

呵护眼睛健康 避免四大误区



□记者 魏应钦

眼睛是心灵的窗户,这个世界绝大多数的美都是靠眼睛传递给我们的。然而随着生活、工作压力的加大和不良生活习惯的养成,再加上外界生活环境的改变,眼睛疾病越来越多,甚至有许多误区让人忽略或者难以区分。6月6日是全国爱眼日,眼科专家提醒,眼健康很脆弱,要想更好地呵护它,要避免四大误区。

误区一:

白内障要“熟”了才能开刀

“不少人认为,白内障手术要等白内障‘熟’了才比较容易进行,因此,不‘熟’不做。”解放军152医院眼科专家齐绍文博士说,在10年前,由于白内障手术还缺乏清晰的手术显微镜,大多数眼科医生还在依赖放大镜做白内障手术。如果白内障不成熟,就无法看清全部混浊的晶体皮质并加以清除,因此当时普遍要求患者在白内障成熟以后再开刀,那是医学落后的表现。随着手术显微镜的普及和高清手术显微镜的推广,特别是白内障超声乳化技术的应用,技术上再也不需要等待白内障成熟了。此外,随着生活水平的提高,老年人对生活质量的要求也越来越高,如果等白内障成熟才做手术,会让老人度过一段漫长的低

视力阶段,不仅会给他们的生活造成诸多不便,也会增加儿女的负担。现在,白内障摘除手术不必等白内障成熟,相反,太过硬、太过老化、太过“熟”的白内障,反而不容易进行手术。白内障是随着身体老化而产生的一种普遍的眼科疾病。所谓白内障,是由眼睛里的透明晶体老化浑浊造成的,并因此影响到视力。视线模糊、近视迅速恶化、视觉暗淡,眼睛对光线非常敏感是其主要症状。患者如果坐视不理的话,病情会慢慢恶化,甚至导致眼球内的晶体肿胀而成为青光眼。

齐绍文还提醒,对白内障已经接近成熟的患者来说,药物治疗没有任何意义。治疗老年性白内障,只要施行白内障摘除合并人工晶体植入手术就能完成,而有些患者害怕手术风险,硬要寻求药物帮助,这也是白内障治疗目前存在的一个很大的误区。

误区二:

把青光眼当作感冒

62岁的市民李女士前段时间右侧头痛不已,她以为患了感冒,就没往心里去。不料,后来头痛得越来越厉害,不得不到内科看急诊。她没告诉医生眼睛痛的情况,而医生一听说是头痛,在检查身体其他部位没发现异常后,便给李女士打了止痛针,让她第二天复查。回家后,李女士的头痛并

没有减轻,反而越来越厉害。第二天又到了医院,经仔细检查,医生发现她眼睛发红,让她到眼科治疗。到眼科一测眼压,被确诊为闭角型青光眼急性发作。经过降眼压、缩瞳等治疗后,李女士头痛消失,右眼视力也恢复了。

“青光眼急性发作时所出现的头痛,容易使人误以为是受凉感冒;所出现的恶心呕吐更容易使人误以为是胃肠型的感冒或胃肠炎,从而忽略了眼部病变的检查,错失青光眼早期确诊、早期治疗的良机。”齐绍文提醒,青光眼发作时的头痛、恶心、呕吐等,是很多疾病都共同存在的常见症状。他建议,年满35岁后,在每年体检时应主动测眼压,以排除有无青光眼存在。

误区三:

夏季手术容易感染

夏天到了,不少打算做眼睛手术的患者担心夏天恢复较慢,而且担心天气太热容易感染。对此,齐绍文说,一般来说,眼睛疾病是越早治疗越好。所以,手术不管是在夏天还是在冬天做,只要符合手术条件,都是可以的。他说,现在的医疗条件和技术水平提高了,不存在夏季手术容易感染的问题。比如白内障手术,从手术原理来看,该手术是没有季节限制的,唯一的注意事项就是术后早期要防止汗水滴入眼内。对于核性混浊的白内障

患者而言,夏季强烈的阳光会使瞳孔变小,视力下降往往更明显,适合手术者应当机立断。

误区四:

近视镜会加重近视,所以能不配尽量不配

市民张女士的儿子今年9岁,前段时间查视力,结果左眼为0.6,右眼为0.8。考虑到孩子还小,她担心一旦戴上眼镜后,近视程度会越来越严重,就一直没配眼镜。对此,齐绍文说,戴上近视镜会产生依赖,所以能不配就不配的认识是错误的。视力不是决定是否配镜的唯一标准,不可随便配镜。但如果孩子的视力确实明显下降了,正确做法应该是,带孩子到眼科医院进行医学验光和其他眼科检查。如果确实是近视了,最好的选择就是配眼镜。他说,担心戴眼镜会使度数越来越深,或一旦戴上眼镜就摘不下来的顾虑是没有根据的。

齐绍文说,眼睛是我们看到丰富多彩世界的“窗户”,它帮我们获得了80%以上的感官信息。眼睛有了不适或疾病,要及时到医院治疗。

上图:5月28日,在解放军152医院眼科诊室里,眼科医疗专家在为位患白内障疾病的老年人进行视力检查。 本报记者 李英平 摄

导读

预防儿童肿瘤
家长须记住
“看、摸、听”三字诀

[03]

“鼠标手”其实是
神经退变
做手指操可预防

[06]

本周股市:
短期调整
不改牛市趋势

[07]