

九旬醫擦亮「心靈之窗」

在眼內異物定位和摘除方面卓有成就

「願做春蠶，吐絲不盡，至死方休；甘當蠟燭，奉獻光明，耗盡自身。」是內地眼科泰斗張效房教授的座右銘，今年已95歲高齡的他，始終堅守在眼科醫療事業最前沿，坐診、查房、教學、做研究、辦刊物，70年如一日，用實際行動踐行着這兩句話。另外，他在眼內異物定位和摘除方面的發明，為無數眼疾患者解除痛苦。

■香港文匯報記者 高攀，實習記者 任晶、沈凱利 鄭州報道

「我是這樣想的，能工作一天是一天。我沒有什麼嗜好，不工作就沒有意思，我也願意去工作，包括看病人、改論文、編雜誌，我只是想多做一點。我父親是醫生，我從小是在醫院裡長大的，看到病人看病時很痛苦，通過治療就沒有了痛苦，感覺很奇怪，就決定要學醫。」張效房說。

一位來自河南商丘高二的學生，因為眼睛高度近視由家長帶來找張教授就診。張教授檢查後，對家長和學生說，「孩子一隻眼睛已經出現弱視，還需進一步觀察，等下我開眼藥水給孩子用，但要一周不見光，多休息，不能看電視和書。」聽到家長說孩子馬上要上補習課，張教授說，「孩子眼睛比學習更重要，要相信醫生。」

曾一天做七八台手術

一個上午，10個眼病患者。張教授認真地詢問病情，然後通過儀器檢查，或需開什麼藥，或做驗光，這位95歲的老人就在眼科樓層裡領着病人來來回回跑了五六次。中午一點二十分，張教授才送走最後一位病人，老人一上午沒有休息一分鐘，也沒有喝過一口水。

從醫70年，張效房除了外出作學術報告、潛心研究之外就是堅持在門診的崗位，以每天接診1例病人來算，張教授看過的病人高達2萬多例。此外，醫院的人說張教授年輕時曾一天做過七八台眼內異物摘除手術，

為8,000餘名眼內異物患者做過手術。

辦學術雜誌授課兩不誤

1979年，張教授和同事一起創辦了《眼外傷職業眼病雜誌》，且一直擔任編輯，每天下午晚上在家裡改文章，平均每天工作十幾小時。2010年，該雜誌被吸收到中華醫學會系列，更名為《中華眼外傷職業眼病雜誌》，是除《中華眼科雜誌》外，內地最早出版的眼科原創性雜誌，至今已出版37年。

此外，張效房還舉辦了20餘次全國類的眼科學習班，創建了河南眼外傷研究所和河南省眼科醫院等兩個省級科研和醫療機構，扶持了7個省級和市級眼科醫院、10個眼科中心和2個研究所。培養眼外傷專業研究生66人，指導博士後4人，很多學生都成為國內知名眼科專家。



張效房

小資料
河南鄭州大學教授，鄭州大學第一附屬醫院主任醫師，曾任中華醫學會眼科科學會委員和常委、眼科科學會眼外傷職業眼病學組組長及名譽組長、中華醫學會河南分會常務理事及名譽副會長、河南省分會眼科科學會主任委員及名譽主任委員、世界眼科基金會中國分會會長、《J·Ocular Trauma》(美國)雜誌編委等。1955年以來，在眼內異物定位和摘出方面有38項發明和改進，被認為是中國對國際眼科科學事業的兩大貢獻之一。



烽火硝煙中完成學業



■1990年，張效房(左)赴美做學術交流，獲時任阿肯色州州長克林頓接見。本報河南傳真



■2005年，張效房(中)獲中美眼科科學會授予「金蘋果獎」。本報河南傳真

張效房，1920年出生於河南開封，雖生逢亂世，但對知識的渴望並沒有因戰爭的爆發而終止。1938年9月，因戰事緊張，日軍逼近，開封高中遷往河南南陽鎮平，張效房就在鎮平參加了全國統一招生考試，並報考了當時也遷至鎮平的河南大學醫學院，還沒放榜，日軍再次逼近，河南大學校本部遷往洛陽嵩縣。張效房就和同學搭貨車、騎毛驢、過河、爬山，背着行李走了將近一周的時間才趕到嵩縣參加考試。最後，19歲的張效房以全國統一招生考試第一名、本校單獨招生第二名的成績被河南大學醫學院錄取。

1939年10月，張效房正式考入河南大學醫學院。然而當時大半個中國都淹沒在戰火硝煙之中，張效房所在的河南大學也身處戰爭最前沿。

雖然是在戰爭時期求學，基於河南大學集聚了當時國內一流的教授，全校師生筆耕不輟、弦歌不斷，教學水平位於前列，張效房於1945年7月順利大學畢業。

斥資百萬 設學術基金

1998年，張效房教授因為眼內異物方面取得的突出成就，被河南省評選為十大科技功臣，省政府為他頒發了獎勵證書和5萬元(人民幣，下同)獎金。回到家的張效房又拿出自己5萬元的積蓄，共計10萬元啟動「張效房醫學學術基金」；2008年又捐出自己省吃儉用和與美國公司合作生產人工晶狀體後退出的「股金」100萬元給基金會。

