

我为群众办实事

基本医疗篇

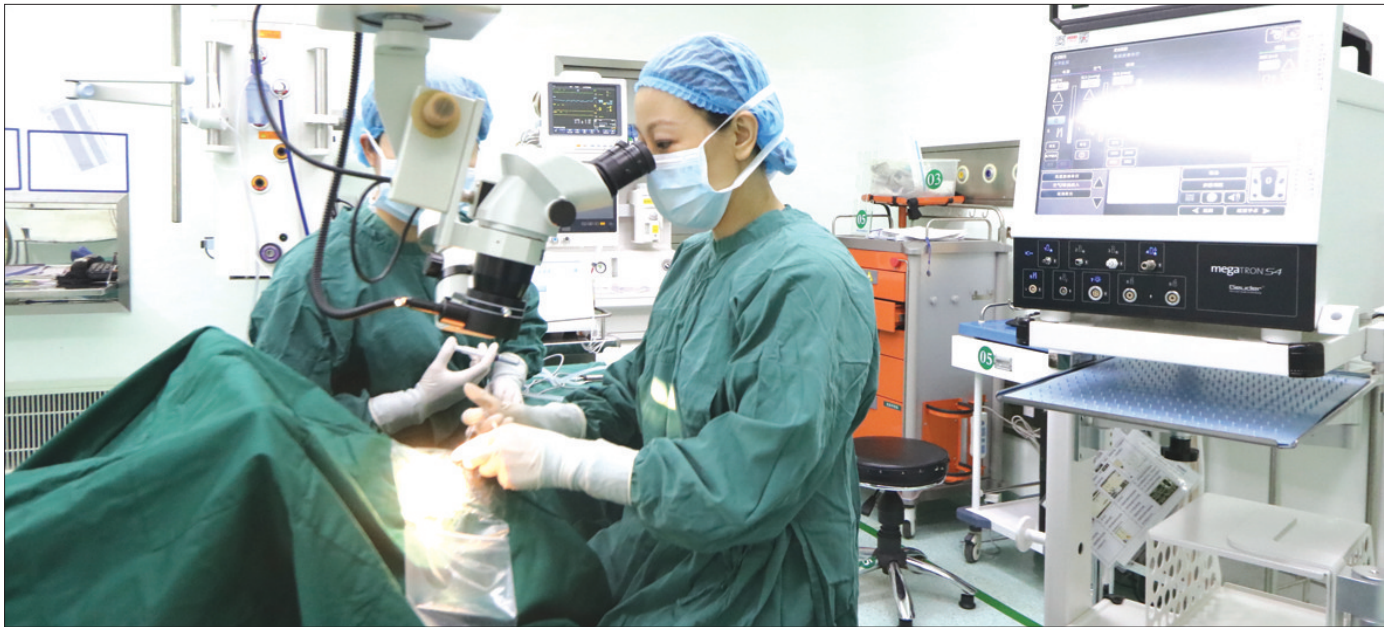
注重“三早”，保护视力健康

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常。

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，如无眼球、小眼球并不困难，此外，还需注意睑裂大小是否一致，有没有眼球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

过用眼习惯改变和适当训练，恢复视力正常，延缓近视发生的时间和进展速度，避免演变成真性近视、高度近视。”潘婧说，由于导致孩子近视、弱视等视力问题原因各不相同，需要通过一系列医学检查进行准确判断，找出每个孩子视力下降原因，从而制定个性化视力矫正方案，采取合适方式矫正，才能达到控制视力下降的目的。

年轻人患上干眼症，切勿盲目使用眼药水

近日，32岁的市民张女士感觉眼部卡疼、出现红血丝、视力大不如前，自己用眼药水治疗后无好转，于是来到芝罘医院眼科就诊。经医生询问了解到，前期，张女士每天看电脑、平板和手机的时间达到八、九个小时。检查后发现，双眼睑缘肥厚、充血，角膜上皮可见点状着色，诊断为双眼干眼症、睑板腺功能障碍。医生给予睑板腺按摩及药物治疗后，症状逐渐好转。

“干眼症这种看似‘不起眼’的

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，干眼症患者数量逐年上升，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，注意力因集中于屏幕内容，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，千万不能乱用抗菌素及激素类眼药水，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，即刺激、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，大多数手术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。

