

新版眼保健操开展效果评估

网帖“眼保健操无用”引关注;专家称眼保健操不是“治疗操”

新京报讯 (记者温蕾 蒋彦鑫 郭少峰)近日,网友发布的一条眼保健操“无用论”的微博,令诞生49年的眼保健操成为公众关注的焦点。微博称做眼保健操“无法改善视力”,且学生用脏手按摩容易致病。

记者了解到,考虑到“脏手按摩”的问题,2008年新版眼保健操确实取消了“挤按睛明穴”;北京市卫生部门正在评估新版眼保健操的视力

保护效果。

眼保健操无作用? 眼保健操不是“治疗操”

“眼保健操残害中国青少年49年了,按摩毫无作用的穴位,49年来中国青少年近视率升至世界第二,达3.6亿人。”

据最近一次、2010年全国学生体质监测报告调研结果显示,各学段学生视力

不良率居高不下。7—12岁小学生为40.89%,19—22岁大学生达84.72%的视力不良率,各年龄段学生近视的概率都比5年前有所增加。

在北京,视力不良已成为目前青少年主要健康问题。上一学年度,北京高三女生91%为近视眼。

同仁医院副主任医师胡爱莲昨天表示,眼保健操并非“治疗操”,而是保健操,不

能仅靠眼保健操来阻止近视,还需要养成良好的用眼习惯。

她说,眼保健操是源自中医经络原理,即靠按摩眼部周围的穴位缓解视疲劳。记者了解到,北京市卫生局、市疾控中心现已启动对眼保健操的效用评估项目。该项目自去年10月开展,对丰台、海淀两区学生做眼保健操效果评价和相关眼科检查,尚未形成结论。

脏手揉眼易致病? 新版取消“挤按睛明穴”

“做眼保健操无法改善视力,许多学生用脏手按摩导致红眼病、眼部感染等。”

而网帖则称,眼保健操不仅无益,而且“有害”。其中提出,由于眼保健操是在学生群体中推行,难免学生没有清洁双手便按摩眼部,导致眼病。

据了解,2008年,北京教

育委员会、北京市卫生局对老版眼保健操修订,推出《2008年新版眼保健操》。新版眼保健操即是出于卫生方面的考虑,将很多国人自小做过的两节操“挤按睛明穴”和“干洗脸”取消。

新版眼保健操参与者北京同仁医院中医眼科主任邱礼新曾解释,“挤按睛明穴”手部离眼球太近,易使眼球感染,而“干洗脸”也可能因手不卫生而让细菌进入眼睛和嘴部。

西城试点胡同停车“实名制”

推停车、绿化、保洁、治安“四位一体”胡同精细化管理服务模式

北京行动

建设中国特色世界城市

(今后5年)提高城市精细化管理水平。切实加强规划工作,发挥规划的龙头作用,优化城市功能布局。加快轨道交通建设,实现区区间、全覆盖,大力改善市民出行条件,进一步提高公交出行比例,加强道路微循环系统和停车设施的建设管理,缓解城市交通拥堵。

——摘自北京第十一次党代会报告



昨日,西四北六条胡同,垃圾车到居民家门口收取生活垃圾。

新京报记者 薛珺 摄

停车 自制停车证免费发居民

西四地区连接新街口与西单商业带,许多店铺的车辆都停放在狭窄的胡同内,给居民的出行带来很多不便。

西城区选择西四北六条、七条试点,实行居民停车自治,组建车辆自管会,在对胡同内车辆进行摸底,了解车辆停放时间段后,试

行“一车一名一牌制”,由社区自制胡同停车证免费发放给居民,街道还专门聘用了8名秩序维护员巡查停车情况。交通部门在西四北六条、七条胡同的南侧共划设停车区域82处,目前基本满足了胡同内错时有序地停车需求。

绿化 发动居民种植认养绿植

在西四北六条的胡同里,随处可见吊兰、月季、紫薇等盆栽,栅栏上都标着花的品种及认养人的名字。

今年,西四北六条、七条除了对胡同和部分居民院内进行垂直绿化和景观

绿化,还向社区居民免费发放绿植和种子,发动居民认养,向居民传授种植养护方法。目前,西四北六条已形成景观98处、北七条形成景观80处。同时发动了43户居民对绿植进行认养,负责日常浇水及简单维护。

保洁 每15分钟巡回一圈

在西四北六条、七条,胡同地面干净却看不到一个垃圾桶。今年,两条胡同的25组垃圾桶都被撤掉,腾出的空间用于胡同一侧停车或增加绿化空间。

街道保洁员每天早上6点对胡同进行快速清

扫,并由电动保洁车对胡同进行每15分钟一圈的巡回保洁,确保胡同地面没有散落的滞留物。

为使胡同内不出现居民生活垃圾,每户居民都有保洁员的电话,一个电话保洁员就开着电瓶收运车来回收生活垃圾。

治安 将建全覆盖监控系统

为确保胡同治安,社区建立了一个由80名楼门院长及社区积极分子组成的社区安全稳定信息员队伍。此外,还组建了社会治安巡防志愿者队伍,120名志愿者将参加社区

治安巡防任务。

今后,新街口街道还计划在西四北胡同内建立区域全覆盖的视频监视系统,提高社会治安的快速反应能力和工作效率。

杨梅竹斜街 年内恢复历史风貌

保护修缮方案已通过专家论证,将打造成特色京味文化展示体验区

新京报讯 (记者汤旻)西城区昨日消息,作为实现大栅栏及东琉璃厂贯通的重要区域,杨梅竹斜街风貌保护修缮方案已通过市规划委组织的专家论证会,并开始实施。年内,这条600岁老街将逐步恢复其历史风貌,打造成为一个特色京味文化展示体验区。

复原书局林立风貌

大栅栏琉璃厂建设指挥部相关负责人介绍,这条巷子曾云集了当时北京如雷贯耳的世界书局、广益书局、环球书局等7家书局。这些书局旧址都将逐步完成修缮,老街也将重现书局林立的特有风貌。

除了书局,像名噪京都的“八大楼”之一的泰丰楼、堪称清末民初北京四大商场之首的青云阁等十余处古建,也将进行原汁原味的保护修缮。

名人故居和会馆将修缮

沈从文年轻时曾住在杨梅竹斜街61号——湖南西西会馆;还有湖笔大师戴月轩的故居、武生泰斗杨小楼故居、一代名伶新风霞故居等都在这条街内。在此次修缮中,许多名人旧居都将得到重生。

西西会馆属重要历史遗存建筑,将作为本次修缮的重点。施工方负责人说,在遵循原汁原味保护态度的基础上,将注重挖掘其丰富的文化底蕴及历史故事,探索一种与现有居民生活并存的保护修缮模式。