

眼睛突然不花了,可能是白内障“障眼法”

医生:白内障若不及时治疗,可致青光眼等眼病发生

张如意 通讯员 汪心海 王鹏策 济南报道

白内障不是老人专属 糖尿病、近视人群需格外注意

人的眼睛就像一个照相机,瞳孔相当于照相机的光栅,角膜和晶状体相当于相机的镜头,眼底视网膜就像是相机的底片。但是随着年龄的增长,眼睛老化了,晶状体代谢发生变化就会变混浊,也就发生了白内障。

山东第一医科大学附属眼科医院(山东省眼科医院)党总支书记、副院长王婷介绍,当晶状体是透明的时候,看到的景象就是清晰的,而晶状体发生了混浊后,相当于眼前盖了一层塑料薄膜,看到的物体就不清楚了,这就是白内障。

除了先天的白内障,根据统计,60岁以上人群白内障发病率为60%-70%,而90岁以上人群白内障发病率高达90%。

“视力下降是白内障最主要的一个症状。”王婷表示,白内障是渐进性无痛性的,同时伴有对比敏感度的下降。一部分患者还可能出现屈光状态的改变,比如一些花眼的人,最近视力突然变好了,眼睛不花了,穿针引线都不用戴老花镜了;还有些人看东西颜色发生了变化;另外,还有些患者会出现畏光、眩光、看东西重影等,这些都提示可能患上了白内障。

王婷表示,并不是只有老人才会得白内障。血糖高是促进白内障发展的一个重要因素,糖尿病患者要注意控制血糖在合理范围,不稳定的血糖会加剧白内障的发生发展;长期口服某些药物的人群,比如糖皮质激素类的药物等,也会加剧白内障的发展速度;还有就是高度近视的人群,这部分人发生白内障的年龄相对偏早,而且核性白内障偏多。据统计,并发性白内障中,高度近视约占10%。

“无刀手术”更精准 术后视觉质量更好

那么,一旦患上白内障该如何治疗呢?市面上声称可以治疗白内障的眼药水真的管用吗?

“目前眼科领域的共识是白内障只有手术治疗这一个办法可以治愈。”王婷表示,无论哪种类型的眼药水,都不能逆转当前已经形成的白内障。

在门诊上,不少患者由于惧怕手术,硬把病情拖得非常严重。王婷表示,白内障手术是非常成熟和安全的手术。现在都是采用微创

白内障是全球第一位致盲眼病,几乎所有的人都会得,严重时可以致盲。根据统计,60岁以上人群白内障发病率为60%-70%,而90岁以上人群白内障发病率高达90%。那么,白内障是如何发生的,一旦患病该如何治疗呢?记者为此进行采访。



王婷正在为患者进行眼部检查。

手术治疗,也就是白内障超声乳化摘除联合人工晶体植入,手术切口仅有2-3毫米。

首先,医生会在角膜边缘做两个小切口,器械从小切口伸进眼内,把透明的囊膜撕开一个口子,通过超声乳化的方法把混浊的晶状体吸走,然后在囊膜中打入保护的黏弹剂,放入一个折叠的人工晶体,最后再将黏弹剂吸走,手术就结束了。

值得一提的是,飞秒激光辅助下的白内障超声乳化手术是目前世界上最先进的白内障手术方式,利用具有更强的靶向聚焦定位能力的飞秒激光(1千万亿分之1秒)做白内障手术的角膜切口、撕囊,并用飞秒激光将晶状体核劈开,这种创新的手术方式使得白内障手术更加精准、安全,术后早期视力恢复得更快一些。王婷表示,因为白内障手术中医生撕囊只能实现以瞳孔为中心,而飞秒激光,手术中实现眼前段实时光学相干断层扫描,能够做到以晶状体囊带为中心撕囊,保证了植入人工晶体的居中性,这对视觉质量尤为重要。

所有患者都可以做飞秒激光辅助下的白内障手术吗?医生表示,此类患者的选取,以传统白内障摘除手术患者入选标准为主,患者能主动配合手术,角膜透明,睑裂大小正常,眼部无影响飞秒激光正常操作的患者均可以选择。据了解,山东省眼科医院目前已为4岁先天性白内障的小朋友成功完成手术,80岁及以上的老人也有丰富的手术经验。

矫正视力在0.5以下 即可进行白内障手术

经常听人说到,“白内障到了成熟期才能做手术,早期不需要干预。”事实果真如此吗?白内障发展到哪个阶段做手术效果最好呢?

王婷介绍,在上个世纪,眼科技术还没有很好发展,当时的白内障以复明手术为主,患者大多等到白内障比较严重了才做手术。随着现代眼科诊疗技术的提高,已经进入了屈光性白内障阶段,也就是微创手术治疗,不建议白内障再等到成熟期才做手术,因为成熟期白内障手术风险和手术难度都加倍提高。

另外,白内障若不及时治疗,可能会导致青光眼、葡萄膜炎等并发症,往往病情严重,手术过程复杂,从而导致不可逆性的视力损伤。一般认为,矫正视力在0.5以下,晶状体混浊,影响了生活质量,就可以进行白内障手术治疗。

但视力不是绝对的,有些患者白内障已经比较明显了,但矫正视力还在0.5以上,不过已经影响了患者的视觉质量,也是可以进行手术的。另外,还有一些前房比较浅,伴有中高度远视、有发生青光眼危险的患者,为了预防青光眼急性发作,也可以早期行白内障手术。由于每位患者的情况都不同,还是建议到专业的眼科医院就诊,医生会根据病情给出适合的治疗方案。

8月7日迎来立秋节气,此后昼夜温差逐渐增大,气候趋于干燥。中医专家提示,这一时期容易发生感冒等疾病,养生防病要注意劳逸结合、适当调补。

首都医科大学附属北京中医药大学附属医院骨伤科副主任医师郑皓云说,立秋时节,人若未能及时适应天气变化,容易感受风寒之邪,导致感冒、咳嗽等;同时,随着降雨量逐渐减少,燥邪容易伤肺,进而导致干咳、少痰、咽干等症状。

人们从饮食、起居、情志、运动等方面,应当如何调养?

