

视力模糊 眼底出血 眼睛疲劳

警惕“心灵窗户”染恶疾

本报泰安6月2日讯(记者 胡修文)

2日,本报第103期“空中诊室”开诊,泰山医学院附属医院眼科专家胡磊接听读者电话,解答弱视、斜视、近视等青少年常见眼病和中老年人因年龄和疾病诱发的眼科疾病的预防和治疗问题。

“眼睛是心灵的窗户,眼科疾病如果不及时发现和介入治疗会对患者的生活质量产生消极影响。”27日,泰山医学院附属医院眼科中心主任医师胡磊告诉记者。

胡磊介绍,随着人们生活节奏的加

快,工作和学习压力的增大,人们用眼的时间和强度也在悄悄增加,甚至一些中小学生接触书本和电脑的时间增强,眼科学病的发病率已不容忽视。据胡磊介绍,青少年的眼科疾病多为斜视、弱视和近视几个方面。除了先天性遗传因素引起之外,后天因为环境因素染上这些疾病的情况也很多见。一些青少年不良的坐姿、生活和学习习惯引起的眼科疾病如果得不到及时诊治则对视力的影响非常大。

“另外,中老年也是眼疾多发人群。

老龄化的到来,使得由年龄因素引起的眼科疾病患者越来越多,此外,一些全身性疾病也是诱发眼疾的重要因素。”胡磊说,尤其是糖尿病和高血压患者,往往伴有眼底出血和糖网症。据胡磊介绍,不论是学龄前儿童、青少年还是中老年人,早发现、早介入治疗有利于收到良好的效果。

“空中诊室”栏目为读者和专家提供了一个交流的平台,使患者足不出户即可咨询医疗问题,获得健康知识。本栏目健康热线每周四9:30-11:00开通,旨在传播健康知识,提高公众认知,力争做百



主办:齐鲁晚报 热线:6982100

姓身边的健康专家,栏目力求高端与权威,与泰山医学院附属医院合作,围绕群众关心的常见病的预防与诊治、突发公共卫生事件的解读与应对等热点话题,组织医疗专家定期免费进行电话义诊,所有专家都具有副主任医师以上职称。



胡磊,泰山医学院附属医院眼科、眼科学教研室主任,主任医师,教授,医学硕士,硕士研究生导师。胡磊1988年7月毕业于泰山医学院医疗系,一直从事眼科临床工作。1994年9月至1997年7月就读于上海复旦大学医学院,获眼科临床研究生学历,医学硕士学位。临床经验丰富、全面,业务专长为眼视光和小儿斜视、弱视的手术矫治。对于眼视光学有较深的造诣,开设了泰安市首家近视眼屈光门诊,开展RGP的验配矫治许多屈光不正和高度散光以及圆锥角膜病人,收到良好效果,针对青少年近视眼开展角膜塑性技术防止其近视的发展。擅长眼科显微手术操作,主持泰安市及泰山医学院院级科研课题两项,发表SCI文章以及国家和省级核心期刊论文十万余篇,出版专著3部。先后荣获“泰山医学院优秀共产党员”、“优秀教研室主任二等奖”及医院巾帼文明岗位明星等荣誉称号,2009年被授予“新疆建设兵团援疆先进个人”荣誉称号,2010年获评“第二届感动山东十佳健康卫士”。

●
坐诊
专家

青少年、中老年是眼疾多发人群

有针对性的防治眼科疾病

本报记者 胡修文

做客专家胡磊

斜视、弱视、近视困扰青少年

“儿童眼科疾病最常见的是由先天发育和遗传引起的先天性的疾病。”2日,泰山医学院附属医院眼科中心主任医师胡磊说。胡磊介绍,虽然提倡优生优育之后这类患眼疾的儿童数量下降了不少,但由于保健水平不一,先天发育和遗传因素造成的儿童眼疾仍是多发病。目前,先天和遗传造成眼疾还没有彻底的根治手段,但是,早发现、早治疗,针对这些疾病利用药物和手术的方法来解决眼疾对改善患儿病情有积极作用。

胡磊介绍,儿童眼睛发育的

黄金时间是三岁左右,从出生到五六岁是儿童眼睛的发育期。所以,家长平时一定要注意观察孩子看东西时的一些特殊表现。如果发现孩子看东西时和别的孩子相比有异常,比如斜视、歪头、近距离看东西等现象时,就要注意了。”胡磊说。一旦出现这些情况,家长最好带孩子到正规医院进行视力检查。有小孩的家长最好配备一份儿童视力检查表,要注意对孩子的视力进行经常性的检查。“曾经遇到过不少患者,五六岁的孩子在学校体检时发现两只眼睛的视力差别很

大,而家长却没发现。”胡磊说,患儿两只眼睛的视力不一样时,看东西的时候往往由视力较好的一只眼睛承担,而视力不正常的眼睛问题则不能及时表现出来。所以,家长检查孩子视力的时候要分别捂住单个检查。若是在学龄前到医院进行系统治疗,虽然需要比较长的时间和精力,但能取得非常好的治疗效果,而如果不积极治疗将会严重影响孩子的视力。

