

网传眼球操能治500度近视

专家: 没用 不用再转 近视不可逆转

最近,网络上流传了一套神奇的“视力恢复七日眼球操”,一下子就跻身新浪微博热搜榜,甚至被各种大V疯狂转载。那么,号称可以让500度的近视降低到100度的“眼球操”,真的是近视的福音吗?钱报记者邀请了三位眼科专家,给出了最权威的解答。

眼球操不可能改善近视

先来看看这套“眼球操”,据说由日本眼科医院独创,完成过程也就5、6分钟。

基本动作很简单:用力闭上双眼,维持8秒;用力睁大双眼,维持8秒;脸朝正前方,右手拿着训练棒(小木棍或者一支笔也可以代替),眼睛追随训练棒,由右至左慢慢移动,再做一组由上至下的;将训练棒摆在头部上方,眼睛往上看顶端圆球,维持8秒。

这套“眼球操”,号称针对500度以内的近视,可以将近视降低到100度。有网友调侃:“真的不会变成斗鸡眼吗?”而让人最为关心的是,这真的有效果吗?

“治疗近视哪有这么简单的?要是这么灵光,哪里还有那么多戴眼镜的人呐。”杭州市第一人民医院眼科眼表屈光专业主任医师叶宇峰说。

他先来科普了一下近视的小知识。近视分为真性近视和假性近视。真性近视,简单点说,就是眼球变长。正常的眼球长度是22~23mm,每被拉长1mm,近视程度增加300度。长度可以由专业的仪器测量出来。“眼球的长度弹性可没那么好,伸缩自如是不可能的,想要把变长的眼球缩回来,不是几个动作就能完成的。”

假性近视,则是晶状体在“作祟”,就好比照相机的变焦镜头,近距离用眼时间过长,引起调节紧张或调节痉挛,看远时不能放松调节,视力下降。“一般假性近视是可以治疗的,点些眼药水,让晶体状放松,变凸的晶状体就会恢复到扁平。”

叶宇峰说,所谓的“眼球操”,顶多也就针对假性近视有些作用。“毕竟眼球也不停地活动,看远看近,看左看右,这时睫状肌在不停地接受锻炼,所以晶状体的调节能力也在不断接受着锻炼,让肌肉放松,假性近视自然会好起来。”

所以,在他看来,这套“眼球操”想要治愈近视,是不可能的。

他的说法得到了杭州市中医院眼科主任王青的认可。“可以让500度近视的人去尝试

一下,看看能不能将视力提高。结果肯定是让人失望的。其实吧,这是不可能的。”

王青说,在某种程度上,“眼球操”只是在缓解疲劳。而且,这种缓解疲劳的方式并不适合所有人。“一些患有角膜炎、玻璃体浑浊等有炎症的病人,频繁转动眼球会增加眼部不适感。而且如果只针对缓解眼部疲劳,正确按摩穴位会比转动眼球的方式更加有效。”

近视不可逆转 从小预防更为重要

“目前,还没有任何简单的科学办法能够让近视眼逆转。”浙医二院眼科视光部主任倪海龙说。

倪海龙无奈地表示,因为现在网络中有大量的“偏方”,大众对科学的普及也没有那么大范围,所以在很多问题上,他都很难回答,只是建议大家,千万不要相信网络中以讹传讹的说法。

针对近视眼,还是要依靠医生的专业知识和专业器材。

“近视是从小预防的,这也是老生常谈的一个话题,不要在敏感度强烈的环境下看电脑手机,多到户外看看大自然。鼓励孩子们多去户外走动等等。”他建议。/ 钱江晚报



妇女罪,处五年以下有期徒刑或拘役,但如果是聚众或者在公共场所犯此罪,处五年以上有期徒刑,属于加重情节。非法拘禁罪,处三年以下有期徒刑,有殴打、侮辱情节的要从重处罚。若造成实际伤害后果,如受伤、死亡等,还将提高刑期,也就是三年以上。

7个女孩中6人父母离异

而案件中,7个女孩有6个父母离异,并跟父亲生活。心理咨询师胡新轩认为,在母爱缺失的单亲家庭中,青春期女儿对于父母尤其是母亲的仇恨会越发强烈,转而将情绪转嫁到同龄女性身上,通过一些极端的行为来达到情绪宣泄的目的,这也是这群女孩连续犯案的原因之一。/ 都市快报

