁

随着手机、电脑等电子设备的普及,人们接触蓝屏的时间越来越长,一种宣称能抵挡蓝光、保护眼睛的产品——防蓝光眼镜受到人们的关注,有的人甚至把它当成一种护眼神器。很多人去配眼镜时,不少商家也会极力推荐“防蓝光眼镜”。

防蓝光眼镜真的有用吗?对此,衢州市人民医院眼视光中心郑志刚主任医师介绍,从光学上来讲,蓝光是可见光(太阳光、灯光、手机电脑的光等都属于可见光)的重要组成部分,其波长在400nm~500nm之间,我们人眼感受到它的颜色为蓝色。蓝光又可以分为蓝绿光(490nm~500nm)和蓝紫光(400nm~480nm),不是所有蓝光都对我们人体有害。

蓝绿光对我们的健康是有益的,它调节着我们的昼夜周期(我们内部的“生物钟”),并且控制着我们的睡眠—清醒周期,对改善睡眠很有帮助;同时它能够提高大脑活跃度,改善记忆力,改善情绪,提高警觉性和促进思维活动。

而蓝紫光则完全相反,它是一种短波高能量光源,过度暴露于蓝紫光下会对人视网膜造成一定损害,引起视疲劳,并且可能会增加患有年龄相关性黄斑变性、白内障或光照性角膜炎(角膜晒伤)的风险,甚至导致暂时性失明。

其实,大自然中一直也存在着这些蓝光,但比例很少,还不足以对人眼造成损伤,真正损伤人眼的是手机电脑这些人造光源中含有的蓝紫光。所以我们说的防蓝光基本都是针对有害的蓝紫光而言,并不是针对全部蓝光。

郑志刚表示,目前国际眼镜行业已经在密切关注蓝光这个问题,但国内绝大多数消费者还完全不知情。哈佛大学研究表明,如果你临睡前使用iPad、智能手机或笔记本电脑,它们发出的光线足以刺激大脑,使得大脑处于兴奋状态,影响生物钟规律,出现入睡需要时间过长,睡眠过程中多次醒来等失眠症状。人体在晚上九十点钟开始分泌大量褪黑素,有了亮光分泌的数量就会大大减少,这种激素对于抗癌功能也十分重要。

为了减少这些蓝光对人体的损害,防蓝光眼镜由此诞生,它通过吸收或反射,帮助减少进入眼内的有害蓝光,保留有益蓝光,保护眼睛避免伤害,为人们带来更舒适安全的眼眼环境。

这种眼镜适用范围广泛,对蓝紫光照射敏感的人群、45岁以上眼睛防御系统低下的成年人以及长时间使用数码产品的人群都适合佩戴防蓝光眼镜。

不过,目前市场上防蓝光眼镜品牌多样,其防蓝光能效也不同。好的镜片可以选择性过滤有害蓝光,保留有益蓝光,既保持充裕的可见光透过率,又减少蓝光损害,读者在选购的时候可根据需要,理性选择。

专家同时提醒,要想保护眼睛,最好的办法还是科学用眼,别做眼不离屏的“屏奴”,多给眼睛“放假休息”。

健康警示

胆囊用处大 不能说切就切

■记者王艳

50岁的江女士在一次胆结石发作后,选择切除了胆囊。没想到切除胆囊后,她饱受消化不良、腹胀腹泻等一系列后遗症的困扰。

浙江省中医院普外科/肝胆外科主任医师杜卫东介绍,胆囊炎、胆囊息肉、胆囊结石等是普外科常见病和多发病,以往认为胆囊除了具有浓缩和收缩功能外,只是一个胆汁的储存器官,不被重视。通常的治疗方法是通过切除胆囊从而治疗胆囊疾病,这种方案简单快捷,可以“一劳永逸”地解决胆囊息肉、胆囊结石的问题,但是患者却永远失去了胆囊,并带来了其他问题。

