眼睛也会得空调病 夏季护眼不可大意

随着天气逐渐炎热，有些怕热的人几乎24小时待在空调房内。近日，浙江大学眼科医院角膜和眼表病专科格外繁忙：“老干眼”们扎堆来配眼药水，候诊的患者多了不少年轻人，其中还有不少放暑假的孩子。“最近眼睛干涩得厉害！”“我好像是结膜炎犯了”……“一上午看了四十来个号，三分之一是干眼，三分之一是过敏性结膜炎。”林琳副主任医师介绍：这两类病人数量比平时翻了倍，怀疑跟过度使用空调有关。

林琳表示，在夏季与冬季，长期处于空调环境下更容易让眼睛患空调病。通常空调病的症状是短期存在的，大家会忽视，但是眼睛长期干涩会带来不可恢复的伤害，极端情况下甚至可能造成失明。

全天待空调房眼睛痛得睁不开

周一，李女士（化名）第一个到林琳的诊室，语速飞快地说出了自己的症状：眼痛、异物感强烈，眨个眼、转个眼珠都难受。通过裂隙灯，林琳观察到她的睑板腺开口大部分堵塞了，按压后排出的是黄色泥沙样的睑酯，角膜散在的上皮点状脱落，诊断为干眼症，中度。

“我还挺注意预防干眼的。”李女士是个室内设计师，近段时间活儿逐渐多了起来，这一个月都在加班。尽管工作强度大，但她盯电脑一会儿都会远眺、休息，也只是有点轻微干涩的症状。然而在前一天晚上，她看着屏幕开始畏光，痛得眼睛也睁不开。

一番沟通后，林琳询问李女士每天在空调房待多少时间。“二十个小时肯定是有的吧！”入夏后，李女士单位空调几乎是整天都开着的，因为怕热，她的工位都正对着出风口。通勤只有半小时，下班后又钻进家里的空调房，几乎无缝衔接。“很少出去散步，外面太热了。”李女士补充道。

“又一位重度空调使用者。”林琳解释，“长期在空调房的人干眼发生率更高。”这是因为空调在降低室内温度的同时，还会带走空气中的水分，造成湿度的降低和空气流速增大。办公族在使用电脑、手机等视频终端时已经不自觉减少了眨眼频率，增加了角膜暴露时间，同时影响了泪膜中的水液和脂质的分泌。而长时间身处干燥的环境更让眼表“雪上加霜”，干涩、畏光、刺痛、异物感等症状就会不知不觉找上门。

空调未清洗导致眼睛患结膜炎

眼睛的空调病还不止干眼症一种，最近几天，眼表及角膜病专科接诊了上百例过敏性结膜炎的患者。

“怎么又复发了？”妈妈带着娃儿莉莉（化名）来看病，还没来得及坐稳就大倒苦水。林琳观察到，莉莉的眼睛红红的，不断用纸巾擦拭着眼角的分泌物，时不时还要用手狠狠地揉搓，仿佛这样才能解痒。孩子痒了一晚上，父母也都没睡好，看这情形很明显过敏性结膜炎又犯了。

对这类患者，用药治疗很关键，但找到过敏源同样重要。此时并非是过敏性结膜炎的高发期，林琳推断源头可能是空调——家里的空调清洗过吗？这一问提醒了莉莉妈，今年家电清洗的服务难约，家里三台空调都没来得及清洗就先用上了。

“应该是未清洗的空调携带的过敏源所致。”林琳说，“许多家庭一年没用空调，积累了大量的灰尘、细菌、螨虫等潜在致敏源。”随着空调开启，冷风会将过滤网上的灰尘吹到空气中并四处飘动，让敏感的患者避无可避，眼睛继而发红、瘙痒、灼痛。伴随着低温，不少人吸入冷空气后引发流涕、打喷嚏等过敏性鼻炎症状，也会经由鼻泪管影响眼部，引发过敏性结膜炎。

