

温馨提示:集齐本专栏全年剪报可兑换科普礼品(具体兑换时间及方式将于 2019 年第四季度择期在报纸上刊登通知)

星期三
健康

近视只能矫正,不能恢复或治愈



吉林行

吉林省科协 城市晚报社

主办

2019年第188期 总第654期

随着电子产品的广泛应用,很多人由于用眼过度而导致视力下降,也就是我们常说的“近视”。我们的首要任务是采取措施控制近视的度数增长,有人还认为视力康复治疗手段可以帮助恢复视力,甚至可以治愈近视,这是真的吗?

我们之所以能够看到世间景象,是因为光线在我们的视网膜上成像,最后由视觉神经将图像传输给大脑。而近视则是光线在进入眼球时无法在视网膜上成像,而是将成像焦点落在视网膜的前端,从而导致看向远方时视线模糊。眼睛近视会对日常生活产生一定影响,因此,如何解决近视问题也被越来越多的人所关注。

事实上,进行近视手术是控制近视度数的有效方法,但它只能矫正视力,并不能达到彻底恢复或治愈的效果。眼睛近视受人体眼轴的影响。眼轴是指眼睛从接受光线的最表层,到视网膜感受光线的最里层之间的虚拟中轴线,近视的度数越高,眼轴就会越长。

近视手术并不能改变已经被拉长的眼轴,它只能矫正眼球的屈光度,并不能消除视网膜中潜在的病变风险,因此近视手术没有治愈效果。此外,并

不是所有的人都适合做近视手术,近视手术是有适应性的。近视手术是在眼睛的角膜组织上进行的,需要考虑角膜的厚度是否可以承受近视的矫正量,如果近视的度数较高,但角膜较薄,则可能会发生视网膜裂孔等风险,近视的度数越高,手术的风险也就越大。因此,在手术前,需要进行术前评估,确定近视手术的风险性。

在近视之前,还有一种现象被称为“假性近视”。假性近视是步入近视的一种过渡状态,是由于长期用眼过度,眼部肌肉紧张收缩,不能正常放松而导致的。在假性近视阶段,可以通过减少用眼量、做眼保健操放松眼部肌肉、眺望远方等方法来缓解眼部疲劳,恢复部分视力。但假性近视只能通过一系列的手段来延缓近视发生的速度和时间,并无法阻止它变成真正的近视。因此,假性近视和近视一样,都不会被治愈



或彻底恢复。

目前在我国的近视人群中,青少年学生所占比重越来越大。研究调查表明,学生的睡眠时间不足、过度使用电子产品、不注意保持用眼距离是导致青少年近视高发的主要因素。

因此,在学习和生活中,一旦近视,要及时佩戴近视眼镜,同时,要注意用眼卫生,增加户

外活动的时间,健康用眼,使眼部得到最大程度的放松。

更多精彩尽在:



科普中国

吉林科普微窗

超炫“绿巨人”在长春站起跑

长春到通榆有直达动车啦



10月22日11时10分,C1553次列车从长春站缓缓开出,驶向目的地吉林松原站,标志着动力集中动车组正式在长白乌快速铁路投入运营。由于列车车体外皮涂装为“国槐绿”,又被称为“绿巨人”,这种被称为“绿巨人”的全新动车组首次在东北地区亮相。

时速160公里动力集中型动车组是复兴号系列产品的重要组成部分,是普速线路旅客列车的迭代升级产品,以既有25T型客车为基础,在平面布置、内部装饰、人机界面等方面参照既有CRH动车组进行优化设计,参照动力分散动车组采用流线型外形,适用于

所有普速电气化铁路,其动力集中在列车头部或列车尾端。该动车组在快速线路使用具有突出优势,更加方便快捷,旅客乘坐更加安全舒适,运输组织更加高效等特点。

这次共配属给沈局集团公司9组短编时速160公里动力集中型动车组,共9节车厢,包括1辆动力车(Mc)、6辆二等座车(ZE)、1辆二等座车/餐吧式餐车(ZEC)、1辆控制车(KZ),总定员720人,其中控制车设一等座56个,其余均为二等座共664个,在二等座车/餐车设无障碍卫生间、轮椅存放区和餐吧区。

据长春站工作人员介绍,此次在长春站共开行4列“绿巨人”,长春-松原C1551次,7:48开;长春-松原C1553次,11:10开(每周五、周六、周日运行);长春-通榆C1557次,

14:38开;长春-白城C1559次13:33开(10月23日起开行)。

“绿巨人”的开行结束了长春到通榆没有直达车的历史,长春-通榆C1557次在长春站14:38开车,19:08分到达通榆站,经由农安、王府、松原、查干湖、大安、到保、白城、洮南到达通榆站,全程运行4小时30分钟。票价为一等座185元,二等座115元。

另外,首批应用时速160公里动力集中型复兴号动车组列车还包括:通榆-白城的C1561次;自10月23日起,白城-通榆的C1562次,通榆-长春的C1555次等。目前,沈阳局集团公司正在设计运行图调整方案,力争近期在长白乌快速铁路更多车次应用时速160公里动力集中型复兴号动车组。