「張效房醫學學術基金」主要資助範圍，一是到國外留學、學習，一個是進行眼科醫學學術研究。張效房教授並提出「我的家屬和親戚不享有優先權。」



■張效房獨創的一套完整的眼內異物定位摘除法，是中國對世界眼科科學的兩大貢獻之一。圖為張效房教授為病人檢查。本報河南傳真

東北長壽鄉 風光旖旎空氣佳

長白山人瑞 各有長壽秘訣

經過苛刻的篩選，吉林長白山深山密林中的臨江市成為東北地區唯一的長壽之鄉。記者近日輾轉於叢山密林之間，探尋這裡期頤人瑞的長壽秘訣。

■香港文匯報記者 廖一、張艷利 吉林報道

臨江市位於環長白山、沿鴨綠江旅遊核心地帶，旅遊景點星羅密佈，自然風光旖旎，是名副其實的「宜居城市、幸福小城」。這裡曾入選「中國深呼吸小城100佳」，還被評為「中國最美縣城」。全市總人口16.6萬人，現有60歲以上老年人口2.9萬人，佔總人口17%，平均預期壽命較內地總體水平高3歲。80歲以上的老人近3,000人，百歲老人數佔全市總人口10萬分之8以上，各種指標超過國際長壽之鄉標準。

在臨江的大山深處，有一個叫花山鎮的地方，這裡森林覆蓋率達到87%，自然生態系統完整，1997年被命名為國家級森林公園；每年都會吸引大量旅遊者和攝影愛好者，可謂「此景只應天上有，人間能有幾回得」。這裡是長春電影製片廠影視外景拍攝基地，也是1959年由周恩來總理親

自安排編劇，在第二屆亞洲電影節和亞非國際電影藝術節中獲獎影片《五朵金花》的外景拍攝地；此外，還有家喻戶曉的《林海雪原》、《陳雲在臨江》、《特快列車》、《又是一年山林綠》等數十部著名影視劇作，都是在花山國家森林公園內取景拍攝。

96歲劉善珍善助助人

花山鎮裡的花山村是一個如詩如畫的小村子，空氣質量優異，負氧離子超過規定標準兩倍，長壽的人也多。96歲的劉善珍老奶奶是一位健談而開朗的老人，2012年被評為吉林省「健康老年人」。記者到訪劉善珍奶奶家，錯落有致的農家小院內種着各種新鮮蔬菜，老人正坐在屋中看電視。拉起家常才知道，老人還是一位離休的老幹部，

她參加革命是在1946年，也是從驅逐日寇開始。老人說，那時候日本已經戰敗投降了，但佔據臨江的日本鬼子，竟然在他們的據點外加了一層鐵絲網，日兵挺着刺刀站在鐵絲網裡面，他們在臨江做盡壞事。老人回憶，當年村子裡的婦女都不敢出門，若被抓了，日兵竟然用活人餵狼狗，所以村民早就恨透了日兵。村民雖然沒有槍，但他們拿起了農具作武器抵抗日兵，先到鎮館示威，後到據點外面圍攻，終於把日本兵趕出臨江，劉善珍由此參加了革命。從那時起，一直到79歲，劉善珍都在村裡做婦聯工作。她善良、熱情、寬厚，幫助有需要的人。國外有資料顯示，長壽的原因中有50%是善良，在她的身上得到了部分印證。

談及長生秘訣，劉善珍開心地說，首先要保持心情愉快，不爭不搶，從不計較，飲食上確保一日三

餐，每餐都不吃多。另外要有一定的活動量，劉善珍每天組織村民跳秧歌舞，只是今年初腿部不適，才停止過量活動。

102歲毛永泉與世無爭

另一位住在距離花山村不遠的臨江市區內的老人毛永泉，今年已有102歲高壽。老人精神矍鑠，耳聰目明，思維敏捷，對記者提出的問題也對答如流。老人是臨江市造紙廠退休工人，育有4男4女，毛永泉現在同後續老伴生活。

老人的大兒子毛玉平說，父親脾氣很好，家裡無論有什麼事情都不生氣，總是開開心心的，什麼事都不爭，遇事想辦法，不發愁。吃飯非常有規律，不喜歡去飯店吃飯，只吃家常便飯，起居很有規律。

毛玉平回憶，當年爸爸因為沒讀過書也不識字，只能去工廠做工人出苦力，十多歲參加工作，未結婚時曾去朝鮮幹過兩年活。30歲才認識老伴，老伴當年只有17歲，怕老伴不同意，他在媒人的建議下少說了10歲，才促成了美好姻緣。話未說完，老人就不好意思的笑一笑，返老還童，大家也被老人逗得哈哈大笑。

99歲任慶成練好太極

第三位是臨江市長壽名人任慶成，於2013年被評為內地「健康老年人」，雖然已99歲，但卻思維敏捷，行動自如。問及如何養生之時，任慶成強調，臨江的山好、水好、人更好！他說，長壽要有好的心態，人活着要開心，凡事忍為高，不管對誰以和為貴，不忘恩。保健方面，任慶成每天早晚對身體重要穴位按摩一次，每天還堅持練習習太極拳，說罷，老人隨即為大家表演了幾招太極拳，博得到訪者一致喝采。



■鴨綠江風光。本報吉林傳真