其实,胆囊并非可有可无,它是人类进化保留下来的一个重要器官,具有储存、浓缩、收缩和分泌功能,定时、按需排放胆汁;还可以调节胆管内压力,维持胆道内正常压力平衡。除此之外,在人体的消化、吸收以及人体免疫功能方面发挥着重要的作用。胆囊黏膜固有层分泌的免疫球蛋白(IgA),而且胆囊内IgA的浓度远远高于血液,具有保护肠道黏膜不受(次级胆酸等)侵蚀的作用。

最新的临床数据也显示,除了胆总管结石和肝内胆管结石的发病几率增加外,不少做了胆囊切除术的患者都有食欲不振、恶心、腹胀等不良反应,消化吸收脂类及脂溶性维生素受到影响,进食高脂食物后,常常发生腹胀腹泻;24小时内十二指肠肠腔内持续不断地存有胆汁,当幽门关闭异常时,胆汁极易反流进入胃内,导致“反流性胃炎”、“反流性食管炎”等;另外,分泌、化学和免疫功能减弱,小肠防御功能受损,感染性腹泻甚至是结肠癌的患病风险增加。

杜卫东表示,医生也应该为不同胆囊息肉、胆囊结石患者设计个性化、人性化的治疗方案,对待胆囊该保的保,当切的毫不犹豫地切除。胆囊关乎着整个身体的健康,我们每个人都应该重视胆囊的功能,保护胆囊的存在,发挥胆囊的作用。养成良好的生活习惯,拥有健康胆囊。

远离肿瘤君·抗击癌症科普专栏

情绪特敏感,浑身不舒服,忍一忍就过去了?

警惕潜伏在更年期的妇科肿瘤

■陈鲁(浙江省肿瘤医院妇科副主任医师)

很多女人有这样的感觉——进入50岁,情绪特别敏感暴躁,和坐在火山上的似的,一触即发,而且浑身都不舒服。但按民间的说法,这不过是更年期症状,忍一忍就过去。

今年50岁的汪女士也是这样想,没想到就这样被耽误了。因为忽视身体发出的警告,她子宫颈管肌瘤增大,子宫肌壁间多发肌瘤,不得不做了子宫全切术。最近一个月,在浙江省肿瘤医院妇科肿瘤外科,这样的病人一连来了三位,在此特别提醒,一定要警惕潜伏在更年期的妇科肿瘤。

子宫肌瘤没当回事,子宫全切后悔莫及

如果再让汪女士选一次,她断然不敢轻易忽视身体里的任何变化。

今年3月份体检时,发现子宫颈管部有个5~6cm的肿块,说是一颗肌瘤。但是汪女士想都快50岁的人了,很多人都说,年纪大了,肌瘤都会慢慢小下去,所以她也没当回事。

然而过了3个月,汪女士觉得自己盆腔沉得好像要掉下来了,就连快要告别自己的例假,也杀了一个回马枪。最让人郁闷的是,每次上厕所,汪女士都觉得痛苦万分。无奈之下,汪女士到浙江省肿瘤医院妇科瘤科看门诊,复查盆腔B超,但报告让女士吓了一跳。较之前的报告,汪女士的子宫颈管肌瘤增大了足足一倍,而且子宫肌壁间多发肌瘤,子宫内膜息肉样增生,肿块在盆腔内疯狂生长。

虽然手术后,病理报告显示子宫颈管和子宫多发肌瘤尚属良性,但已经部分细胞活跃,本来还能保

全子宫,但现在一耽误,只能子宫全切。这样的情况真的很让人惋惜。

而家住江干区的文女士则因为有个靠谱女儿,幸运许多。文女士绝经1年多,打算到区计生站检查,取出节育环。但B超发现,她的左侧附件区有个婴儿拳头大的包块,而且肿瘤指标CA125也升高了10倍多。然而文女士自己没当回事,但她女儿觉得问题严重,先带上资料来医院咨询,而后来的卵巢肿瘤分期手术证明了文女士女儿的直觉。原来,文女士得了卵巢交界性肿瘤,幸好淋巴结尚未发生转移,尚属早期,术后只需定期随访。

