

板栗采收季节 伤眼事件多发

医生提醒：采收时需做好眼部防护

本报讯 秋天是收获的季节，但每年都有人因为上山采收板栗或其他农作物而伤及眼睛。日前，淳安县汾口镇的童大姐因为眼部被板栗刺扎伤，到建德德生眼科医院就诊。该院的吴医生在显微镜下从其左眼中取出 5 根板栗刺，手术后进行相应治疗，目前童大姐在该院住院部继续接受治疗。

9 月 12 日上午 9 点多，童大姐和同村村民到屋后山上采收板栗，看到枝头的板栗金灿灿的，童大姐兴奋地用竹竿击打板栗，一只板栗径直飞向其左眼，童大姐顿时感到一阵刺痛，同伴用手指掰开她左眼，拔出了一根板栗刺。因为疼痛难忍，童大姐立即下山，到汾口卫生院检查，医生叮嘱童大姐立即到医院请专

业眼科医生治疗。当晚，童大姐丈夫包了一辆车直奔建德德生眼科医院，医生对其进行检查，并进行消炎处理。9 月 14 日上午，吴医生为童大姐进行了手术，在显微镜下取出 5 根板栗刺，并进行消炎抗感染治疗。

几天前，龙游县塔石镇的徐奶奶也因为眼睛被板栗刺所伤到德生眼科医院治疗。之前，徐奶奶因为右眼刺痛，自己购买眼药水治疗后没有效果，于是赶到德生眼科医院就诊。医生检查后发现其右眼角膜深处有一枚板栗刺，因为已经过去好几天，板栗刺周围角膜已经化脓。追问病史，徐奶奶才想起几天前去山上捡拾板栗，好像有东西进过眼睛，当时没在意。因为板栗刺扎得很深，医生在显微镜下通过手

术将板栗刺顺利取出，经过抗炎治疗后，徐奶奶已经康复出院。

板栗刺表面可能会有霉菌、真菌生长，眼睛被刺后最怕就是发生感染，其感染角膜后病程长，治疗费用高，病人非常疼痛。若不能有效控制炎症，甚至有可能导致眼球损毁而不得不行眼球摘除术，所以危害性极大。

医生提醒，上山采收板栗时要做好眼部防护，思想上不能麻痹大意，进山前最好戴上安全帽，佩戴防护面罩或防护镜。一旦眼部受伤，应及时到专业医院眼科就诊，不能盲目购买眼药水，更不能自己使用土办法来治疗，以免延误病情。

(记者 王庚鑫)



快乐足球 童心飞扬

新学期开学以来，每天晨间及大课间操等时段，更楼中心幼儿园组织孩子们在绿茵场上玩足球、踢足球，锻炼身体，增强体质。

近年来，更楼中心幼儿园大力开展足球进校园活动，让孩子们享受足球运动、学习足球知识、感受足球魅力。

(记者 宁文武)

健康小知识（五十三）

食用合格碘盐，预防碘缺乏病。

碘缺乏病是一种世界性地方病，我国是世界上碘缺乏危害最严重的国家之一。碘缺乏病是目前已知的导致人类智力损害的最主要原因，同时直接引发地方性甲状腺肿、克汀病（聋、哑、呆、小）等，严重危害身心健康。怀孕期间缺碘，还会导致流产、早产、死产、胎儿先天畸形。坚持食用碘盐是预防碘缺乏病的有效方法，孕妇、哺乳妇女、儿童还应多吃海带等富含碘的食物。但碘含量高地区的居民，以及甲亢、甲状腺炎等患者不宜食用碘盐。

典型误区

一、购买私盐。

碘是人体生长发育过程中不可或缺的一种微量元素，对于预防地方性甲状腺肿、出生缺陷与智力残疾等有重要作用。食用碘盐是预防碘缺乏病最有效的途径。私盐虽然便宜，但是往往碘含量不足，甚至含有一些对人体有害的重金属，莫要因小失大。

二、用碘盐爆锅。

烧菜时放盐不要太早，应在菜、汤熟了以后再放，避免碘的损失。这是因为碘在高温下会升华，从而降低了含量。据调查，炒菜爆锅时放盐，碘的利用率仅为 10%；菜炒到半熟时放盐，碘的利用率为 60%；吃凉拌菜时放盐，碘的利用率近 100%。

三、一次购买太多。

碘的化学性质比较活泼，遇高温、潮湿和酸性物质易挥发。一次购买太多，存放时间越长，碘的丢失就越多。因此应该随买随用，盐袋开封后，应倒入有色的玻璃瓶或瓷缸内，加盖存放在避光、干燥处。

建德文明城市

随手做志愿 文明好习惯养成行动

邻里守望 点滴奉献 与爱同行

讲文明树新风
公益广告



建德市委宣传部 建德市文明办