空调房护眼指南

1、定期清洁空调滤网，防止尘螨堆积；

2、空调温度不宜调太低或者太高，使用1~2小时后适当开窗，保持空气流通；

3、可在风口处放一盆水，增加室内湿度；

4、如需长时间待在空调房，尽量避免戴隐形眼镜，改用框架眼镜；

5、工作繁忙、紧盯电子屏幕的人群，连续近距离用眼时间不宜过长，记得多眨眼、多远眺，定时休息一下眼睛；

6、眼睛轻微干涩，可在医生指导下使用无防腐剂的人工泪液予以缓解；

7、若眼睛干涩、灼痛等不适感超过两日，应及时到院检查。

新闻延伸

炎热夏季是眼病高发期 医生教你这样保护眼睛

闷热的夏季是眼病高发期，重庆南坪爱尔眼科医院角膜科副主任刘健娣提醒，眼睛暴露在紫外线下、暴雨天气外出等，都可能引发眼疾，大家要格外注意。

紫外线要注意

夏日眼睛的防晒是非常重要的，如果不戴墨镜，阳光里的紫外线辐射会造成眼睛的损伤，表现为眼睛强烈的异物感、刺痛、怕光、流眼泪、睁不开眼等。比起急性损伤，生活中更常见的，还是紫外线暴露日积月累造成的慢性损伤，如老年性白内障或者年龄相关性黄斑变性，都可能是因为阳光中的紫外线对眼睛日积月累地损害所致。

应对措施：

①不要在阳光最为强烈的大中午进行户外工作，外出运动尽量在清晨、傍晚或者阴天，不用裸眼直视强光。

②佩戴防晒墨镜、遮阳伞、遮阳帽，要使用正规厂家生产的产品，这样才能够有效隔离紫外线。

③多补充新鲜蔬菜和水果。

避开暴雨天气

夏日天气多变，短时暴雨、雷暴等强对流天气频发。人们在骑车或走路时，常常会遇到大风带来的沙尘进入眼内的情况，此时如果用手直接揉搓眼睛，容易造成角膜的损伤。同时极端天气伴随着强降雨，容易有雨水溅入眼睛，雨水在降落时有可能黏附到空气中悬浮的细菌，可能引起眼部的感染。

应对措施：

①为避免外物入眼，在大风天气外出，最好是佩戴护目镜或框架眼镜（无屈光不正者可佩戴没有度数的平光眼镜）。

如果不小心有异物吹进眼睛，千万别用手搓揉，避免一些带棱角的沙粒越揉越深，防止角膜刮伤的面积扩大。

②由于大风会加速泪液蒸发，带走眼部水分，造成眼睛干涩、异物感等不适，在这样的天气里，不建议佩戴隐形眼镜出门，可改为佩戴框架眼镜。

游泳前后，眼睛保护不可少

夏天是一个适合游泳的季节，在这里提醒大家，游泳前后一定要特别注意眼睛的保护。因为游泳很容易引发眼睛疾病，其中比较常见的是急性结膜炎（俗称红眼病），这种疾病大多数是由细菌、病毒感染引起，最明显的症状就是眼部充血、不适、水肿及分泌物增加，严重者还会导致急性结膜炎等其他眼部并发症。

应对措施：

①尽量选择水质好、污染少的游泳场所；应佩戴合适的游泳防护镜，潜水时尽量闭上眼睛；尽可能不用手搓揉眼睛，患有高度近视者不能头朝下跳水，以免引发视网膜脱离。游泳后，及时用干净水洗脸、洗澡。

②注意眼睛卫生，注意手部卫生，不使用公共场所提供的毛巾擦眼睛。

据杭州日报、华龙网

刊登热线 13018333716 15023163856 023-65909440

◆黎斌遗失基层法律服务工作者执业证，执业证号：32231131100079，声明作废。
◆遗失重庆邦豪商贸有限公司（统一社会信用代码91500107683931356111）公章一枚，声明作废。
◆文全于2024年6月7日不慎遗失身份证，身份证号：512322419671107147 8，特此声明
◆苏胜元（父：苏庆颖，母：高阳萍）遗失出生医学证明，出生证编号：1 3202519 94，声明作废
◆古建强内河水手证、服务簿遗失，证书号：510227198812044294，服务簿印刷号00080489，证书印刷号00564588，作废。
◆遗失重庆市隆意机械配件有限公司公章一枚，编号500112712542 2，声明作废
◆遗失崔鑫辉军官证，编号：军字第1352131号，声明作废。
◆重庆股权投资基金协会不慎遗失（社会团体法人登记证书）正副本，统一社会信用代码51500000056988771019，原登记证号：1020，声明作废。
◆遗失重庆高新区洛米幼儿园民办非企业单位登记证书（副本）正本代码52500106MJF5639270原登记证号01036）作废
◆遗失北碚区赖丽红茶楼烟草专卖零售许可证副本500109110007作废

