

復常不宜急 接種是關鍵

香港落實入境檢疫「0+3」後，機場人流增加，不少市民去日本、韓國等地旅行。市民盼望，壓抑了近三年的旅遊需求能在聖誕新年之際得到釋放。然而，距離聖誕新年假期還有兩個多月，沒有人知道疫情將如何變化、會出現什麼新病毒，加上冬季流感夾擊，風險陡然上升。特區政府推動復常必須穩紮穩打，逐步前行，不能冒進；市民也需要盡快提升自身防疫能力，特別是要早日為子女接種疫苗，如此才會有一個快樂而健康的假期。

《人民日報》連續三日就疫情及內地繼續落實「動態清零」政策發表評論文章，指出全球疫情仍在高位流行，病毒還在不斷變異，「躺平」不可取，「躺贏」不可能。以日本為例，該國「躺平」後染疫個案激增，全國病床使用率居高不下，多地醫療系統嚴重超壓；美國更是放任病毒傳播，導致逾百萬人死亡，目前有2400萬人患有長新冠，勞動力供應大受影響。而從科學角度看，「躺平」增加了新的變異毒株出現的風險，而新的變異毒株出現後又可能帶來新的傳播風險和感染風險。

世衛組織早前亦警告，未來仍將出現新的感染潮，呼籲各國保持高度警惕。事實上，包括內地，全球多地目前檢出的BF.7變異病毒，相比現時流行的BA.5，傳染速度更快、傳播力更強、代價間隔更短，極易造成大面積傳播。亦因此，內地將繼續堅定落實「動態清零」政策，這符合中國的國情，符合「把人的生命和健康放在第一位」的抗疫宗旨，放眼全球，也只有中國有這個能力和決心。

本港抗疫有自己的實際情況，抗疫以穩控疫情為目標，盡量減少入院、重症及死亡率，紓緩公共醫療系統的壓力，這也是積極抗疫，而非「躺平」。與此同時，特區政府穩步推動社會復常措施，能放寬時就放寬，努力做到防疫抗疫和恢復經濟兩不誤，這就要求特區政府在推動放寬方面需要穩紮穩打、逐步推進，而不能操之過急。

《人民日報》評論文章指出，要以時不我待的精神抓實抓細疫情防控各項工作，進一步磨礪責任擔當之勇、科學防控之智、統籌兼顧之謀、組織實施之能，不斷提高科學精準防控水準，我們

一定能用最小的代價實現最大的防控效果。這對香港具有高度的啟示意義。

欲速則不達，這是香港付出沉重代價後得到的教訓。近日香港落實「0+3」之後，確診數字又見回升，且有新毒株出現，雖說反彈幅度不大，但足以再次敲響警鐘。走一步，停下來觀察，再決定下一步，這是謹慎的做法，也是務實的態度，更是抗疫不回頭路的必然選擇。香港曾多次接近與內地通關，奈何臨門一腳時又爆新疫情，屢屢功敗垂成，十分可惜。

開放復常是方向，接種疫苗是關鍵。香港要頂得住新疫情打擊，就必須築牢防疫屏障，盡快提高「一老一幼」群體的接種率是當務之急。特區政府昨日批准復必泰幼兒版疫苗在本港作緊急使用，亦增設九個接種點，方便市民接種。在科興之外，香港多了一個幼兒疫苗選擇，符合各界期待，家長們一定要抓住機會，提升自身抗體力的同時，盡快為子女接種疫苗。現在就打，半個月後出現抗體，兩個月後抗體達到最高值，無論是假日出遊，還是留在本港消費，都能夠提升安全系數。

打擊衛生黑點要持之以恆

特區政府早前落實打擊衛生黑點計劃，各區同步起動，經過兩個月的努力，相信不少市民都感受到周邊環境乾淨了不少。主責有關計劃的政務司副司長卓永興在社交媒體分享近日落區行程，由港島東的筲箕灣，一直走到港島西的堅尼地城，行程二十多公里，實地考察衛生清潔狀況，並對整體成效感到滿意。

卓永興表示，從經過的街道所見，清潔狀況有不少改善：街頭棄置的小垃圾不多；垃圾桶少有滿溢的情況。他特別讚揚「東大街、英皇道的路面非常潔淨，橫街的衛生也做得好」。

兩個月來政府積極打擊衛生黑點的努力，應當予以肯定，但是有關成效如何保持下去，還須繼續努力。

另外，還有不少衛生死角被忽視了。例如如果路過北角英皇道的「橫街」明園西街，就會有完全不同的感受。明園西街向來是衛生黑點，一些居民亂拋家居

垃圾，導致橫街路面幾乎被垃圾塞爆，污水橫流，路過行人插足都難。大公報早前接獲街坊投訴，作出報道，政府部門高度重视，將明園西街列入衛生黑點，採取執法行動。上月初大公報記者到明園西街實地觀察，街頭垃圾被清空，還立了一塊告示牌「亂拋垃圾會被定額罰款1500元」。