立秋时节,随着白天渐短、黑夜渐长,人体的阳气也开始逐渐收敛。郑皓云提示,此时应保持充足的睡眠,使阳气不外泄、不耗散,而藏于体内。

“饮食应以滋阴润肺、生津止渴者为主。”郑皓云说,此时可多吃山楂、石榴、西红柿等酸味果蔬以收敛肺气;多吃银耳、百合、蜂蜜等润燥食物,有助于缓解秋燥带来的不适;避免过食辛辣、油腻之品,以免助热生燥,损伤脾胃。

秋冬养阴,立秋时节是否可以开始“贴秋膘”?专家介绍,人体经过夏天的消耗,需要补充能量和营养,为秋冬季节做好准备,因而可适当进补,但需根据个人体质和气候特点选择合适的方式。进补原则是:调理脾胃、润肺补肺、增酸收敛、适量吃肉、补充水分、合理安排饮食时间。需要注意的是,无节制进食肥甘厚味,“贴秋膘”过头,还可能增加消化系统负担。

“立秋后人们容易产生悲秋情绪,中医认为,悲忧伤感会损伤肺气,肺不固表则易感风邪。”郑皓云说,人们可通过练习静坐、听音乐等方式来保持神志安宁、心情舒畅的状态,同时,运动应以轻松平缓为主,可选择太极拳、散步等项目,老年人、儿童和体质虚弱者更应注意运动的适度性。

据新华社

壹问医答

直面“胰腺”:小心无声杀手

——慢性胰腺炎的防与治

刘通 通讯员 谢静 济南报道

胰腺是一个存在感很低的器官,“隐居”在腹腔深处,是人体仅次于肝脏的消化器官。尽管胰腺大部分时间过着“隐居”生活,默默无闻,可一旦生病,便会造成诸多严重的危害。近日,山东大学齐鲁医院消化内科副主任、齐鲁医院德州医院副院长任洪波做客“壹问医答”直播间,就“慢性胰腺炎的防与治”展开了科普讲座,帮助大家了解胰腺与慢性胰腺炎的防治有进一步的了解。

胰腺的生理作用与病理变化可以说与身体健康密切相关。任洪波介绍,常见的胰腺疾病主要包括胰腺炎、胰腺癌、胰腺神经内分泌肿瘤等。胰腺炎分为急性胰腺炎和慢性胰腺炎,自身免疫性胰腺炎等,胰腺实性占位病变(胰腺癌、胰腺神经内分泌肿瘤等)、胰腺囊性占位病变、胰腺先天发育异常疾病及胰腺外伤性疾病等。

尤其值得注意的是,慢性胰腺炎的发病率近年来逐年升高,亚洲人群患病率52例/10万人,患者中以男性为主,其数量约为女性的2倍。

慢性胰腺炎的患者会出现上腹部的疼痛、消化不良、呕吐等不适,比较严重的也会出现剧烈的腹痛、脂肪泻、糖尿病,甚至胰腺恶性肿瘤等。常见的检查方式有腹部超声、CT、磁共振、经内镜逆行性胆胰管造影、胰腺外分泌功能检测、胰腺内分泌功能检测等。慢性胰腺炎发病和许多因素有关,包括酒精、吸烟、遗传、高钙高脂血症、自身免疫、胰腺外伤以及胰管因素等。“酒精是西方国家最常见的病因,而且慢性胰腺炎的致病风险与饮酒量呈剂量依赖关系。吸烟是普通人群患慢性胰腺炎最重要的危险因素,它会增加慢性胰腺炎患者钙化进展,同时增加相关并发症的风险。”任洪波说,研究表明,酗酒(男性>80g/d,女性>60g/d)的患者来说,慢性胰腺炎

发病风险为18%左右,酗酒同时吸烟的患者发生慢性胰腺炎的累积风险会增加到30%。

谈及慢性胰腺炎对身体的危害,任洪波表示,慢性胰腺炎患者会出现反复发作的上腹部疼痛,生活质量下降,该病还会导致患者胰腺萎缩,胰腺内、外分泌功能减退或者丧失,甚至引发糖尿病、胰腺癌等疾病,危害身体健康。

任洪波建议,慢性胰腺炎患者要营养饮食、少量多餐、戒烟戒酒、低脂低盐饮食,避免刺激性食物,并注意监测血糖变化。除了一般治疗外,慢性胰腺炎的治疗方法还有药物治疗、体外震波碎石术、内镜治疗及外科手术等。慢性胰腺炎合并胰管结石治疗方案需专业医师根据患者的具体临床症状、实验室及影像学检查等综合考量,制定个体化治疗、标准化施治、系统化管理方案。