《工伤认定限期举证通知书》送达公告

重庆鑫龙物业管理集团有限公司：

彭小容向我局提出本人工伤认定申请，我局受理后于2024年5月20日制发《工伤认定限期举证通知书》（渝中人社伤险举字〔2024〕80号），并以邮寄方式向你单位送达《工伤认定限期举证通知书》，被退回。经多方联系无果，现通过公告送达，请你单位自公告之日起30日内，前来我局领取《工伤认定限期举证通知书》，逾期视为送达。

重庆市渝中区人力资源和社会保障局 2024年6月12日

◆遗失北碚区邓吉群食品经营部烟草专卖零售许可证副本500109122016作废
◆罗彦雄（身份证号：510212193609121612），本人不慎遗失退役军人抚恤补助证，特登报公示！
◆遗失重庆美的家装饰工程集团有限公司设计协议类2193（2份），声明作废。
◆遗失（*杨松）食品经营许可证副本，许可证号码JY15001130195521作废
◆遗失江北区素林餐饮店（食品经营许可证）副本，许可证编号：JY25001051125037，声明作废
◆重庆盛顺公司渝B6308挂运输证500110032537遗失作废
◆遗失重庆市铜梁区张英商贸有限公司财务专用章500224707484公章500224707483声明作废
◆遗失重庆寻缘网络科技有限公司财务专用章一枚，编号：5002435053590声明作废
◆遗失渝中区嘉陵新村220号6-4，间号6106111612612-1房屋家私人江永重房屋相的证，面积25.2㎡，声明作废。
◆遗失巫溪县宁河街道人民武装部公章一枚，编号5002381000837作废
◆重庆宜品品鑫科技有限公司渝中区虎踞路分公司遗失2020A10板发票缺失票证本91500103MA5YT3G720声明作废
◆刘昊遗失重庆市市场机关公房管理处公房管理所住宅租约证号77880地址南岸区南坪古楼二村8栋4单元8-1声明作废

重庆市永川区烟草专卖局关于案件调查处理的公告

2024年5月30日，本局在重庆市永川区永南物流园中通快递分拨中心查获涉案卷烟：中华（硬）8条、中华（软）中支2条，共计2个品种10条，请物主于本公告发布之日起60日内到永川区烟草专卖局接受调查处理（电话：4980019560），若逾期未来，我局将依据《烟草专卖行政处罚程序规定》第十十三条的规定，对涉案卷烟进行处理。特此公告。

重庆市永川区烟草专卖局 2024年6月12日

比选公告

重庆西部公交，对《六分公司业务用房整修工程》、《建桥C区公交站场完善配套设施建设》进行竞争性比选，如有意单位请于6月12日-6月14日（工作日）上午9时至11时，下午14时至16时（北京时间）前来重庆市渝中区虎踞路56号1-1号购买比选文件并自带U盘拷取相关资料。

重庆市城市违法建设执法确定违法建筑当事人的公告

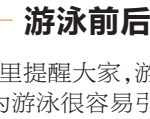
渝南岸城违建公字（2024）11011号

经查，位于重庆市南岸区野猫溪正街1号楼顶天台处的混合结构阳光房，未经规划许可，根据《重庆市城乡规划条例》第九十六条第一款第五项的规定，属于违法建筑，因该违法建筑当事人不明，经本机关尽职调查，仍无法确定。现发布公告，公告时间为十日，请该违法建筑当事人在2024年6月22日前，到本机关进行登记确认并接受处理；逾期未登记确认并接受处理的，将由重庆市南岸区人民政府根据《重庆市城乡规划条例》第九十四条第二款和《重庆市查处违法建筑若干规定》第十四条的规定，对该违法建筑实施强制拆除（回填）。特此公告

重庆市南岸区城市管理局 2024年6月12日

联系人：吴俊杰 联系电话：023-62528159

联系地址：重庆市南岸区渝山路563号负1-2



重庆市渝北区劳动人事争议仲裁委员会公告

重庆博亿电力安装工程有限公司：本委受理王会丽诉与你单位劳动争议一案（渝北劳人仲案字〔2024〕第2268号），原公告定于2024年8月12日10时00分在重庆市渝北区松石北路106号附11号渝北区劳动人事争议仲裁院派驻龙山仲裁庭开庭审理本案，因仲裁员工作原因，现将开庭时间定为2024年8月1日10时00分，开庭地点不变。无正当理由不到庭的，本委将作缺席审理，并以此做出缺席裁决。

