

# 老花镜不用太讲究? NO!

## 随意购买、一戴到底、多人共用……这些误区要避开

### 本周关注

记者 何莎莎

焦到视网膜。

可是,随着年龄的增长,晶状体逐渐硬化、弹性变差,在看近的时候,不能顺利变凸,也就是眼睛调节能力下降,从而使看近处时无法在视网膜上清晰聚焦,即眼睛花了。

临床上首次出现老花眼的年龄为38-48岁,但一般正视眼的老视现象从40-45岁左右开始出现,到了52岁左右发生率几乎是100%。这和近视一样,会对日常生活造成极大困扰,也是需要专业验光配镜之后去解决的问题。

### 选择老花镜误区多 操作不当或有隐患

“相比之下,肯定是来配近视眼镜的人多,配老花镜的人少。”日前,记者走访了城区几家眼镜店,店员均表示,来店客人更多的是配近视眼镜。

但在淘宝键入“老花镜”,记者在一家按照年龄分镜度的淘宝店铺内,老花镜的月销量达2.5万笔,最便宜的只要19.9元就能买到一副老花镜,最贵的也不超过60

元。不说镜片质量无法保障,这样的老花镜使用体验大概也会不好。

“每个人屈光状态不同,眼睛的老花情况与对应视力也不同,况且,绝大多数的人两只眼睛的老花度数是不一样的。”日前,县第一医院眼科医生杨静梅在接受采访时说,按照年龄选择相应度数的方法,很容易造成选配度数出现较大差异,如果配镜者自身伴有远视、近视或者散光,那么近用时的度数可能会有更大的变化。这时随意购买,别说戴着是否舒服了,可能连最基本的清晰度都无法保证。

同理可知,多人共用一副老花镜同样不可取,老花程度、瞳距不同,随意使用,容易产生用眼不适以及头晕恶心等情况。另外,即使是同一个人,因为老花程度变化、镜片磨损等原因,长期使用同一副眼镜也会出现模糊和不适的感觉。

### 老花镜验配更复杂

#### 首先要排除眼部疾病

“使用不合适的眼镜,除了看不清,还容易出现酸胀、干涩、看不久等视疲劳症状,选择合

适的老花镜非常重要。”杨静梅说,一般来说,老花出现的年纪,眼睛发生眼病的风险也在增加,而此时的视力下降,可能不只是因为老了,而是眼病了。因此,老花镜的验配,是比近视更复杂。比如白内障、青光眼、黄斑变性,这些眼底疾病风险都随着年龄在快速增长。因此,在验配老花镜前,建议先做个全面的眼部检查,包括眼压、裂隙灯显微镜、眼底等。

在排查眼部问题之后,再进入老花镜的验配阶段。这个阶段的基本流程是:确认度数——测量瞳距——试戴度数——选择镜框。在选择镜片时,应该选用光学玻璃、光学树脂等材料,这些材料均匀性好,折射率稳定,透光率高,能拦截对眼睛有害的紫外线。不要贪图便宜而购买普通玻璃甚至是劣质塑料制作而成的劣质老花镜。同时,中老年人购买老花镜时一定要到正规机构,眼镜质量和服务都有一定保障,验光师的验配技术也相对比较专业,千万不能盲目购买。

# 高速夜间施救有妙招 安全帽上多盏灯

本报讯(记者 周震霄 通讯员 徐晟杰)近日,高速交警在杭甬高速上施救,施救人员在夜间处理交通事故时,头上戴了一个“新武器”——他们的安全帽上多了一盏闪亮的头灯,很好地解决了夜间施救照明难的问题。省交通集团高速公路宁波管理中心负责人表示,这是施救的师傅们结合日常工作需要研究出来的。

清障人员在施救时需要认真观察现场作业环境,特别是在高速上施救,没有路灯,夜间作业时必须手持强光手电,细心查看被施救车辆,找到清障车拖车挂钩受力点,确保作业现场人员、车辆安全。很多时候还要爬到车辆底部进行操作。“以前清障人员到达现场后不得不一手提灯,一手拿警示桩及警示牌设置安全封闭区。封闭区设置好后就要对故障车辆进行检查,也是一手提灯,一手拿工具对故障车辆进行施救作业,不得不需要另一个人帮忙打光才能作业,这样既不方便也浪费了人力,影响夜间施救效率。”省交通集团高速公路宁

