

哺光仪、大路灯能否改善视力？

新华社记者 顾天成 黄筱 徐弘毅



近年来，“替代两小时户外”的哺光仪、“模拟阳光”的大路灯等产品层出不穷。这些产品能否切实改善视力？背后是否暗藏风险？第30个全国“爱眼日”到来之际，听听权威专家的解读与建议。

三分钟哺光能否替代两小时户外

哺光仪，也称重复低强度红光（RL-RL），是一种以激光为光源照射眼睛，用于近视控制或弱视治疗的医疗设备产品。

记者在某电商平台上输入“哺光仪”搜索发现，相关产品品类众多，最高价格近4000元，有商家还提供800元/月的租赁使用服务。

2023年，因哺光仪不规范使用造成某12岁女童视网膜黄斑损伤，导致视力永久性受损。同年6月，国家药监局发布通知，将激光近视弱视治疗仪类产品划分为第三类医疗器械，并给予企业和市场一年过渡期。这意味着在2024年7月1日之后，企业生产、销售哺光仪，须具有第三类医疗器械注册证和生产许可证。

今年4月，北京大学人民医院、北京同仁医院有关专家在国际知名眼科期刊共同发表名为《近视儿童重复低强度红光治疗后视锥细胞密度的变化》的论文，指出以激光作为光源对儿童眼睛进行照射以防控近视，有引发视锥光感受器受损的风险。

中山大学孙逸仙纪念医院眼科副主任医师张一弛说，哺光仪目前临床研究观察最长时间为一年。部分孩子使用后眼轴增长确有所控制，但发生机制尚不明确，长期暴露情况下安全性、有效性也有待观察。首都医科大学附属北京康复医院眼科主任刘莹说，部分家长因孩子近视进展或眼轴增长过快而选择使用哺光仪，也有一些家长认为孩子度数不严重，想用三分钟哺光替代两小时户外，这些想法并不可取。这位专家表示，户外活动作为近视防控方案的循证医学证据在全球的观察时间更长、数据更多。建议家长们理性评估风险与收益，优先选择证据充分的防控手段。

大路灯能“模拟自然光”

“相比普通台灯，大路灯的室内照明光线分布相对均匀，能够减少阴影和暗区，照射范围也更广，在一定程度上有助于减轻视疲劳，但并不足以单独作为一种近视防控方法。”刘莹说，与按照三类医疗器械管理的哺光仪不同，大路灯本质上是一种灯具。

浙江大学眼科医院视光中心主任倪海龙表示，万物生长靠太阳，晴朗白天的太阳光照度可达10万勒克斯（lux），远超能提供1000lux左右光照强度的所谓大路灯。“同时，大路灯也无法替代户外光刺激视网膜分泌多巴胺的关键作用。”他说。

很多临床医生都在门诊中遇到家长请求推荐灯具产品。不少家长表示，大路灯“参数眼花缭乱、价格五花八门”，“缺乏行业标准、质量良莠不齐”，购买后发现部分低价产品夸大宣传。

《近视防治指南（2024年版）》明确，读写应在采光良好、照明充足的环境中进行，桌面的平均照度值不应低于300lux。国家标准《读写作业台灯性能要求》对灯具色温、显色指数、照度、视网膜蓝光危害和闪烁等多项指标提出要求。

专家强调，近视的发展受环境因素、遗传因素等共同影响，采光照明只是其中

一个方面。选购灯具应优先参照国家出台的相关标准。

改善整体光环境和用眼习惯，避免依赖单一技术手段

倪海龙强调，近视防控的关键仍在于一增一减，即增加户外活动，减少近距离用眼负担，同时可辅以改善光环境及用眼习惯，要打组合拳，而非依赖单一技术手段。

专家建议要科学看待人工光源，辅助工具不可替代自然光照和基础防控。

“不论是儿童青少年还是成年人，自然光作为视觉的核心保护因素，其作用不可替代。”刘莹说，人工光源的应用需以“安全、循证”为原则，避免因商业营销或焦虑心理陷入误区。

近年来，党和国家高度重视青少年近视防控，部署三级干预措施。一级预防包括从婴幼儿期（2岁半起）就定期筛查视力，避免过早接触电子产品；二级预防包括通过户外活动、用眼习惯调整降低近视风险；三级预防包括采用离焦眼镜、角膜塑形镜及低浓度阿托品等医学手段延缓近视加深。

