

中俄首届健康生活方式论坛和莫斯科第三届“孔子杯”中国体育和文化艺术项目大赛在俄举行

新华社莫斯科7月24日电(记者 陈汀)中俄首届健康生活方式论坛和莫斯科第三届“孔子杯”中国体育和文化艺术项目大赛开幕式24日在俄罗斯莫斯科伊琳娜·维涅-乌斯曼诺娃体操馆举行。

中国驻俄罗斯公使孙伟东在开幕式宣读中俄友好、和平与发展委员会中方主席夏宝龙贺信,对2022-2023中俄体育交流年持续推进之际举办的本次活动表示祝贺,认为本次活动是促进两国人民相

知相亲、不断夯实两国世代友好民意基础的具体举措,也是顺应两国民众提高生活品质愿望,交流两国优秀传统文化,开展文明互鉴的有益尝试。

中俄友好、和平与发展委员会俄方主席季托夫出席并致辞,对本次活动在俄举办表达衷心祝贺,表示活动顺应两国民意,促进双方深入人文交流,提高两国人民生活福祉。

中俄首届健康生活方式论坛内容涵盖健康生活

方式、生态旅游、传统文化、健身运动等方面,吸引两国健康专家、企业家和经济界人士出席。

莫斯科第三届“孔子杯”中国体育和文化艺术项目大赛为期三天,设有中国武术、中国围棋、中国象棋、汉语儒学知识、少年儿童中国风绘画、中国书法6项竞赛项目。比赛期间,现场还进行中国声乐、中国舞蹈、中国乐器、茶艺、中医等展演项目,吸引众多观众驻足体验。

柬埔寨人民党宣布在大选中获胜

新华社金边7月25日电(记者 吴长伟)柬埔寨执政党人民党发言人索耶桑25日说,人民党在柬第七届国民议会选举中取得压倒性胜利。

索耶桑对记者表示,人民党获得80%的选票,赢得国会125个席位中的120个,这是人民党的又一次巨大胜利,真实体现了柬埔寨人民对人民党领导的

信心。

据柬国家选举委员会消息,柬埔寨全国选民注册人数为970万,此次选举共有约821万人投票,投票率约84.58%。选民投票率高于2018年大选时的82.17%。在柬埔寨观察员和国际观察员监督下,选举顺利举行,无干扰选举行为。

此次国民议会选举投票于7月23日举行,共有柬埔寨人民党、奉辛比克党等18个政党参选。柬国家选举委员会将于8月9日公布正式计票结果。

国民议会是柬埔寨最高权力机关和立法机关,每届任期5年。国会议席根据选举结果分配,获多数席位的政党将负责组建新一届王国政府。

欢迎大熊猫“圆梦”回家



7月24日,在法国圣艾尼昂市博瓦勒野生动物园,人们观看“圆梦”。当日是大熊猫“圆梦”在法国博瓦勒野生动物园与观众见面的最后一天,“圆梦”将于7月25日返回中国。2012年,“欢欢”和“圆仔”从成都大熊猫繁育研究基地来到博瓦勒野生动物园,开启为期10年的中法大熊猫繁育合作计划。2017年8月4日,“欢欢”诞下雄性幼崽“圆梦”,“圆梦”是首只在法国出生的大熊猫。

新华社记者 高静 摄

阿尔及利亚野火死亡人数升至34人



7月24日,阿尔及利亚布维拉省民防人员在灭火。阿尔及利亚内政部24日晚发表声明说,该国北部野火造成的死亡人数上升至34人,其中包括10名军人。

新华社发

做近视手术,千万别忘记这4件事

暑假用来做近视手术再合适不过啦,不但有时间来恢复,而且还不耽误日后的工作。那么在做近视手术前,千万别忘记这4件事。

1 近视手术适应症

近视手术并非人人能做,想做摘镜手术,首先要满足两个条件:一是年龄,一般要求在18岁以后。“因为18岁以后人的眼球发育才基本稳定。”第二个条件是近视度数稳定。

除了上面提及的手术适应症,术前要进行20余项检查来确保手术的精确性。

建议戴普通软性隐形眼镜的近视朋友停戴1周以上,戴软性散光隐形眼镜及硬性角膜接触镜(RGP)的停戴3周以上,戴角膜塑形镜(OK镜)的需要停戴3个月以上。

2 确定手术方式

术前检查通过后,接下来就是确定手术的时间。暑期医院里摘镜的小伙伴很多,最好是提前预约。

术前医护人员会讲解手术注意事项,一切请遵医嘱。近视手术的时间很短,术后视力即有明显提升。

手术后麻药效果消失后,部分人可能会有轻微不适如异物感等,通常一段时间后可自行恢复,不必太过担心。

摘镜手术介绍

- 飞秒激光:近视≤1200,远视≤600,散光≤600,对角膜厚度有要求;
- 全飞秒:近视≤1000,散光≤500,对角膜厚度有要求;
- Smart全激光:近视≤600,散光≤400,对角膜厚度有要求;
- ICL人工晶体植入术:近视≤1800,散光≤600,对角膜厚度无要求;

3 术前准备事项

- ①检查需要散瞳,不要自己驾车。
- ②术前1-3天根据医嘱应用抗生素眼药水。
- ③手术前会进行术前签字,医生告知手术前中后的注意事项及用药等。
- ④术前如身体不适,请告知医生,以便合理安排手术。严重的发烧、咳嗽、鼻炎、过敏,暂不建议手术。
- ⑤手术当日不可擦任何护肤品、化妆品,不可使用香水。

⑥最好安排一位亲友陪同手术。

4 术后注意事项

- ①注意眼部卫生,术后一周眼睛不能碰水,一个月内不宜化眼妆。
- ②避免揉搓,碰撞眼睛;一个月内避免进行剧烈运动,三个月内避免潜水,半年内不进行蹦极,跳伞等极限运动。
- ③科学用眼,保持良好的用眼习惯,不宜过度疲劳。近距离用眼约40分钟,建议休息5-10分钟,眺望远处放松眼睛。
- ④术后辛辣需忌口,术后两周不宜饮酒,吸烟。
- ⑤强烈紫外线下可佩戴偏光镜,夜间驾驶注意安全。
- ⑥遵医嘱用药,定期复查。

温馨提示

安徽理工大学附属眼科医院提醒大家:有摘镜意向的小伙伴们,与其纠结自己适不适合做近视手术,不如利用周末先做术前检查。检查后如符合条件,即可预约手术时间。一般次日复查结束,就可以正常用眼了啦,不影响工作、学习、出游等。爱眼电话:0554-2211160