文女士得的这类卵巢肿瘤,也称为低度恶性潜能(LMP)的肿瘤,是一种原发性上皮性卵巢病变,细胞学特征提示为恶性,但无明显浸润性病变,病情进展较缓慢,与侵袭性卵巢癌相比,交界性肿瘤发病较早,接近75%确诊时尚处于I期。但是也要提醒大家,卵巢交界性肿瘤存在复发及进展为恶性浸润性肿瘤的可能,因此应对患者长期随访。随访时,常规进行身体检查、盆腔B超检查、术前有升高的肿瘤标志物检查(如CA125、CA199);如需进一步检查或晚期患者术后复查时可行CT、磁共振成像(MRI)等影像学检查。

别把月经紊乱当成更年期症状

看着手边厚厚一摞病例,我有些感慨,很多病人还是因为自己不注意,以子宫肌瘤举例:女性临近更年期,会出现各种不适症状,其中月经紊乱就是更年期的前奏之一。但在这一时期,女性如果患有子宫肌瘤,也会造成月经不调。所以许多更年期女性往往会将这两

种情况混淆了,导致患有肌瘤而不自知。

子宫肌瘤大部分是没有症状的,一般要通过体检才能检查出来。虽说有了子宫肌瘤不一定要手术,但是需要定期观察肿块的变化情况。其实来做一个妇科检查非常方便,但不少患者没有当一回事,往往是在问题严重,比如出现月经淋漓不尽、月经周期缩短,或者是肌瘤压迫膀胱出现尿频、排尿障碍、大便不畅,甚至出现中重度贫血等情况,才来治疗,而这个时候,往往都晚了。

事实上,妇女进入更年期后,某些肿瘤常被突然发现,究其原因,是随着时间的推移,肿瘤由量变到质变,检查时容易被发现。那么更年期的检查应该注意什么呢?

陈鲁主任医师说:“女性体检除了常规项目,不同年龄还要有所侧重。女性更年期是各类肿瘤发病的高峰。早期发现子宫肌瘤、卵巢囊肿、乳腺疾病,最有效的方法

是定期做体检,如B超、钼靶等。”

8月初,陈鲁主任医师接诊一位52岁杨大姐,本来入院做子宫肌瘤手术的。“她已有四五年没有体检了,这次因为经期延长,去县城医院做检查,才发现了子宫肌瘤,所以我还给她开了甲状腺和乳房B超检查。”她说。没想到这一检查,杨大姐查出了乳腺癌。

陈鲁主任医师最后提醒:现在有效的宫颈细胞学检查和HPV检测,已经是常规检查手段,这会使得宫颈癌死亡率大大降低。另外,由于卵巢癌很早就出现盆腔或腹腔内扩散种植,或淋巴转移,一般的体检不易发现,所以,建议更年期妇女要配合一些特殊的检查,如影像学检查、肿瘤标志物的检查等,做到早发现早治疗。

你需要更加专业的防癌体检

世界卫生组织癌症委员会曾明确指出,2/3的癌症可以预防和治愈,关键是通过体检早期发现。

泌尿外科专家 浙江省肿瘤医院



陈鲁,主任医师,德国阿沙芬堡医学中心访问学者。任浙江省抗癌协会妇科肿瘤专业委员会常委,浙江省医学会妇科肿瘤分会委员。2013年浙江省第一届医坛新秀。浙江省151人才工程第三梯队培养对象。主持或参与国家级省厅级课题9项。擅长妇科肿瘤(宫颈癌、卵巢癌、子宫内膜癌、外阴癌等)的常规和微创手术治疗;保留生育功能的恶性肿瘤手术;妇科良性疾病(子宫肌瘤、子宫腺肌症、宫颈上皮内瘤变、卵巢囊肿、子宫内膜异位、外阴病变等)的治疗。



