

关注眼健康 谨防眼疾病

□本报记者 娄刚 文/图

6月6日是全国爱眼日，今年爱眼日的主题是“视觉2020，关注普遍的眼健康”。鹰城市民的眼健康现状如何？怎样预防眼病、保护眼睛？在爱眼日到来之前，记者采访了市第一人民医院眼科医院的有关专家。

目前，市第一人民医院眼科医院在日常诊疗中经常面对的主要有糖尿病视网膜病变、青光眼、白内障、儿童近视斜视等眼病，这些疾病既有遗传方面的因素，也和人们不利于眼健康的生活习惯以及对糖尿病、高血压等慢性病导致的眼部病变缺乏认识、管理不善等有关。

糖尿病可引起多种眼部并发症

据市第一人民医院眼科医院医教部主任、副主任医师陈晓凯介绍，糖尿病可引起多种眼部并发症，其中最常见的是视网膜病变，病变可导致患者视力下降甚至失明。糖尿病病程越长，其发病率越高。因此，在综合性医院中，内科会为确诊的糖尿病患者申请眼科会诊，明确其眼底有没有视网膜病变。前段时间，市区一位40多岁的男子到眼科医院就诊，该男子一只眼已经失明，另一只眼也视力模糊。经检查，患者有肾病和糖尿病。医生询问得知，这名男子长期生活无规律，喝酒、熬夜且身体肥胖。

另外，到该院就诊的一位28岁女士双眼底出血，经检查也是糖尿病引起的眼底病变。“有许多患者检查眼病时才发现自己患有糖尿病，可以想象他们对自己的身体健康忽视到了哪种程度。”陈晓凯说。

陈晓凯表示，糖尿病引起的眼部病变分为非增殖期和增殖期。非增殖期一般来说对视力的影响要小一些，治疗效果也会好一些，而到了增殖期之后，患者的视力就下降得比较严重，而且治疗起来往往比较棘手。有的患者甚至视网膜脱落，最终面临玻璃体切割手术。

“患者如果真有糖尿病眼部病变，也不要丧失信心。其实只要早检查、早发现，经过有效治疗，患者的视力长期保持稳定还有很有可能的，我们这里就有很多成功的病例。”陈晓凯说。

警惕青光眼

青光眼是另外一种常见眼病。据该院主任医师樊培松介绍，青光眼是仅次于白内障的全球第二大致盲眼病，但与白内障不同，青光眼因为其影响视神经，一旦发生病变，视力无法恢复，是不可逆性致盲眼病。

青光眼分为原发性、继发性和先天性，原发性、先天性的患者多合并有青光眼家族史；另一类是继发性的，如有眼部炎症、眼部手术史、“三高”等慢性病的眼底出血患者、高度近视者、有眼外伤史者等。

“舞阳县一位18岁的男青年在科室治疗青光眼时，发现自己有家族史，就回去提醒了弟弟。于是，他的弟弟在当地做了检查，果然也发现有青光眼。因此，有青光眼家族史的患者务必定期做眼部检查，查眼底、眼压，早发现早治疗。”樊培松说，典型的青光眼患者常见的症状是眼痛、视物不清，多伴偏头痛、恶心、呕吐等，这些症状常让患者误以为自己得的是头部疾病或胃肠道疾病，因而找错了医生。

还有的慢性病患者不把眼部并发症当回事，汝州一位男子到该院就诊时一只眼患了青光眼，另一只眼正常。樊培松为他的病眼做手术时，提醒他要注意保护另一只眼，但这位男子没有听他的话，结果6年后，另一只正常的眼睛完全失明，现在只能依靠那只做过手术的眼睛生活。

“叶县一位46岁的女性青光眼患者情况就不一样，她虽然是青光眼晚期，但经过及时治疗，加上她平时很注意保护，现在视力很稳定。”樊培松说。

樊培松告诉记者，外伤也是导致青光眼的重要因素，而外伤导致的青光眼有时在多年以后才发病，让人难以提防。“我们医院有一位女患者，70多岁得了青光眼，经过各种检查，排除了其他病因，确认她是在10多岁时从树上摔下来，导致双眼眼角后退，多年后得了青光眼。”他说，球类运动如羽毛球、乒乓球、网球等造成的外伤性青光眼比较常见，请大家从事这些运动时一定要注意保护眼部。如果眼部受伤，最好遵医嘱定期做眼部检查。

对于近视，该院的眼科专家表示，可以明确地说，截至目前，医学上还没有治愈近视的方法，只能通过科学方法矫正。但是，有相当多的家长认为近视是能被治愈的，并没有把孩子的近视当作很严重的问题。在近视“矫正”中使用“康复”“恢复”“降低度数”“治愈”等字眼都是误导。

对青少年来说，预防近视要坚持户外活动，保持正确的用眼姿势，看书、玩手机、看电脑都要保持一定的距离，而且不要长时间盯着屏幕。要坚持做眼保健操，切记关灯之后不要玩手机。

导读

“铁杆烟民” 易得心血管疾病

[B2]

市一院耳鼻喉科： 实施首例 甲状腺切除术

[B3]

为啥有人 喜欢极限运动

[B5]

科学应对崴脚 助您足下生辉

[B7]

鹰城第十三届 相亲大会 将甜蜜启幕

[B8]



健康视界



平顶山金融圈



5月29日，市第一人民医院眼科医院的医生在为患者进行眼部检查