浙江温州未成年人霸凌案宣判

7名少女获刑

扇耳光、用水淋、强迫脱衣和下跪…这些残忍的施暴行为出自一群未成年少女之手。近日,浙江温州鹿城法院宣判了一起未成年人霸凌案件,被告人是7名女孩,其中5个是高中生、未成年,另两人作案时刚满18岁。

今年2月18日晚上,19岁的女孩徐某、蹇某,17岁的小琴等6人聚在一起,找到与她们有过节的15岁女孩小婷,强行把小婷带到一个酒店。在房间里,徐某等人轮流对小婷扇耳光、踢肚子,随后又将小婷带到卫生间,用冷水淋湿其身体。

之后,小婷被迫下跪道歉。直到19日上午9点,这群女孩才让小婷离开。经法医鉴定,小婷面部、左肩部及四肢多处皮肤软组织损伤,构成轻微伤。

多人对女孩侮辱施暴 只因“不顺眼”

更让人想不到的是,18日晚上将小婷欺凌并拘禁在宾馆后,徐某还带着4个同伴,又另外约了一个女孩,前往酒吧跳舞。这期间,这6人看到并不认识的17岁女孩小娟也在跳舞,因为觉得不顺眼,就借口把小娟拉到酒吧门口的通道里,轮流扇她耳光、用脚踢,并

强迫小娟脱光上衣跳舞。徐某等人还拍下视频,并上传至微信群里。也就是说,18日晚上到19日上午,短短十几个小时,徐某等7人就有两次欺侮其他未成年人的行为。

为不被欺 曾经受害者也变施暴者

这个欺凌团伙中的成员小琴,也曾遭遇过殴打,为了不再被欺负,小琴选择加入其中,成为施暴者之一。12月13日,温州鹿城区人民法院宣判徐某、蹇某等7名犯罪嫌疑人有罪。

判决结果最重的是6年半,最轻的是9个月,像蹇某这种判得重的,触犯了两个罪名,一个是强制侮辱妇女、一个是非法拘禁。

量刑依据是什么呢?

先看年龄。7人中,2人年满18岁、4人16-18岁、1人不满16岁。在法律上,这几个年龄有着不同的意义。16岁以上的人犯罪负完全刑事责任,14到16岁只有犯8项重罪时才负刑事责任。另外,出于对未成年人的保护,已满14周岁不满18周岁的人犯罪,应当从轻或减轻处罚。

再来看这两项罪名。根据刑法,强制侮辱

河南小伙结婚花近50万

彩礼等于家里20年纯收入

天价彩礼——一个沉重的社会话题,它不是一个新话题,在我市一些地方,沉重的彩礼让许多家庭不堪其重。不少人谈起它都会抱怨,30年来农村彩礼翻了几百倍,给日常生活造成极大负担。那么,30年来农村彩礼怎样变化着?对于如此飞涨的结婚彩礼,大家如何看待?今天,我们就和大家一起来聊聊有关天价彩礼的话题。

娶个儿媳妇备彩礼 省吃俭用二十年

27岁的小阳马上就要结婚了。除了高兴,小阳还有诸多无奈:为了结婚,他家花了近50万元。这对以务农为生的小阳一家来说,这相当于家里20多年的纯收入。

小阳是安阳县北郭乡人,2012年大学毕业,现在在市区一私企上班。1989年出生的他,去年和乡里另外一个村的女孩相恋,女孩比他还大一岁。小阳说,两人感情还不错,说

到了结婚的事情。女方的要求,在小阳看来有些“恐怖”:要在市区买一套房子,另外还要给近10万元的彩礼,还要买一辆10万元以上的车。小阳家人听说后甚至有些着急,觉得这些要求太高了。

小阳说,父母都是农民,家里收入以父亲在外打零工为主,所以会有些生气。以他们家的收入,除去往日开销,每年也就能存三万元不到。而在市区买一套房子,交首付得十几万元,再加上10万元的彩礼,还有一辆车,算算估计近50万元,这是他们家20多年的收入。经过协商,女方将彩礼降到了8万元,但房子、车必须买。于是,小阳家向亲戚朋友又借了些钱,年前买了车和房,算下来总共花了不到30万元。这样,婚礼才定在了明年的正月里。

“父母为了让我娶个媳妇,压力很大,我有时觉得特别亏欠他们。”小阳坦言,“昂贵”