专家表示，近视防控是个系统工程，需要全社会行动起来，关注全生命周期的用眼健康。



以花为媒促发展

游客在新疆伊犁哈萨克自治州霍城县解忧公主薰衣草农场游玩（6月14日摄）。进入6月，新疆伊犁哈萨克自治州霍城县万亩薰衣草进入盛花期，紫色花浪随风起伏，美不胜收。借此美景，“惠远古城·芳香霍城”——2025年霍城县薰衣草文化旅游季于6月同期启幕，助力“中国薰衣草之乡”经济高质量发展。（新华社记者 丁磊 摄）

◆星空有约

中国科学家找到磁星爆发的“临界钥匙”

中国科学院云南天文台研究团队首次将太阳爆发理论拓展到磁星环境，找到了磁星产生超级爆发的“临界钥匙”。相关论文发表于天体物理学期刊《皇家天文学会月刊》上。

磁星是指具有超强磁场的中子星，其强度超过普通冰箱磁铁的10万亿倍，爆发时释放的能量足以照亮整个星系，被认为是宇宙中最“恐怖”的实体之一。

“磁星上扭曲的螺旋磁结构（又称磁通量绳），就像一根受外力挤压的弹簧。”论文第一作者、中国科学院云南天文台蒙盈博士介绍，“我们通过建模计算发现，当磁星作用在磁通量绳上的引力与磁力之比小于0.48时，磁通量绳会如同被压缩到极限的弹簧突然挣脱束缚，猛烈弹射出去。”

目前，人类在宇宙中探测到30多颗磁星，其中仅观测到3次磁星超级爆发事件。蒙盈说，磁通量绳受挤压时储存的能量会被快速释放，产生剧烈爆发现象。由于中子星都在快速转动，包含磁通量绳的复杂磁结构既不容易形成并存在足够长的时间，也难以在周围其他磁场的挤压或扭曲下储存足够多能量来驱动超级爆发，因此，研究发现的这一临界条件还解释了为何只有极少部分磁星会产生超级爆发。

这项研究不仅为理解宇宙最强磁场中的能量释放提供了新视角，其建立的爆发判据，即“临界钥匙”未来还可用于探究其他天体的磁场爆发过程。（新华社记者 王贤思）

如何防范食用野生菌中毒？

新华社记者 赵珮然 岳冉冉 王贤思

“省食品安全办提示您：不采摘、不买卖、不食用不熟悉、高风险的野生菌……”当云南人收到这样一条预警提示短信，意味着一年一度的“吃菌季”正式开启。

然而，随之而来，食用野生菌中毒的新闻频上热搜：“吃完菌子被人追着满山跑”“狗吃菌后抓小人”……

如何防范安全风险？这些野生菌最致命

云南被誉为“野生菌王国”，拥有至少2753种野生菌资源，其中可食用的有900余种，有毒的多达200余种，占全国毒菌种类的一半以上。复杂的地形地貌和丰富的雨热条件，孕育了得天独厚的野生菌资源，也带来了识别与食用上的挑战。

“尤其以鹅膏菌属类最为致命。”中国科学院昆明植物研究所研究员杨祝良介绍，这类菌中既有著名食用菌，也有剧毒品种，仅云南就分布有6种剧毒鹅膏，常生长于松林、栎树林中，因外形酷似可食菌，极易被误采误食。“在国外90%的蘑菇中毒死亡由鹅膏菌属导致，我国也高达70.5%。”

