

■甬上健康大讲堂

白内障多见于50岁以上
户外活动要尽量戴墨镜

眼科专家毛春亮解惑白内障

6月6日是第28个全国爱眼日,在眼科疾病中,白内障是比较常见的一种。不光是老人会得,年轻人甚至小朋友也会得。得了白内障怎么办?日常生活中又该如何预防?6月6日下午,宁波博视眼科医院眼科副主任毛春亮做客甬上健康大讲堂,为观众在线科普白内障的相关话题。



毛春亮(左)做客甬上健康大讲堂。

1 接诊过年龄最小的白内障患者仅3岁

直播一开场,毛春亮就为大家解释了什么是白内障:在正常人的眼睛内,位于瞳孔后方有一个透明的、富有弹性的凸透镜样组织,直径约1厘米,这就是晶状体,它好比照相机的镜头。好比相机镜头里的镜片会被磨花一样,晶状体组织结构也会因为种种原因而无法正常运转,导致晶状体由透明变成不透明,阻碍光线进入眼内,从而形成白内障,造成视力下降、视物模糊、眼前黑影、眩光等眼部症状,给工

作、生活和学习带来极大的不便。

“白内障多见于50岁以上,且随着年龄增长而发病率提高。有统计表明,60岁人群的白内障患病率为30%;到了70岁,就增加至50%。目前,白内障是我国老年人首位致盲性眼病。”毛春亮列了一组数据。

但是,这并不意味着只有老年人才会得白内障。毛春亮强调,白内障根据病因分类,最常见的是老年性白内障,还包括先天

性、外伤性等。

先天性白内障是严重影响婴幼儿视力发育的常见眼病,是指出生前后即存在,或出生后才逐渐形成的先天遗传或发育障碍的白内障。可以是单眼,也可以是双眼同时发生的。毛春亮说,他接诊过年龄最小的白内障患者仅3岁。

而外伤性白内障是由于眼球钝挫伤、穿通伤、碱烧伤、电击伤和爆炸伤等引起的晶状体混浊,可发生在任何年龄段。

2 夏天不戴墨镜会得白内障?

毛春亮说,常见的老年性白内障发病机制尚未完全清楚,可能与年龄增长相关的机体代谢功能障碍、紫外线长期过度照射、遗传因素、营养因素等有关,此外还与一些全身疾病相关。

他在直播中提到了这样一个病例:32岁的王先生是一名海员,他日常主要工作是当船只停靠码头时抛缆绳。可近段时间以来,他的眼神越来越不好,老是抛不准。在当地医院就诊后,被诊

断为沙眼、老花眼,经过一段时间的治疗和矫正毫无效果。于是,经人介绍找到了毛春亮。

经过全面的眼部检查,毛春亮诊断其为白内障。而导致王先生年纪轻轻就患有白内障的原因,正是他从20岁出头就开始的海员工作节奏,终日在太阳下暴晒。“这个病例告诉我们,平时出门户外活动的话,尽量戴墨镜。”

在王先生的就诊经历中,还

有一个误区也很常见,就是把白内障和老花眼混为一谈。“这两者有个共同的特点:就是视物模糊。他们的区别在于白内障属于一种疾病,而老花眼是随着年龄的增长,晶状体逐渐硬化,调节功能下降的一种视力退化性改变,属于正常的生理现象。白内障需要积极治疗,老花眼可以通过戴眼镜来矫正视力。但要专科医生来明确诊断,才能实现视力矫正。”毛春亮解释。

3 突然视力下降,问题出在脑子里

目前市面上也还有很多号称能够治疗甚至治愈白内障的眼药水,但毛春亮强调,目前没有循证医学证明药物可以治愈白内障,手术是唯一可以治疗的方法。

随着现代老人对高生活品质的追求,开车、旅游、阅读等生活习惯对视力也有了更高的要求,这类白内障患者对于手术的接受度较高。不过,还是有一部分老人仍停留在“熟了再做”的错误观念。随着白内障手术方式的改进,久拖不治的白内障会使眼球中整个晶状体逐步变混浊,视力也会进一步下降,视物不清逐渐加重,甚至只剩光感,还会引起青

光眼、葡萄膜炎等一系列并发症。同时,也会加大手术的难度,降低术后的视力恢复效果。

白内障手术后还会复发吗?这也是毛春亮在门诊中经常会被问到的话题。术后一段时间突然视力又变差了,可能是后发性白内障,常见于年纪比较轻的一些病人,年纪越大发生率越低。不过,这个问题也好处理,只需在门诊激光治疗几分钟就可以解决。