重庆市渝北区劳动人事争议仲裁委员会 2024年6月12日

九龙坡区咖啡老乡咖啡馆遗失2021年10月15日核发的食品经营许可证副本，编号：JY25001070004060声明作废。

九龙坡区咖啡老乡咖啡馆遗失2021年10月15日核发的营业执照副本，统一社会信用代码92500107MA5YLWKCRL声明作废。

重庆市交通运输委员会行政处理决定书

渝交规决[2024]612201046号

当事人：叶丽萍 车牌号：渝D69721

地址：重庆市长寿区葛兰镇桔井村3组11号

经本单位依法调查核实2024年03月16日18时28分，在G50沪渝高速上行K1756+0m拥环混凝土路缘石，单价为：160.0元，数量为：5.0米。依据《重庆市公路管理条例》第五十七条第一款的规定，以及渝价[2016]47号《重庆市高速公路路产费（补）费、占用收费标准》，决定给予以下行政处理决定：收取公路费（补）费费人民币8000元（大写捌佰元整）。你应当在收到本处理决定书之日起十五日内到S39渝长复线高速公路石前收费站劳服行本处理决定。如对本处理决定不服的，可在收到本处理决定书之日起六十日内依法向重庆市人民政府（地址：重庆市两江新区星光大道96号土星B2栋）申请行政复议，或者在六个月内向重庆市渝北区人民法院起诉，逾期不履行本处理决定的，本机关将依法申请人民法院强制执行。

重庆市交通运输委员会 2024年03月19日

执法机关地址：S39渝长复线高速公路石前收费站劳 联系单话：023-89110399

声明：本人邹莎，身份证513522197511015412 3于2024年5月31日已经辞去重庆唯专诊所管理连锁有限公司九龙坡区万象城医疗美容诊所的一切职务，包括法定代表人，后续公司一切经营行为与我无关。特此声明！

遗失重庆市涪陵区城西交通运输有限公司合同专用章编号5001023004003声明作废

遗失重庆市涪陵汽车运输集团有限公司客运业务专用章编号5001020055434500102180153 0）声明作废

注销公告：重庆光博士医疗美容门诊部（有限合伙）重庆光博士医疗美容门诊部（备案编号：PDY9614005001051 7D1542），经门诊部法定代表人何锦鸣，主要负责人才俊轩主动决定，申请注销医疗机构执业许可证，该门诊部的颜权债务已全部清偿完毕，并于2024年6月12日在重庆晨报进行公告。特此公告

采矿许可证自行废止公告

采版〔2024〕（彭水）0002号

根据《矿产资源开采登记管理办法》（国务院令第241号）第七条规定，以下采矿许可证已自行废止，特此公告。

序号	矿山名称	采矿许可证号	采矿许可证有效期
1	彭水县茂博矿业集团有限公司郁山镇陈家坪饰面石材用灰岩矿	C5000243220190037100148110	2019年3月20日-2023年12月20日
2	彭水兴广矿业有限公司乔梓乡汪河肉重晶石矿	C5000243200910613004135 1	2020年6月29日-2022年 6月29日

彭水苗族土家族自治县规划和自然资源局 2024年6月11日

重庆市渝北区劳动人事争议仲裁委员会公告

金彤馨（重庆）商业管理有限责任公司：本委受理张永芳、罗耀，罗水琴诉与你单位劳动争议一案（渝北劳人仲案字〔2024〕第2265-2267号），原公告定于2024年8月12日11时00分在重庆市渝北区松石北路106号附11号渝北区劳动人事争议仲裁院派驻龙山仲裁庭开庭审理本案，因仲裁员工作原因，现将开庭时间定为2024年8月1日11时00分，开庭地点不变。无正当理由不到庭的，本委将作缺席审理，并以此做出缺席裁决。

重庆市渝北区劳动人事争议仲裁委员会 2024年6月12日

斜体（重庆）品牌设计有限公司：本委受理杨欢诉与你单位劳动争议一案（渝北劳人仲案字〔2024〕第2276号），因无法直接或邮寄送达，根据《劳动人事争议仲裁办案规则》第二十条的规定，现向你单位公告送达仲裁申请书副本及开庭通知书，仲裁通知书等仲裁文书，上述文书自本公告发出之日起经过三十日即为送达。现定于2024年8月1日14时00分在重庆市渝北区松石北路106号附11号渝北区劳动人事争议仲裁院派驻龙山仲裁庭开庭审理本案。无正当理由不到庭的，本委将作缺席审理，并以此做出缺席裁决。