云南省第一人民医院急诊内科副主任医师王福平表示，野生菌中毒临床上主要可分为胃肠型、神经精神型、肝损型、溶血型、横纹肌

溶解型等。其中以胃肠道症状最为常见，表现为恶心、呕吐、腹泻等。

“一些致死性中毒患者早期也呈现胃肠型症状，极易被误判为普通肠炎。”王福平说，近日一位84岁老人因误食鹅膏菌出现严重肝损，所幸送医及时，通过“人工肝+胆道引流”清除毒素才转危为安，而与其同餐的两人，因食用量过大，尚未送医便已不幸身亡。

“熟了就能吃”？吃菌的这些误区要纠正

专家指出，以色彩、有无汁、断面是否变色或生虫来判断野生菌是否有毒缺乏科学依据。经验不能替代科学，误信“偏方”甚至会导致致命。

“许多毒蘑菇外形与可食用菌极其相似，光凭外观根本无法准确判断。”杨祝良介绍，例如中毒案例中高发的亚稀褶红菇，与被称为“火炭菌”的密褶红菇外形几乎一致，极易混淆，已造成多起死亡事件。

近年来，还有人出于猎奇心理，故意食用带致幻毒素的牛肝菌类。王福平指出，致幻类中毒属神经精神型毒素反应，不仅可能引发幻觉视听，还可能导致行为失控、跌落伤害等极端事件。“有患者曾在地铁上试图强行打开车门，所幸被家属拉住未造成严重后果。”

“毒素不会因为高温就完全消失”“熟了就能吃”的观念同样错误。部分毒素如牛肝菌中的致幻成分可被高温破坏，但像鹅膏毒素即使彻底煮熟仍有剧毒。

“还有一个误区是吃‘杂菌’。”王福平说，不同种类菌子混合烹饪，如果掺杂其中一两种毒菌，不仅难以辨别是哪种菌致毒，也会加重病情，增加治疗难度。

如何买得安心、吃得放心、救得及时？

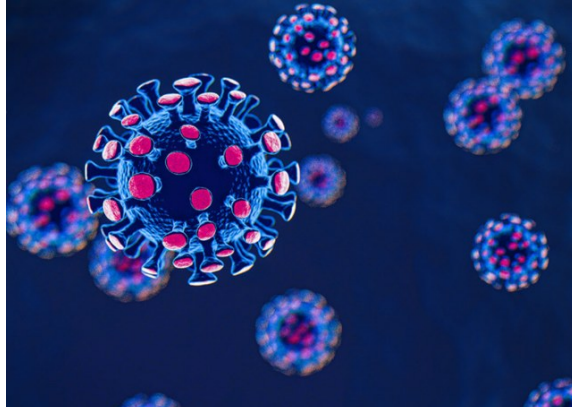
防范中毒，最关键的是从源头做起。“不认识的、不熟悉的、不易分辨的菌子，绝不能食用。”杨祝良说，“头上戴帽，腰间系裙，脚上穿鞋”的野生菌一定不要吃。”

相较于自采，选择正规市场购买更为安全。云南木水花野生菌交易中心是专业的野生菌交易市场，交易中心市场部主管翟占世介绍，为防范毒菌流入市场，市场专设专家团队负责辨识毒菌，强化商户分梯培训，同时与商户联合开展科普教育，向游客和网购者讲解烹饪方法和安全注意事项。

“顾客最常问的就是这个菌子能不能下酒一起吃、炒多久才安全。”从事菌类买卖多年的商户朱丽蓉说，在直播售卖时，他们会特别注明有风险的菌子，如见手青、红葱牛

◆健康科普

新研究发现可能抑制炎症风暴的细胞膜“开关”



英国《自然》杂志9日发表的一项由中国科学家牵头的新研究发现，细胞膜存在一种能够主动调控膜结构破裂的“开关”，有望为治疗脓毒败血症等与炎症风暴相关的疾病探索新途径。

细胞膜是维持细胞内外环境稳定的屏障，当身体受伤、感染或有炎症时，细胞膜就会破裂，并成为产生炎症反应的关键事件。然而，人们此前并不知道，细胞膜是“被动”破裂的，还是细胞自身有“开关”在控制。中山大学附属第一医院精准医学研究院研究员许杰团队研究发现，一种名为NIN1的蛋白质是控制细胞膜是否容易破裂的“开关”。细胞膜的破裂不完全是被外力“挤破”的被动过程，而是细胞自身存在着主动调节膜结构“脆弱性”的机制。

