

我为群众办实事
·基本医疗篇·

注重“三早”，保护视力健康

爱眼日，听芝罘医院专家说如何防治“眼疾”

芝罘融媒记者 云全
通讯员 张敏 摄影报道

6月6日是第28个全国“爱眼日”，今年活动的主题是“关注普遍眼健康”。

都说眼睛是心灵的窗户，但在不同的年龄段，这扇“窗户”也会遇到不同的问题。近日，记者来到芝罘医院眼科，听专家讲解从婴幼儿到老年，各年龄段需要留意哪些眼部疾病，做到早干预、早发现、早治疗，守护“睛”彩视界。



注意观察宝宝眼睛，发现问题及早就医

“小宝宝眼睛有毛病，不可能自己诉说，这就需要家长注意观察宝宝的眼睛是否健康。”芝罘医院眼科主任潘婧说，新生儿、婴幼儿的眼病最常见的是先天性眼病，除了需要医生及时诊断、治疗以外，更需要家长配合，及早发现孩子眼部异样。

她介绍，家长通过观察，如果发现宝宝容易怕光，总眯着眼睛，尤其是看到宝宝瞳孔区发白、表情呆滞、眼睛不能注视或不能追踪光线，要

警惕孩子可能患上先天性白内障，要及早去正规医院检查。有白内障遗传家族史者，更应注意新生儿早期症状。如果新生儿有严重怕光、流泪等症状，眼球比同月龄孩子的大，黑眼珠颜色不清澈透亮，瞳孔散大，触摸眼球感到较硬，要高度警惕是先天性青光眼。早产儿视网膜病变，是发生于早产儿和低体重儿的可致盲性眼病，家长需特别关注，出生四至六星期之后一定要定期接受

眼科医师检查，必要时须散瞳做眼底检查，明确孩子视网膜健康与否，千万不能耽误最佳治疗时间。一般刚出生的婴儿即使哭也几乎没有眼泪，家长如果发现宝宝出生后10多天的眼睛有泪、有眼屎，就要考虑患新生儿泪囊炎的可能。

“先天性上睑下垂是一种常见的儿童眼病，主要由于睁眼的提上睑肌发育不好，致使眼睛不能睁大，下垂的眼睑将瞳孔的部份甚至全部

遮盖，给儿童的视力发育造成影响，重度遮挡瞳孔，还会导致弱视等问题。若发现孩子有上睑下垂的症状时，要尽早到正规医院确诊并听取医生给予的意见。”潘婧说，家长观察宝宝的眼球有明显缺陷的，如无眼珠、小眼珠并不困难，此外，还需注意睑裂大小是否一致，有没有眼珠大小不一或上睑下垂等问题，并注意有没有眼红、眼屎，以警惕源于产道的感染性眼病。

青少年视力矫正，需采取正确有效方式

前不久，8岁的楠楠(化名)在妈妈陪伴下，来芝罘医院眼科检查视力，被查出近视800度。在询问孩子情况过程中，潘婧发现孩子父母都有不同程度的近视。

潘婧介绍，影响孩子视力健康的因素很多，比如遗传、爱吃甜食、过早接触电子产品、不良用眼习惯、缺乏户外运动等。“青少年近视治疗最关键目的是阻止发展成为高度近

视和病理性近视，一旦确诊近视就应该干预。到目前为止，近视眼最有效的矫治手段仍然是光学矫正——配戴合适的框架眼镜或去正规医院验配角膜塑形镜，还要合理用眼，采取有效方法阻止近视发展。”潘婧说。

目前，芝罘医院眼科视光中心建立芝罘区青少年低视力防治中心，配备先进诊疗设备，引进专业诊

疗技术人才，为辖区内儿童、中小学生开展视力筛查、视力科普讲座等活动，开展医学验光、科学验配框架眼镜及角膜塑形镜，双眼视功能检测及分析，青少年斜弱视的矫正与治疗，给青少年提供个性化眼视光服务，有效控制青少年近视发病率，提高视力健康水平。“家长应改变‘重治轻防’观念，当孩子视力出现下降趋势，出现假性近视时，及早通

年轻人患上干眼症，切勿盲目使用眼药水

小毛病，也可能引发大问题。”潘婧介绍，随着手机、平板电脑等电子产品的普及导致用眼习惯改变等原因，干眼症病患数量逐年上升，且呈现年轻化趋势。引起干眼症的诱因有很多，其中最突出的就是长时间对着电脑和手机。一般来说，正常眨眼频率为每分钟20次左右，但当人们使用电子产品时，注意力集中在屏幕内容，而使眨眼次数在无形中减少，每分钟可能只有7—8次，从而降低眼内润滑剂和泪液的

分泌。同时，电脑强烈的光线对人眼刺激很大，易使泪液分泌异常而致干眼。如每分钟眨眼次数长期少于7次，就可能意味着患上“干眼症”。此外，长时间开车、阅读等过度用眼也会导致干眼症，干燥的环境，如烟雾、紫外线、空气污染、气候干燥等都会影响泪膜的稳定性，增加泪液的蒸发，导致眼干。

“很多患者尤其是年轻患者觉得干眼症不是病，自己在家滴眼药水就行。其实，干眼症是一种慢性

疾病，千万不能乱用抗生素及激素类眼药水，建议到正规医院确诊后再处理。”潘婧说，干眼症的治疗需要区分是哪种类型，然后再进行相应的物理治疗、药物治疗等，严重的干眼症患者甚至还需接受手术治疗。目前，市面上的一些网红眼药水往往都含有一些药物成分和防腐剂，长期使用会损害患者双眼，轻则会引起不适感，如刺激、干燥、疼痛，影响正常的生活和休息；重则会引起角膜的感染，甚至穿孔、失明。

老年人突发视力严重下降，赶快到医院就诊

“最近科室收治一位老年患者，由于来得太晚，错过治疗最佳时间。”潘婧介绍，60多岁的周先生突然感觉左眼被遮住看不见东西，以为休息一下就会好。但是过了几天没有任何好转，这才到芝罘医院眼科就医。医生检查发现，老人患的是视网膜动脉阻塞，也就是眼睛“中风”。视网膜动脉阻塞是一种好发于中老年人的眼科急症，也被称作

“眼卒中”，主要与微血管栓塞、血管痉挛或血栓形成有关。患者多表现为一眼突发的无痛性视力下降，一旦发生往往会造成视网膜严重的缺血缺氧，出现不可逆的视功能损害，致盲率高，严重影响患者生活质量。在此提醒60岁以上老年人，特别是有三高(高血压、高血脂、高血糖)等基础病人群，一旦眼睛出现突发的无痛性视力严重下降，应该尽

快到医院就诊，争取黄金抢救时间。“老年人常见的眼病包括老年性白内障、青光眼、糖尿病视网膜病变、高血压性视网膜病变等，这些疾病发病率高、危害大，及时的诊断和正确的治疗至关重要。”潘婧说。目前，芝罘医院眼科采用国际上非常成熟的超声乳化联合人工晶状体植入术，此技术的优点是创伤小、术中无痛、安全稳定、术后视力恢复快。整

个手术过程需要5分钟左右。手术是在表面麻醉下施行，患者也无任何疼痛感，不但切口小，无需缝针，康复快，大多数术后第一天就可达到理想视力，经1—2周后可恢复正常生活。

此外，建议老年人定期到医院眼科检查，早诊断、早治疗，以达到较好的防治效果，让老年生活更美好。