邵峰,副主任医师,毕业于浙江大学医学院,从事妇科肿瘤工作17年,浙江省抗癌协会青年委员。擅长多种妇科良、恶性肿瘤的手术与综合治疗。发表核心期刊论文10余篇,参与省级、厅级课题多项。

健康资讯

第三届浙江健博会 9月中旬将在杭州开幕

■记者王艳 通讯员徐媛

近日,记者从省卫计委获悉,“第三届浙江国际健康产业博览会”(以下简称“健博会”)将于2017年9月13日在杭州国际博览中心隆重开幕,为期3天。

据介绍,作为目前浙江省内唯一在健康产业领域兼具高水平、专业化和权威性的行业盛会,本届健博会继续围绕“国际化、专业化、市场化、大众化”的

四大主题,全面展示当今健康产业的前沿产品与项目。300余个展位,中外100余家单位参展,包括浙江华数、健培科技、华东医药、中国人寿、绿康医养等业内知名企业。

展示内容包括各省省级医院智慧医疗系统,各地便民惠民的智慧医疗创新服务,各类健康服务产品包括健康电子产品、养老产品、健康护具产品、新型医药和设备、互联网和物联网健

康产品、智慧健康产品、人工智能产品等,如医用机器人、无线微型心电仪、远程诊疗系统、香文化产品、智能医生助手、云影像管理及应用系统、远程移动诊断系统等医疗影像信息系统,整体PIROS生态服务系统等。

另外,本届健博会还将同期举办近十场主题活动,搭建健康领域的沟通交流平台,共同探讨健康产业发展、智慧健康和医药卫生体制改革的进展及经验。

我省启动无烟环境倡导活动

专家倡导公务员、医务人员和教师带头表率

本报讯 记者王艳报道 上周,我省启动“携手无烟,拥抱晴天”无烟环境倡导活动。活动由省疾病预防控制中心、新探健康研究发展中心联合主办。专家倡导,公务员、医务人员和教师带头表率。

《2015年中国成人烟草调查报告》数据显示,我国15岁及以上人群的现在吸烟率为27.7%,吸烟者总数达3.16亿人,全国每年有超过100万人死于烟草导致的相关疾病。我省的烟民群体也很庞大,省疾控中心最新发布结果显示,全省15岁及以上人群的现在吸烟率为22.92%。

近年来,我省在控制烟草流行、防止公共场所被动吸烟、减少烟草危害等方面做了大量工

作。自2011年起,全省致力于开展无烟卫生计生机构建设,为广大群众提供一个无烟的就医环境;自2016年起,连续两年开展“健康过年,无烟春节”控烟系列宣传活动,向全社会提出“不吸烟,不敬烟,不送烟”的新理念。

专家同时表示,控烟工作是一项长期而艰巨的任务,需要执法部门及公共场所经营单位以及公众的共同配合,形成合力,

积极劝阻禁烟场所的吸烟者,灭掉手中烟;确保在所有室内公共场所、室内工作场所、公共交通工具100%无烟,使公众免受室内二手烟的危害。

原中国预防医学科学院院长、新探健康发展研究中心主任、国内知名控烟专家王克安教授特别指出,公务员、医务人员和教师三大职业群体,应在控烟工作中起带头表率作用。



拍卖公告

受法院委托,定于2017年9月13日(星期三)10时在金华市婺州街76号5楼拍卖厅公开拍卖:义乌市丰臻工艺品有限公司所有的坐落于义乌市城店路778号房地产及附属设施(有租赁关系),总建筑面积86708.61㎡,土地使用权面积24185㎡,出让工业用地,整体起拍价7500万元,保证金1000万元。

一、与标的相关案件当事人、担保物权人、优先购买权人等届时准时参加拍卖会,缺席者将被视为放弃相关权利。产权过户产生的一切税、费由买受人承担。若上述标的撤拍,委托人及拍卖人均不承担任何责任与费用。监督电话:0579-82688723