重庆市渝北区劳动人事争议仲裁委员会 2024年6月12日

重庆市渝北区劳动人事争议仲裁委员会公告

重庆惠鑫农副产品配送有限公司：本委受理陈莉、高锋诉与你单位劳动争议一案（渝北劳人仲案字〔2024〕第2163、2164号），原公告定于2024年8月12日9时00分在重庆市渝北区松石北路106号附11号渝北区劳动人事争议仲裁院派驻龙山仲裁庭开庭审理本案，因仲裁员工作原因，现将开庭时间定为2024年8月1日9时00分，开庭地点不变。无正当理由不到庭的，本委将作缺席审理，并以此做出缺席裁决。

重庆市渝北区劳动人事争议仲裁委员会 2024年6月12日

重庆市渝中区烟草专卖局《行政处理决定书》送达公告

无主：2024年1月31日本局在重庆市渝中区枇杷山后街23号申请快递医涉嫌无烟草专卖品流运证运输烟草专卖品一案，本局依据《烟草专卖程序处罚规定》第十七三条的规定已于2024年1月31日作出将先所登记保存的卷烟白沙（和天下）3条，合计1个品种，共计3条予以没收的决定。因受送达人下落不明，且邮寄无法送达，故我局无法直接送达，邮寄送达上述文书，根据《烟草专卖行政处罚程序规定》第五十五条第（四）项的规定，现将渝中刑处字[2024]第12号行政处理决定书予以公告送达。自本公告发布之日起经过三十日，即视为送达。如不服本处罚处理决定，可以自收到本决定书之日起60日内向重庆市烟草专卖局申请行政复议，也可以在15日内处罚决定所在地人民法院提起行政诉讼。

重庆市渝中区烟草专卖局 2024年6月12日

美堤雅城车位委托管理招商公告

为体现公开、公平、公正的原则，我司位于重庆经开区汇龙路68号（美堤雅城B区）13号楼负一层停车库管理面向社会公开招租。请有意向的营业机构（单位）或自然人于2024年6月15日16:00前，将营业执照（单位），法人身份证明或自然人的身份证明、商务条件意向书等相关资料送达至重庆九龙坡区渝州路63号彩电中心进行报名。

详情咨询：宋老师、曹老师 023-68183137

重庆汇金置业有限公司

重庆市永川区烟草专卖局关于案件调查处理的公告

2024年5月21日，本局在重庆市永川区永南物流园圆通速递分拨中心查获涉案卷烟：中华（硬）4条、云烟（软）珍品12条、云烟紫1条、中华（大中华）细支3条，共计4个品种10条，请物主于本公告发布之日起60日内到永川区烟草专卖局接受调查处理（电话：4980019560），若逾期未来，我局将依据《烟草专卖行政处罚程序规定》第七十三条的规定，对涉案卷烟进行处理。特此公告。

重庆市永川区烟草专卖局 2024年6月12日

2024年职工补充医疗保险服务采购竞争性比选结果公示

采购人：重庆北部公共交通有限公司

项目名称：2024年职工补充医疗保险服务采购

公示期：2024年6月12日至6月14日

采购人联系电话：023-68357813

中标候选第一单位：国宝人寿保险股份有限公司重庆分公司，候选第二单位：平安健康保险股份有限公司重庆分公司。

声 明

遗失永川区刘世容建材经营部水晶城建设银行的网银U盾2枚，声明作废。

遗失永川区刘世容建材经营部公章（编号：5003923006222932）法人印鉴章（法人：刘世容）财务专用章各一枚，声明作废。

因此产生的任何经济纠纷及法律责任与本经营部无关。特此声明！

2024年6月12日

公 告

智信安装集团有限公司，坐州碧桂园（重庆碧桂园旺联实业有限公司）腻子改墙面瓷片工程技术资料专用章和合川碧桂园（重庆市合川区碧桂园嘉城房地产开发有限公司）智慧家项目装修工程项目部资料技术专用章仅限资料技术使用，签订合同、借款无效，且逾期三于2023年1月遗失，现公告遗失作废，同酬不是公司代理人，签订的文件公司不予认可

智信安装集团有限公司