

看近、看远只需一副

老花镜走入智能时代

拨打0371-60398329,五折优惠、全年《郑州晚报》一起带回家

美多光学智能渐进老花镜,把孝心带回家

“我父亲是退休老干部,平时非常喜欢看书、看报,偶尔还上上网。我无意中发现父亲用眼时间一长,眼睛和头就不舒服,而且两副眼镜换来换去地用,很不方便。”办公室的小张说,因为平时自己工作忙对父亲关心少,心里很惭愧,前段时间,听说了美多光学智能渐进老花镜,就带老父亲去河南省老干部康复医院眼科中心配了一副,“父亲戴了以后非常喜欢,说这是我送他的最喜欢的礼物,我心里有点酸酸的。原来30多年了,我还从来不知道父亲缺什么,想要什么,对父亲的关心太少了”。

河南省老干部康复医院眼科中心专家告诉记者,为了答谢前来配镜的中老年朋友,美多推出五折优惠,另外还有全年郑州晚报额外赠送。

省老干部康复医院专业验光,让您视力无忧

1.眼部健康记录调查,通过资料登记表、互动交谈了解老花人士的老花时间、用眼环境以及眼部健康状况。

2.欧洲专业视光检测,运用先进检测仪器和分析技术,检测老花度数、屈光、瞳距等个人眼部精确数据。

3.配戴可行性分析,根据检测结果综合分析,确定是否适合佩戴渐进老花镜,以及选择合适的美多光学智能渐进老花镜。

美多光学智能渐进老花镜的七大优势

至轻:整副眼镜重量不超过20g;**至薄:**采用高折射率镜片;**耐磨:**特殊加硬处理,不易刮花;**清晰:**A级树脂材料、透光度大幅提升;**舒适:**有效防止眼疲劳;**容易适应:**个性化定制适应期更短;**方便:**看近看远一副搞定,不必频繁摘戴,省去多副眼镜的麻烦。 张玉韩

>>>相关链接

郑州晚报创刊61周年、改版8周年系列活动将携手香港美多光学,为绿城百姓献礼,8月1日~8月15日,在河南省老干部康复医院眼科中心医学验光费用一律全免;普通框架眼镜优惠最低可至5折;非球面高清超薄树脂镜片+超时尚镜架市场原价608元,活动期间仅需308元;高科技多功能渐进多焦点眼镜最低可至599元!另外还送全年郑州晚报,名额有限,送完为止。

配镜地点:郑州市金水区东明路99号省老干部康复医院门诊二楼(政四街交叉路口北30米路东)

>>>妇幼天地

治疗宫颈息肉以手术切除为主

刘女士问:我患有宫颈息肉,这种病是什么原因造成的?能不能治好、会不会病变?

郑州市妇幼保健院郭宝枝主任答:宫颈息肉是妇科常见病。一般是由于慢性炎症长期刺激,引起宫颈内膜的增生堆集,也可能与内分泌紊乱特别是雌激素水平过高有关。但因为1/3以上的患者没有任何表现,只是医生检查时才发现,所以,宫颈息肉易被忽略。有的患者即使有症状大多也轻微,主要是少量点滴出血、鲜红色,或在性生活后少量出血,有时被误认为是“回经”。少数人的出血量可与月经相似。部分患者平时可有黄色白带、有异味,或白带中带有血丝;还可表现为绝经后阴道流血,未婚的患者多表现为阴道口有脱出物。这些症状与早期的宫颈瘤很相似,

应该及早检查及时治疗。根据临床表现和妇科检查很容易做出诊断。

单纯从宫颈息肉的症状中看,其对健康影响不大,但宫颈息肉是宫颈炎的一种表现形式,所以处理宫颈息肉一定要早期、合理,以免发生恶变。大型息肉或突入颈管的息肉易继发感染、坏死而引起不规则出血及恶臭的血性分泌物。