二、该标的物有大量租赁关系,租赁期限1~20年不等,其中15年、20年租赁关系租金已收。

三、咨询报名预展:即日起至拍卖会前止。有意竞买者凭有效证件交足保证金(保

证金须在2017年9月12日16时前交入指定账户,以到账为准),竞买手续可在拍卖会前现场办理。如竞买不成功,保证金(不计息)全额退还。

保证金户名:金华市拍卖有限公司
保证金专户(中级法院)
开户行:浙江稠州商业银行金华分行
账号:15701012010090003584
公司地址:金华市婺州街76号5楼
联系电话:0579-82397134、82067189、82067889
网址:www.jhspm.com

详细信息可在人民法院诉讼资产网
(www.mfyszc.gov.cn)上查询

金华市拍卖有限公司
金华市祥泰拍卖有限公司
金华市武阳拍卖有限公司
浙江诚泰拍卖有限责任公司
2017年8月29日

杭州临安安公交通有限公司安通修理厂,注册号:330185000095277不慎遗失由临安市市场监督管理局2013年7月8日核发的营业执照正、副本一份,声明作废。

临安市永昌机械配件有限公司遗失浙交运管许可杭字330185021836的中华人民共和国道路运输经营许可证正本,声明作废。

本公司(杭州扬丽节能环保有限公司,统一社会信用代码为91330102668011383R(1/1))不慎遗失由杭州市上城区市场监督管理局2016年11月30日核发的营业执照正本,声明作废。

本公司(杭州诚鑫房地产代理有限公司,注册号为3301032010276)不慎遗失由杭州市下城区市场监督管理局2004年07月08日核发的营业执照正、副本,声明作废。

杭州诚鑫房地产代理有限公司不慎遗失税务登记证正、副本,税号:330103762041853;遗失组织机构代码证正、副本,代码:76204185-3,声明作废。

杭州诚鑫房地产代理有限公司不慎遗失财务

专用章、法人专用章、发票专用章各一枚,声明作废。

本公司(杭州明玥图书有限公司,统一社会信用代码为91330103MA28RKB694(1/1))不慎遗失由杭州市下城区市场监督管理局2017年05月08日核发的营业执照副本,声明作废。

本公司(杭州冰冰餐饮管理有限公司解放路分店,统一社会信用代码为91330102MA27WTH17K)不慎遗失由杭州市上城区市场监督管理局2016年1月22日核发的营业执照正、副本,声明作废。

杭州河方冠江楼餐饮有限公司遗失2014年09月12日由杭州市工商行政管理局上城分局核发的营业执照副本,注册号330102000007730,声明作废。

杭州河方冠江楼餐饮有限公司遗失税务登记证副本,浙税联字330102751741635,声明作废。

遗失2016年11月24日由金东区市场监督管理局核发的字号名称***营业执照正本,注册号330703651004313,声明作废。

杭州美行时装有限公司注销清算公告:本公司股东(出资人)已决定解散本公司,请债权人自接到本公司书面通知书之日起三十日内,未接到通知书的自本公告之日起四十五日内,向公司清算组申报债权登记,逾期不申报的视其为没有提出要求。

金华裕海测绘有限公司注销清算公告
金华裕海测绘有限公司(统一社会信用代码:91330703MA28EE4U35)注销清算公告:本公司股东(出资人)已决定解散本公司,请债权人自接到本公司书面通知书之日起三十日内,未接到通知书的自本公告之日起四十五日内,向公司清算组申报债权登记,逾期不申报的视其为没有提出要求。

杭州健飞贸易有限公司注销清算公告:本公司股东(出资人)已决定解散本公司,请债权人自接到本公司书面通知书之日起三十日内,未接到通知书的自本公告之日起四十五日内,向公司清算组申报债权登记,逾期不申报的视其为没有提出要求。

声明:杭州市余杭镇老余杭南安小区3幢2单元601室,因第一任房东丁震华户口未迁出,现任房东多次要求第一任房东丁震华迁出户口,但第一任房东丁震华拒绝迁出,在报纸发出以后60个工作日内若第一任房东丁震华户口未迁出,现任房东将采取法律手段强制迁出,特此登报声明。