不过,视力下降也有可能是其他眼底疾病引起的。“我之前就遇到过这样的一位患者,视力突然下降,但是经过检查眼部没有问题,在我的建议下她前往综合

性医院后被发现颅内脑梗,幸亏及时发现才没有生命危险。”

记者 陆麒雯 通讯员 舒晓露

“熬夜+吸烟”触发脑梗
小伙错过治疗窗口期

一觉醒来,30岁的王先生突然口齿不清,右侧身体动弹不得,被诊断为脑梗。这一切,都是由于他日夜颠倒的坏习惯造成的。医生提醒:良好的生活习惯可以大大降低脑卒中的发生率。

王先生是一名自由职业者,经常熬夜写稿子。他是十足的夜猫子,通常凌晨才睡,中午起床。工作时他还有个习惯,抽上烟才会有思路,一天至少一包烟。

6月1日凌晨,他和朋友聚餐结束回家,又熬夜到3点才睡去。到了上午11点左右,他从睡梦中醒来,想从床上坐起时,却发现右侧身体根本动不了。于是,他用左手拿着手机给家人打电话,想开口却发现自己连说话都变得口齿不清,唾沫都咽不下。

最终,闻讯赶到的家人把他送到了宁波市医疗中心李惠利医院急诊科,接诊医生检查后确诊为脑梗。但由于王先生脑梗发生时间已经超过了4.5小时,错过了溶栓治疗的窗口期。目前,王先生只能选择药物保守治疗。由于小伙子吞咽困难,还被插上了胃管,以获得营养支持。现在,他的右侧肢体肌力恢复到了3级,可以抬离床面,但离完全恢复距离还很远。

43岁的周先生与王先生同一天被送进抢救室,也是因为脑梗发作被送进医院。周先生也是个老烟枪,还爱喝白酒。发病当天就是喝酒后醒来发觉一侧身体动弹不得。他的病情和王先生非常相似,都是因为就诊时间延误,失去了溶栓、取栓的机会。

“都是不良生活习惯所导致的。”任王芳医生为此深感惋惜,临床上像王先生这样30几岁的中风青年并不少见,和吸烟、经常熬夜等不良生活习惯有关。

任王芳告诉记者,老百姓口中的脑梗、脑中风在医学上叫缺血性脑卒中,引起脑卒中有两大危险因素:一类是无法干预的危险因素,像年龄超过55周岁,有脑卒中家族史的;另一类是可以干预的,像高血压、高血脂、糖尿病、心脏病、吸烟、肥胖、熬夜、缺乏运动等因素引起的,稳定各项身体指标,改变生活习惯就可以有效避免。

“良好的生活习惯可以大大降低脑卒中的发生率。”任王芳提醒年轻人要戒烟限酒,尤其是要避免长期熬夜,平时要适当运动,饮食上要避免暴饮暴食,避免长期摄入高糖高脂食物。

任王芳介绍了脑卒中的快速自我识别的“120”三步骤:“1”是看脸,一张脸部是否对称,嘴巴有无歪斜;“2”是查肢体,两只胳膊或两条腿,一边没有力气,抬不起来;“3”是聆听说话,讲话口齿不清。

“只要有上述其中一条的症状,请立即拨打120。”任王芳说。

记者 陆麒雯 通讯员 李璟璟 徐晨燕

拍卖公告栏

刊登热线:
13884469746 姚

另外承接《宁波晚报》政府类、企业类、招聘等公告,欢迎垂询!

宁波市海曙区2套房屋租赁权拍卖公告

受委托,兹定于2023年6月22日9:00至11:00止(延时除外)在诚拍网网络拍卖平台上(网址:www.chengpw.com)进行公开拍卖活动,现将有关事项公告如下:

一、拍卖标的:

位于宁波市海曙区章水镇崔岙村及洞桥镇原粮站地块(一层、三层)办公用房3年租赁权,出租面积450—1328㎡,起拍价88870—126650元/年,保证金20000元。

二、竞买人资格:信誉良好,具有完全民事行为能力、支付能力的自然人、法人或其他组织。

三、拍卖方式:有保留价的网络增价拍卖方式。

四、展示看样时间:即日起至2023年6月21日止,与本公司联系看样事宜。

五、报名办法:竞买人应于2023年6月21日前登陆“诚拍网”网络拍卖平台完成实名注册登记(法人须上传营业执照及法定代表人身份证),并按“诚拍网”系统提示报名交纳保证金,具体详见诚拍网标的物页面相关说明。

六、咨询电话:13780091774、87869881

七、地址:浙江省宁波市百丈东路28弄2号嘉汇国贸B座907室。

未尽事宜请登陆诚拍网: http://www.chengpw.com 查看。

浙江金诚拍卖有限公司