然而，記者近日再探明園西街，當場「O嘴」：又見垃圾遍地，鼠輩橫行，而那塊定額罰款的告示牌還立在街頭。

特區政府曾多次推動清潔香港運動，風風火火，但往往活動一過，衛生黑點又會重現。明園西街的例子，再次說明清潔香港不能單靠幾次突擊行動，而是需要持之以恆的努力。卓永興文中提到，落區期間巧遇兩位立法會議員，對方寄語他「行勻全港，而且行勻整個任期」，這道出了市民對政府持之以恆打擊衛生黑點的期望。

龍眠山

A5 要聞

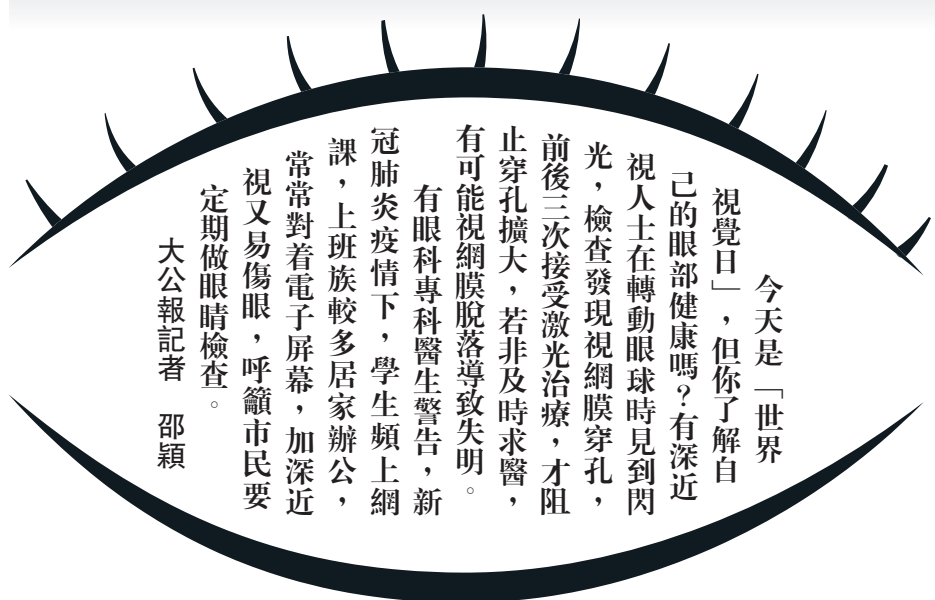
大公報 2022年10月13日 星期四

責任編輯：鄭小萍 美術編輯：鍾偉畧

四眼男常見閃光 原來視網膜穿孔

激光手術阻擴大 及時救治免失明

醫健事



今天你是「世界視力日」，但你是否了解自己的眼部健康嗎？有深近視人士在轉動眼球時見到閃光，檢查發現視網膜穿孔，前後三次接受激光治療，才阻止穿孔擴大，若非及時求醫，有可能視網膜脫落導致失明。

有眼科專科醫生警告，新冠病毒疫情下，學生頻上網課，上班族較多居家辦公，常常對着電子屏幕，加深近視又易傷眼，呼籲市民要定期做眼睛檢查。

大公報記者 邵穎

55歲的Peter患有深近視，右眼700度、左眼500度，但他從未進行全面驗眼，加上疫下減少戶外活動，經常看電子屏幕，眼睛不適時，更會不自覺地用手揉眼。兩年前，他轉動眼球時發現有閃光出現，意識到眼睛出現問題，才預約進行全面眼睛檢查，結果診斷發現視網膜穿孔，他其後在大約10天內進行了三次激光治療，才遏止穿孔擴大。

Peter說，現在於晚上、頭部動快些時，仍會有閃光出現。他引述醫生稱，若他再遲些求醫，有機會惡化成視網膜脫落，嚴重會失明。他呼籲大眾每年至少約見一次眼科專科醫生，若眼睛出現問題，可及時醫治。

上網課易近視 籲定期驗眼

疫情下人們使用電子產品的機會大增，不定期驗眼的危險更加突出，不少人每半年就出現度數上升的情況。香港眼科學會副會長及奧比斯義務眼科醫生李琬微舉例，曾有小童在5歲時進行第一次驗眼，隨後因疫下網課用眼量大增，拖延了18個月才再驗眼，豈料近視大幅加深至300度。

李琬微提醒，部分眼睛疾病初期症狀不明顯，太遲發現便會影響治療效果，甚至無法醫治，定期驗眼則能及時發現眼疾，並作出相應的治療，控制病情，50歲以上人士最好每年驗眼。

四成人近視風險中度或以上

奧比斯聯同香港眼科學會於今年9月以網上形式進行「港人眼睛健康警示」調查，收集到6253份有效問卷。結果顯示，逾五成受訪者未接受過眼科醫生的全面眼睛檢查；四成受訪者有中度或以上近視風險，但其中43%從未接受過眼科醫生的全面檢查；近95%受訪者有的眼睛警示是「疲倦」，「痕癢」及「乾澀」，佔比均超過八成。