在这项研究中，研究团队发明了一种高通量细胞张力刺激系统，可给大量细胞施加类似拉伸、血流冲击、挤压等身体里会遇到的“压力”，以此进行实验。

该研究团队还与美国罗格斯大学化学与生化系助理教授师征团队合作攻关，进一步揭示NIN1蛋白的“开关”机制：该蛋白的表达显著降低了膜的破裂所需张力阈值。当它活跃时，细胞膜在压力下更容易破裂；当它被敲除时，细胞膜就变得异常“结实”，抗压能力大大增强。

许杰表示，关闭NIN1能显著减少细胞膜的破裂以及由此释放的、会引发强烈炎症的“危险因子”。这一发现提示NIN1在炎症反应中扮演着关键角色，它可能成为调节应力相关组织损伤、过度炎症反应乃至自体免疫疾病的新型靶点。

“例如在肺损伤、脑外伤、脓毒败血症中，如果能精准控制这个‘开关’，就可能有效抑制炎症风暴，为相关疾病治疗探索新途径。”许杰说。

（新华社记者 郭爽 徐弘毅）

我国开发可穿戴监测系统为帕金森病早期干预提供可能

记者从中国科学院长春应用化学研究所获悉，该所研究员张强团队成功开发可穿戴汗液帕金森病多指标监测系统，通过实时采集分析汗液生物标志物，实现对帕金森病情发展的无创动态追踪。

张强介绍，帕金森病是早期难以察觉、随时间推移不断加重的神经退行性疾病。从神经元病变到出现手抖、行动迟缓等症状，可能经历几年甚至十几年窗口期，目前尚无根治手段，主要依靠长期用药缓解病情，这使得高危因素筛查和早期预判成为重要研究课题。

张强团队对此开展研究，利用近3年时间开发出可穿戴汗液帕金森病多指标监测系统。这款集成了微流控芯片与柔性电极技术的可穿戴设备，如同“贴身健康侦探”，通过持续监测汗液中的左旋多巴、抗坏血酸、葡萄糖等多个关键参数，在症状出现前识别神经退行性病变迹象，经数据处理后，同步至用户手机App，实现从监测到预警的全链条管理。

与传统的有创检测相比，这款柔性传感贴片突破了多项技术瓶颈：自驱动汗液采集芯片可实现运动状态下稳定取样，柔性传感电极让多项标志物分离并同步评估，数据处理模块无线实时显示监测结果，为实现“早筛查、精用药、缓进展”防控目标提供技术支撑。

6月9日（北京时间6月10日），该成果发表于国际期刊《先进材料》。张强表示，团队下一步将推动科技成果尽早从实验室走进现实生活，让更多帕金森病高危人群可以尽早被发现。

（新华社记者 孟含琪 金津秀）

遗失声明

▲山亭区冯卯镇便民服务中心（统一社会信用代码：12370406MB23721237），事业单位法人证书正本、副本遗失， 声明作废。

▲刘志凯，身份证号码370402197002287819，山东省高级职称证书丢失，证书编号鲁081920460009，特此声明。

▲华静不慎将枣庄市管家婆物业管理有限公司开具的润扬首付06号楼3单元101室的流水号为：RYSF0000008570的装修押金收据丢失， 交 费 时 间：2024年6月23日，交款金额：五千三百元（¥5300.00），声明作废。

注销公告

枣庄市好园丁职业培训学校，经研究决议解散，并成立清算组，请该民办非企业单位享有债权的人于本公告刊登之日起45日内申报债权，逾期则视为弃权。

联系人:王霞

联系电话:13206328098

地址:枣庄市市中区文化东路御景街北首

枣庄市好园丁职业培训学校

欢迎刊登中缝广告

电话:3316016
13706320415