宫颈息肉的治疗以手术切除为主。对有宫颈息肉的患者不要被“手术”给吓到,宫颈息肉摘除术是个门诊小手术,但若伴有炎症时,先要控制感染;出血时,则止血为主。炎症控制后再行手术。手术方法主要有激光或者LEEP刀进行切除,效果非常好。手术治疗时间短,手术后流血和感染等并发症极少,术后不影响生育和性生活质量。同时,

需要注意的是选择手术时间,一般在月经干净3~7天进行。对于切除下来的宫颈息肉一定要做病理切片,以免漏诊。此外,要注意本病易复发,术后应定期到正规专业医院复查及就诊。

其实,宫颈息肉是可以预防的,除做好经期、产后或流产后的保健外,日常生活中,要注意外阴部卫生,防止阴道炎症和宫颈糜烂。同时要保持性生活卫生,此外,要勤晒被褥,宜穿棉织品内裤并勤洗勤换等。在此基础上,定期的妇女病检查也是十分重要的。

亚飞

郭宝枝,郑州市妇幼保健院妇科二区主任,主任医师
坐诊时间:周一全天,周三、周四下午。



教您一招

检查乳腺增生四步法

视:面对镜子双手下垂,仔细观察乳房两边是否大小对称,有无不正常突起,皮肤及乳头是否有凹陷或湿疹。

触:左手上提至头部后侧,用右手检查左乳,以手指之指腹轻压乳房,感觉是否有硬块,由乳头开始做环状顺时针方向检查,逐渐向外约三四圈,至全部乳房检查完为止,用同样方法检查右乳房。

卧:平躺下来,右肩下放一个枕头,将右手弯曲至头下,重复“触”的方法,检查右边乳房。

拧:除了乳房,还需要检查腋下有无淋巴结肿大,最后再以大拇指和食指压拧乳头,注意有无异常分泌物。

“白领女性整天忙于工作、家庭,而对自己的乳房健康却很少关心。乳腺增生是女性最常见的乳房疾病,其发病率占乳腺疾病的首位。”河南省医药院附属医院乳腺诊疗中心司小平主任告诉记者,乳腺增生的发病率不仅呈逐年上升的趋势,年龄也开始越来越呈现低龄化。

莫让乳腺增生“找”上你

内外刺激 乳腺增生惹上身

专家解释,黄体素分泌减少,雌激素相对增多是乳腺增生发病的重要原因。“乳腺增生的发病原因也包括精神因素。”司小平强调,精神刺激可改变人体内环境,从而影响内分泌系统功能。白领女性工作压力大,精神过于紧张、情绪过于激动,这些不良的精神因素使本

来应该复原的乳腺增生组织得不到复原或复原不全,久而久之,便形成乳腺增生。

司小平指出,饮食结构不合理,也会影响卵巢的内分泌,强化雌激素对乳腺上皮细胞的刺激从而导致乳腺增生。

轻巧七步 可预防乳腺增生

预防乳腺增生,提前进行科学合理化预防才是良策。郑州市人民医院乳腺科主任刘薇介绍,充分了解病因,轻巧预防从七步入手:

一、首先从女性心理上进行开导,乳腺增生对人体的危害莫过于心理的损害,女性在日常生活中应积极调整心态,消除紧张、不安等不良的心理刺激,更应注意少生气,少发火。要时刻保持情绪稳定,活泼开朗的心情。

二、改变不良的饮食习惯,尽量避免油炸食品,动物脂肪,甜食及过多的各式补品,多吃蔬菜和水果类,多吃粗粮。

三、生活要有规律、劳逸结合,保持性生活和谐。和谐的性生活可调节内分泌失调,从而减轻乳腺胀痛,可以对乳腺增生的预防起到一定作用。

四、坚持运动,防止肥胖提高免疫力。

五、禁止滥用雌激素美容用品、不吃用雌激素喂养的鸡、牛肉。

六、乳腺增生的预防还要注意避免人流,产妇多喂奶,能防患于未然。

七、定时进行自我检查和定期复查。

晚报记者 董亚飞 见习记者 蒋晓蕾