調查結果並顯示，53%受訪者認為經常按摩眼球可護眼，20%受訪者認為揉眼可舒緩疲勞及護眼。

李琬微指出，若不當進行眼球操，不但無法舒緩眼睛，反而會傷及眼睛。過度用力按摩眼球會令眼球受壓，有機會因此誘發飛蚊及閃光症狀，而過度拉扯視網膜更有機會造成視網膜裂孔，併發視網膜脫落。



一項調查顯示，逾半數受訪者從未接受全面驗眼。奧比斯供圖

眼部檢查 / 驗光流程

第一部分：視光師檢查

- 量度眼壓、角膜厚度和弧度
- 測試慣性視力及進行詳細屈光檢查
- 雖然滴了放大瞳孔的藥水之後，看東西會有些模糊及怕光，但數小時後藥力消散，就會恢復正常

第二部分：眼科醫生檢查

- 用裂隙燈為病人檢查結膜、角膜、虹膜及晶體
- 放大瞳孔檢查眼底、神經線、黃斑點及視網膜

護眼小貼士

- 注意「眼部防曬」，佩戴太陽鏡，減少眼睛與紫外線的接觸。
- 戒煙——吸煙對眼睛血管、晶體狀態有影響。
- 控制三高——有糖尿病、高血壓、高膽固醇的人士，眼睛退化速度會更快。
- 日常多吃深綠色蔬菜，提供抗氧化物，有助預防老年性黃斑部病變、白內障等慢性眼疾。
- 可適當食用魚油，補充Omega 3，對眼睛血管健康有幫助。
- 勿近距離、長時間、側臥看電子屏幕，勿在乘坐巴士等顛簸的交通工具時看手機。
- 深近視病人要避免劇烈運動，尤其是可能會撞擊到頭部的運動，如泰拳等。
- 少用標榜抗疲勞的眼藥水，久用可能導致依賴。
- 少用添加薄荷、冰涼成分的眼藥水，可能令眼睛易敏感。
- 盡量選擇無添加防腐劑的人工淚液。
- 應該避免經常揉眼，否則可能引致眼疾，例如結膜炎、生眼瘡、錐形角膜，甚至視網膜問題。
- 每看20分鐘屏幕，用20秒進行遠眺。

資料來源：香港眼科學會副會長及奧比斯義務眼科醫生李琬微

中大三區設健康展 為4000市民免費驗眼

【大公報訊】中文大學醫學院研究顯示，全港40歲以上的成年人口當中，每七人就有一人的其中一隻眼睛出現輕度低視力或更嚴重的問題。為加深大眾對眼部健康及相關疾病的認識，中大醫學院將於本週六起的三個周末及周日舉行健康展覽，介紹白內障、視網膜脫落等常見的眼部疾病，

並提供免費眼睛檢查，預計六天內可為4000名市民進行檢查。

今年展覽以「明察秋毫」為主題，設有健康教育展板，還配備解剖學模型作講解示範，並有多位眼科醫生及教授主持健康講座。

展覽期間，醫學院將為市民免費提供多項健康檢查。市民亦可即場接

受免費眼睛檢查，包括眼壓、屈光度數檢查、黃斑病變測試，及乾眼症風險評估。

「明察秋毫」健康展覽於10月15及16日於馬鞍山新港城中心舉行首兩場，10月22日及23日在藍田麗港城商場舉行，10月29日及30日在荃灣荃新天地二期舉行。



▲根據醫管局紀錄，本年至今錄得29宗類鼻疽個案，是近六年來最多。

29人染可致命類鼻疽 多屬長期病患

【大公報訊】本港再有致命細菌入侵，今年至今共錄得29宗人類感染類鼻疽個案，其中六人已離世。初步流行病學調查顯示，患者大部分有長期病患及免疫力弱。衛生署資料顯示，類鼻疽可通過接觸受污染的土壤和水源、吸入受污染的塵埃或水滴，以及飲用受污染的水而受感染，可以用抗生素治療，死亡率約為40%至75%。

衛生防護中心表示，今年錄得的29宗類鼻疽個案中，20宗患者居於深水埗區，其餘居於觀塘、黃大

仙、西貢、葵青、東區和油尖旺；19名病人已出院，四人仍留醫，六名病人已離世，涉及四男二女，年齡介乎54至93歲，當中五人為長期病患者。

患者發燒咳血 暫無預防疫苗

根據醫管局紀錄，本港於2017年至2021年期間，錄得的人類感染類鼻疽個案數目，分別為12宗、6宗、3宗、12宗和17宗個案。

就醫管局九龍西聯網於過去三個月通報的15宗

個案，衛生防護中心初步流行病學調查顯示，病人均居住深水埗，大部分有長期病患及免疫力弱，病人沒有到訪相同的地點。防護中心已在深水埗區進行調查並採集環境樣本，所有樣本均對類鼻疽呈陰性反應。

防護中心發言人說，現時沒有類鼻疽的預防疫苗，人染疫後會出現發燒、頭痛、局部痛楚或腫脹、咳血及局部淋巴結腫大等病徵。市民應採取措施預防感染，接觸受污染的水或土壤後清洗或淋浴，盡快清潔傷口；注意食物衛生，不要飲用未經煮沸的水等。