的彩礼让他们压得喘不过气。与小阳同村的小伟,今年22岁,经媒人介绍,今年年初认识了隔壁乡镇的一个女孩,年底谈到结婚事宜,女方的彩礼要到10万元,这和六七年前的一两万元彩礼比起来涨了好几倍。

过去礼金千余元 如今翻了几十倍

如今,一到农村与群众聊起结婚成本、彩礼一事,大多数人都表示无奈,彩礼水涨船高,和原来比翻了许多倍。对于这种现状,除了攒钱、借钱、贷款,没有什么办法。

“我是1987年结的婚。那时候安阳这里对彩礼并没有什么硬性的要求。”在事业单位上班的“60”后王先生回忆,当时家庭条件不太好,他结婚时,父母就给了1000元左右,他也没给媳妇准备戒指,如今翻了几十倍。

/ 河南商报

美暂缓对菲援助项目

杜特尔特:别了 美国

菲律宾总统杜特尔特17日说,他将针对美国暂缓一项对菲援助项目“以牙还牙”,驻菲美军应准备走人。

美国驻菲律宾大使馆15日说,美国政府援助机构“世纪挑战集团”决定明年起暂缓向菲提供一项总额约4.3亿美元的5年期援助,理由是“严重忧虑”杜特尔特的大规模扫毒行动引发的“法治问题”。

这是美方针对杜特尔特政府“人权和法治问题”采取的一项实质性回应措施。

美暂缓对菲援助项目,菲律宾总统以牙还牙称驻菲美军应准备走人。

杜特尔特结束了对新加坡的访问,返回菲律宾后于17日凌晨在老家达沃市举行记者会,对美国暂缓援助作出回应:“以牙还牙。如果你们能这么做,我们也能。有来有往。”

“如果我们是一个非常危险的国家……为什么你们不干脆离开?”他质问道。

“我们不需要你们……再见,美国。你们准备好离开菲律宾,准备好《访问部队协定》被彻底废除,”杜特尔特说。这份1998年签订的协定为美国在菲律宾驻军的法律基础。

杜特尔特表示,当他重新审视两国另一份军事文件《强化防务合作协议》后,将“很快”做出决定。

美国国务院一名发言人表示,美方已经注意到杜特尔特的表态,不过菲方尚未就改变任何双方合作的事项通知美方。

菲律宾外交部长佩费克托·亚赛16日表示:“如果美国这次延迟对菲援助的决定是想让我们屈服,那么我们做不到。”

杜特尔特先前已经表示,“不稀罕”美国的援助。他16日说:“我们不需要(美国的)钱……东南亚的政治形势正在变化。”/ 新华社

英国一监狱 600囚犯大骚乱

12月16日,英国伯明翰一座私营监狱600囚犯发生骚乱。该骚乱蔓延4座监仓,当局派出专业的“旋风队”,警方也派出多达300名防暴警察,经12小时奋战于当天晚上终于控制骚乱。

早上9时左右,维多利亚B级监狱的囚犯开始扰乱骚乱,有囚犯从狱警身上夺走一束锁匙,并将骚乱过程通过现场网络直播。放上社交媒体的照片显示,整个过程有囚犯戴上警察用的防暴头盔,并展示监仓锁匙;还有囚犯直接用警棍破坏监狱设施、威胁监狱工作人员,并且纵火焚烧重要的监狱文件、将电脑丢出窗外。为了制止骚乱,装备着头盔和防暴盾牌的警列队前进,包围整个监狱,百名防暴警察冲进监狱制服了囚犯,整个过程整整花费12个小时。/ 新华社

委内瑞拉总统宣布

100玻利瓦尔纸币 使用到明年1月2日

委内瑞拉总统马杜罗17日发表电视讲话说,原本于15日彻底退出流通的100玻利瓦尔纸币将可继续使用至2017年1月2日。

马杜罗说,作出以上决定是因为原计划15日投入流通的新版纸币因“国际破坏活动”而未按期运抵委内瑞拉。他说,三架满载新币的飞机都被要求推迟或改道飞行,企图阻止新版纸币按时抵达委内瑞拉。

他同时宣布,将继续关闭委内瑞拉与哥伦比亚以及巴西的边境直至2017年1月2日,防止被国际犯罪组织非法走私和囤积的大量100玻利瓦尔纸币回流。目前100玻利瓦尔在黑市上约合2美分。

/ 新华社