

游泳时能否戴隐形眼镜,上岸后是否需要清洗眼睛?

玩水消暑 眼部防护莫忽视

最近高温持续在线,游泳成为不少市民消暑的首选,然而,不少人在游泳后出现眼睛发红的情况,那究竟该如何防护呢?记者就此采访了相关人士。

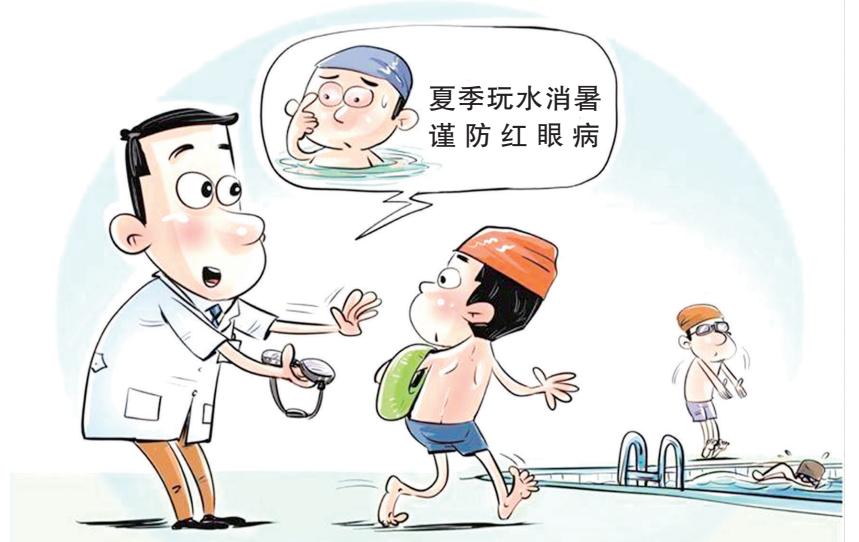
■记者 赵清

游泳时应避免眼睛接触水

市游泳协会的薛先生常年从事户外运动,他指出,护目镜是游泳时最基本的装备,它能够阻挡水中的氯、细菌和其他化学物质,减少对眼睛的刺激和伤害。选择泳镜时,要确保其质量好、密封性好,能够紧密贴合面部,防止水渗入。如果眼睛近视,需要选择有度数的泳镜。但泳镜的度数和平时佩戴的眼镜可能有所不同,最好咨询专业人士,选择适合

游泳的度数。

薛先生说,在游泳过程中,尽量避免眼睛直接接触水。当需要潜水或面部入水时,可以紧闭眼睛,或者使用面巾等物品遮挡眼睛。不要佩戴隐形眼镜游泳,隐形眼镜在水中容易吸附细菌和化学物质,增加眼睛感染的风险。因此,游泳时应摘下隐形眼镜,并考虑使用普通眼镜或高度防护视力的游泳面罩。



图据新华社

游泳后眼红多与水质有关

市人民医院眼科中心医生表示,游泳后眼红或是分泌物增多,往往与泳池水有关:首先,泳池水中含有自来水及消毒剂,尤其是含氯消毒剂,对眼睛有一定的刺激性;其次,泳池水中可能含有真菌、病毒或细菌,这些微生物可能导致眼部感染;再次,一些人对泳池水中的某些成分过敏,也会导致眼睛发红、发痒

等不适。所以游泳后要及时清洗眼睛。游泳结束后,用清水彻底冲洗眼睛,去除残留的化学物质、细菌和其他杂质。注意冲洗时要轻柔,避免用力揉搓眼睛。同时保持湿润,可以用温水浸湿毛巾,轻轻覆盖在眼睛上,让湿气渗透到眼部,保持适当的湿润,这样有助于缓解眼睛的干涩和不适感。

游泳时还应注意些什么?