据胡磊介绍,近视是困扰青少年最突出的眼科疾病。“中学生的近视率大约是30%,高中到

大学的近视率则高达70%多。”胡磊说,世界范围内对近视眼的成因都没有特别明确的研究结果。但是,今年来的临床经验验证,近视眼经过系统专业的治疗完全能够取得非常好的效果。“学龄前儿童发生近视的原因多为遗传引起的。”胡磊说,遗传性近视往往有家族病史,并且多表现为高度的近视,后天形成的近视占主流,原因多为用眼过度、高蛋白、高糖饮食等。青少年学习时间长,用电脑增多挤压了户外运动的时间都是导致近视的原因。

■科室简介

泰医附院眼科

泰山医学院附属医院眼科是一所集医疗、教学、科研为一体的现代化眼疾诊疗专业科室,拥有雄厚的技术力量和先进的医疗设备。现有主任医师、教授2人,副主任医师、副教授2人,主治医师4人,住院医师2人,其中硕士学位6人。下设4个专业组和一个专病门诊:准分子激光近视眼治疗专业组、白内障治疗专业组、眼底病治疗专业组和斜、弱视及美容矫正专业组以及近视眼屈光专病门诊。目前与北京最具实力、特色突出的多家大型医院的专家全方位合作,以高质量的医疗服务赢得广大眼疾患者的赞誉。

近年来,眼科引进了具有国际先进水平的各种诊疗设备,如美国产VITMAN玻璃体切割仪;日本产NIIDEK准分子激光治疗仪、角膜板层刀、角膜测厚仪、非接触式眼压计、电脑验光仪、角膜曲率计、眼压A/B超以及白内障超声乳化仪等,总价值千万元。广泛开展了白内障超声乳化+人工晶体植入术、复杂的玻璃体切割+视网膜脱离复位术、准分子激光治疗近视、散光、整形美容、复杂眼外伤手术、仿真活动性羟基磷灰石义眼座植入术、复杂垂直肌及“A”、“V”型斜视矫正和动眼神经麻痹和眼外伤后复视矫正等手术,RGP屈光矫正、疑难眼底病的诊治等并取得快速发展。

眼科拥有一支奋发向上、团结协作、业务精湛、有责任心和使命感的高素质专业技术人员,始终恪守“质量第一,病人至上”的服务宗旨,努力做到“服务好、质量好、医德好”,为患者提供全程优质、放心满意的医疗服务,受到群众的广泛赞誉。

年龄和疾病致中老年眼疾多发

“有高血压和糖尿病的中老年人发生眼疾的概率很高,这类人群应该经常检查视力。”胡磊说,中老年人的眼科疾病往往与年龄和全身疾病有关系。临床常见的多为高血压、糖尿病等并发症的白内障、眼底视网膜病变和高血压引起的眼底出血等症。这些症状一旦出现就会非常严重。如果不能及时发现并及时介入治疗的话甚至能出现双目失明的严重后果。

“对糖尿病患者来说,五年是一

个周期。”胡磊介绍,患有糖尿病5年以上的病人一定要到医院检查视力。临床经验表明,患病5年以上的糖尿病患者有一半以上的人都会发展眼睛病变。“早先的介入治疗虽然也很难恢复得病前的视力水平,但至少能对保持现有的视力不进一步恶化有积极意义。”胡磊说,糖尿病患者应该树立正确的认识,不能怀着侥幸心理,千万不能等到糖尿病视网膜病变脱离,一旦发生到这个阶段时,浪费金钱不说,治疗效

果也不可能很明显。胡磊提醒患者,早期到正规医院进行系统专业的治疗非常有必要,最好不要延误病情。

胡磊介绍,经过医学界近几十年来的努力研究,已经有办法使大部分早期糖尿病性视网膜病变患者避免失明。在单纯型阶段,及时予以眼底激光光凝治疗,这可以大大减少视力的丧失;而对于增生型的反复玻璃体出血或早期牵引起视网膜脱离,可采取玻璃体切除手术结合眼内激光光凝,争取恢复一点视力。因此,已患有糖尿病性视网膜病变者,无论病变程度如何,都应将控制好血糖放在首位。如果血糖很高,糖尿病继续恶化,则前述对糖尿病性视网膜病变的治疗都将无济于事。专家建议,凡是糖尿病患者,都应去正规医院作详细的眼部检查,包括扩大瞳孔检查眼底。如果眼底没有病变,则应每年复查一次。如果已有视网膜病变发生,则应按照医嘱作必要的眼部其他检查和治疗,包括眼底激光治疗。

小贴士:生活细节预防近视

1、近距离用眼的时间不宜过长,每5-60分钟要休息10-15分钟。休息时应隔窗远眺或进行户外活动,使眼睛调节肌得以充分放松。

2、近距离用眼时的光线要适中。在夜晚或光线暗的环境下,照明最好采用40~

60W的白炽灯,放在书桌的左上角。

3、近距离的用眼姿势要正确。近距离用眼时,桌椅高低比例要合适,书本放在距眼30cm的地方。改掉坐车阅读、躺在床上阅读或伏案歪头阅读等不良的用眼习

惯。

4、积极参加体育锻炼,增强体质。机体素质的好坏与青少年近视眼的发生也有密切关联。比如说,营养不良,患急慢性传染病,体质虚弱,偏食或贪吃甜食的孩子常有近视眼。

专家门诊时间

胡磊:星期一、三
袁久民:星期四、六
刘广玲:星期二、五
联系电话:0538-6236317(病房)
6236712(门诊)