/记者 刘佳雪 报道 长春站供图

18条重点工作推进职业教育服务

今年8月,吉林省教育厅等9部门联合印发了《吉林省各职业教育服务“全面振兴全方位振兴”改革实施方案》。今天,吉林省政府新闻办召开新闻发布会,吉林省教育厅、吉林省发改委、吉林省财政厅、吉林省人社厅等部门领导就《实施方案》进行解读并回答了记者提问。

《实施方案》作为贯彻落实全国、全省教育大会精神和《国家职业教育改革实施方案》精神的文件,与《深化教育体制机制改革的实施意见》《加快推进教育现代化实施方案》等明确的目标相衔接,既立足当前,又着眼长远,确保如期完成历史交汇期各项既定任务,把奋力办好新时代职业教育的决策部署细化为若干具体行动,经过5-10年左右时间,完成“三个转变”,完成职业教育由政府举办为主向政府统筹管理、社会多元办学的格局转变,由追求规模扩张向提高质量转变,由参照普通教育办学模式向企业社会参与、专业特色鲜明的类型教育转变,提出5个方面18条工作任务。

“围绕转型发展新需求,着力构建职业教育改革发展新格局”,开展职业教育改革试验,优化职业学校布局结构,优化职业教育专业结构,优化职业教育层次结构。

“围绕保障改善民生,着力形成让每个人都有人生出彩机会的教育和培训体系”,开展高质量职业培训,实施技术技能人才系统培养改革,推进学习成果的认定、积累和转换。

“围绕全面深化改革,着力提高职业教育高质量发展保障水平”,加强党对职业教育工作的全面领导,加大支持服务力度,营造良好发展氛围。 /记者 高羽 报道

省公安厅深入部署推进扫黑除恶专项斗争

为认真贯彻落实全国扫黑除恶专项斗争第二次推进会议精神 and 全省扫黑除恶专项斗争推进会议精神,总结经验、表彰先进,10月18日,吉林省公安厅召开全省公安机关扫黑除恶专项斗争总结表彰暨推进会议。副省长、公安厅厅长刘金波为获奖集体和民警颁奖,并对全省公安机关下一阶段扫黑除恶专项斗争进行安排部署。

据了解,扫黑除恶专项斗争开展以来,省公安厅坚持科学谋划、高位推动,全面强化专项斗争的组织保障。全省公安机关充分发挥“排头兵”“主力军”作用,紧盯线索抓核查、聚焦大案抓攻坚、集中缉捕抓逃犯,推进打伞破网、深化打财断血、开展重点治乱,向黑

恶违法犯罪发起凌厉攻势,持续提升扫黑除恶工作规范化、制度化、法治化水平。截至9月底,全省公安机关共侦办黑社会性质组织案件75起、恶势力犯罪集团案件114起、恶势力犯罪团伙案件271个,破获各类刑事案件3105起,查封、扣押、冻结涉案资产34.27亿元,刑拘犯罪嫌疑人3660人,重创了犯罪分子的嚣张气焰。今年以来,全省刑事案件同比下降4.36%,命案同比下降10.1%,现行命案全破。

会议指出,当前全省扫黑除恶专项斗争正处于向纵深发展的关键时期,全省公安机关和广大公安民警要认真贯彻落实全国扫黑除恶专项斗争第二次推进会议精神和全省扫黑除恶专项斗争推进会

会议精神,进一步增强政治责任感和工作紧迫感,坚决摒弃小胜即满、过关交卷的麻痹思想,坚决克服松口气、歇歇脚的松懈情绪,咬定深挖整治目标不放松,在思想认识上再深化、在责任担当上再加强、在彰显作为上再发力,全力推动扫黑除恶专项斗争再掀新高潮,为创建全国最安全省份,为吉林全面振兴全方位振兴作出新的更大贡献。

会议强调,全省公安机关要充分发挥扫黑除恶主力军作用,坚持问题导向、勇于自我加压,有针对性地加强和改进扫黑除恶各项工作,推动专项斗争不断向纵深开展。要强化领导责任,各级公安机关主要领导要以身作则、以上率下,重点工作亲自部署、抓好

落实,重大案件亲自研究、靠前指挥,层层传导压力、激发动力。要提升办案质量,牢固树立证据意识、程序意识和诉讼意识,加强侦查、起诉与审判的有效衔接,确保办理的每一起案件都经得起法律和历史的检验。要加强队伍建设,强化监督执纪问责,为打赢扫黑除恶专项斗争提供坚强纪律保障,同时坚持严管和厚爱结合,健全完善民警履职保护、不实举报澄清和容错机制,努力锻造一支忠诚干净担当的高素质公安队伍。

会上,战斗在扫黑除恶专项斗争一线的7个集体和27名先进个人分别受到省政府、省公安厅表彰,进一步激发了参战民警的战斗精神和工作热情。 /记者 李娜 报道