波管理中心负责人说,“我们一位姓董的师傅,研究改装了这件夜间施工救援的‘新武器’,用起来效果还不差。”高速公路上施工作业必须佩戴安全帽,董师傅于是根据自身夜间钓鱼的经验,采购了钓鱼用的便携头灯,自己动手尝试改装安全帽。先用两枚螺钉将头灯的脚固定在安全帽的帽檐上,这样头灯的灯光可以上下调节角度,头灯的供电线也需要用热熔胶沿着侧帽上檐固定,不然极易在使用过程中拉扯断裂。然后在帽后安装充电源及充电接口和开关。最后利用安全帽原有小孔的铆钉装上警示灯固定板用于安装警示灯。“这个带灯的安全帽,给我们施工救援带来了很大的便利,至少不用再腾出手拿灯或者找工友拿灯了。”董师傅的工友们笑着说,经过一段时间的使用并结合同事们提出的意见和建议,董师傅对新式安全帽又进行了多次改进,使得这件新式武器更加符合实际需求。目前,这项小发明宁波管理中心正准备申报国家实用新型专利。

### 晶状体老化引起老花 需要专业验光配镜

老花其实是一种生理现象,主要是和眼球里面的一个结构——晶状体老化相关。当光线进入人眼的时候,需要角膜和晶状体来聚焦,尤其是看近的时候,需要晶状体变得更凸,从而让光线刚好能聚



## 履行收购合同 确保橘农销售

昨日上午,宁海力港供销社合作社的员工们忙着挑选早橘,打包后运送到鲜丰水果股份有限公司仓库或派送省内各门店。10月初,鲜丰水果股份有限公司与宁海力港供销社签订柑橘收购合同,目前,早橘按合同收购价为每公斤2.6元,迟橘收购价为每公斤1.4元。已收购早、迟橘300多万公斤,有力促进了当地橘农的柑橘销售。

(记者 李江林 实习生 陈品霞 通讯员 王羽歌 摄)



微信公众号:百姓事马上办

### 大学生就业补贴

网友:现在大学生毕业后就业,在宁海有哪些补贴?

县人社局答复:高校毕业生就业补贴申报对象为在宁海县工商注册的中小微企业首次就业的毕业2年内高校毕业生。

申报条件:2016年1月1日起,被中小微企业录用,签订1年(含)以上期限劳动合同、依法办理就业登记、缴纳基本养老保险费、基本医疗保险费和失业保险费。补贴标准和期限:缴纳社会保险费满1年给予每人2000元补助,补助期限不超过3年。详情可登录宁海人社局资料下载区高校毕业生就业补贴申请中查看,或致电咨询(65558686)。

### 结婚需要哪些证件

网友:本人绍兴户口,在宁海工作,现在准备和一宁海姑娘结婚,请问结婚登记需要带什么东西,是否

需要从绍兴打一些证明材料?

县民政局答复:根据《婚姻登记条例》规定,结婚登记时请你们双方提供有效的身份证和户口本,共同合照三张,申请登记当天双方共同到宁海县民政局婚姻登记处(宁海县跃龙街道兴海中路369号南三楼婚登处)来办理。如还有疑问欢迎拨打0574-65258089、65258099咨询。

### 公积金贷款额度

网友:夫妻双方都有公积金的情况下,贷款额度有多少?

市住房公积金中心县分中心答复:职工按规定连续缴存住房公积金满6个月可申请住房公积金贷款,可贷额度=借款人及其共同借款人在申请贷款日缴存账户余额×倍数,倍数目前按12倍确定,在还贷能力足够的情况下,保底额度按15万元/户计算。

连续缴存公积金满6个月,非“首套房”,即不是购买首套房或者首次申请公积金贷款,最高可贷25万元/户。连续缴存公积金满2年,且为“首套房”,即购买首套房、首次申请公积金贷款,最高可贷40万元/户。

## 欢迎举报, 重重有奖! 宁海县生态环保“110”诚邀您参与生态环境保护、“五水共治”

为加强生态环境保护,接受广大市民监督,特设立宁海县生态环保“110”随手拍有奖举报。

### 一、举报受理内容

1、一级饮用水源保护区范围内垂钓、游泳等行为;

2、河道排口晴天有排水,河水颜色变深,有异味,河道或河岸偷倒垃圾或垃圾未清理、偷排泥浆等行为;

3、沿街店铺通过雨水口排放污水、倾倒餐厨、厨余垃圾等行为;

4、运输车辆冲洗产生废水直排等行

为;

5、露天垃圾(工业、生活、秸秆垃圾)焚烧等行为;

6、建筑施工扬尘,建筑垃圾、生活垃圾随意倾倒等行为;

7、工业企业偷排、漏排生产性污(废)

水、物料堆场未采取防尘防雨措施,工业固体废物随意倾倒、非法处置等行为。

### 二、举报渠道

1、通过微信小程序链接。

2、拨打投诉电话0574-5999110。

### 三、奖励方式

1、视举报内容情节轻重,对第一报料人分别给予30、50、100元的话费奖励。

2、在收到举报信息后,第一时间予以核实,并发放话费奖励。

县生态办、县治水办、市生态环境局宁海分局



微信小程序链接



# 环境保洁

- 开展专项治理
- 垃圾分类
- 不留卫生死角
- 市场保洁