专业人士指出,其实游泳还有一些注意事项:1、选择正规游泳池。正规的游泳池水质通常较好,且会定期进行抽样检验,能够降低眼睛感染的风险。2、避免使用公用毛巾。公用毛巾容易传播疾病,游泳时最好自备毛巾,避免使用公用毛巾擦拭眼睛。3、注意用眼卫生。游泳前后都要注意手部卫生,避免用手揉搓眼睛。如果出现眼

部不适,如红肿、疼痛、流泪等症状,应及时就医检查和治疗。

总之,游泳时防护眼睛需要从多个方面入手,包括选择合适的泳镜、避免眼睛接触水、游泳后及时清洗眼睛、注意用眼卫生以及特殊情况下的防护措施等。通过采取这些措施,可以有效降低游泳时眼睛感染的风险,保护眼睛的健康。

危险! 31周“臀位宝宝”单足先露 幸运! 10分钟剖宫产护母子平安

8月8日,市妇幼保健院展开了一场惊心动魄的“新生命急救战”。一名孕31周的产妇突然下腹阵痛,宝宝臀位单足先露,情况十分危急,该院手术麻醉科、产科、产房和新生儿科全体医护人员无缝接力,帮助这名产妇成功分娩一名3斤2两重的男宝宝。

■记者 唐晓玮

“臀位宝宝”单足先露,情况十分危急

8月8日14时,怀着第三胎宝宝的尚女士突然感觉下腹阵痛,此时她刚刚怀孕31周多,家中只有她和1岁多的二女儿。

情急之下,尚女士在微信群里求助,市妇幼保健院孕产保健部主任周保锋第一时间回应:“赶紧到医院检查!”

事不宜迟,尚女士带着女儿赶到医院,周保锋和邹海琼等医护人员紧急检查发现,其宫口几乎开全,已经临产,失去了保胎机会,而且胎儿是臀位单足先露,情况十分危急!

周保锋主任立即将情况上报医院,启动绿色急救通道,产科住院部、产房、手术室、麻醉科、新生

儿科的全体医护人员迅速集结。他们深知,这是一场与时间赛跑的较量,每一分每一秒都至关重要。

因尚女士和年幼的女儿独自来医院,没有家属陪伴,各级医护人员在尚女士没有办理任何手续的情况下,快速反应,有条不紊地开展。胎儿单足先露,身体在宫内呈横位,随时可能出现胎儿宫内窘迫、胎儿骨折、脐带脱落等风险,如果不及时进行干预,后果不堪设想。

于是,医院果断决定实施紧急剖宫产手术,以最快的速度将胎儿从危险中解救出来。同时安排专人照顾尚女士的二女儿,并及时与家属联系。

上演“生死时速”,力保母婴平安

手术室内,医护人员各司其职,配合默契。麻醉师迅速而精准地实施了麻醉,确保手术过程中的无痛与安全。产科医生则凭借丰富的经验与精湛的技术,小心翼翼地切开腹壁与子宫,将小生命轻轻托起。新生儿科医护人员已在一旁等待,他们迅速接过这个早早降临的天使,采取了一系列复苏与监护措施,确保他能顺利渡过难关。

几分钟后,随着新生儿一声啼

哭,所有医护人员悬着的心终于落下,母子平安……此时,赶到的家属听到喜讯后激动不已,连连对医护人员表达感激之情。

从产妇入院到新生儿出生,整个急救过程仅仅用了10多分钟时间。这不仅是对市妇幼保健院急救能力和多学科协作水平的一次有效的检验,更是对该院“绿色通道”高效运转机制的一次生动的诠释。

守护全生命周期,筑牢女性健康屏障

目前,这名产妇生命体征稳定,恢复良好,宝宝因早产转入新生儿科接受进一步监护治疗,情况稳定。在这场与生命赛跑的较量中,每一位医护人员都用自己的专业和爱心又一次书写了守护生命的篇章。

这只是成功抢救的案例之一。作为守护妇女儿童健康事业的重要医疗机构,市妇幼保健院加快转型发展,以“大妇幼、大健康”理念为指引,用高质量的服务守护全生命周期,筑牢女性健康屏障。

该院产科年均接待分娩量6000余人次,在市内保持领先地位,充分

彰显了其实力和水平。大产科中心前置胎盘、产后出血、子痫前期等近十种危重病种诊治好转率达到100%。连续多年无医疗事故发生,赢得良好口碑。

医院方面表示,今后将持续优化流程,强化应急演练,确保在未来面对类似紧急情况时能够更快速、更精准、更有效地采取救治措施。同时,也提醒广大孕妇及家属,务必重视孕期健康,定期进行产检,以便及时发现并处理潜在的健康问题,有效预防类似紧急情况的发生,确保母婴安全。