

经常摘下眼镜会造成近视加深

如果已经出现近视迹象,有什么办法尽可能维持现状,预防度数加深?准分子激光手术后多久,视力可达到矫正效果?术后视力会回退吗?6月17日上午9:30至10:30,本报健康热线0551-62623752,邀请安徽省第二人民医院眼科主任医师崔俐为大家答疑解惑。

■ 夏鹏程 记者 李皖婷/文 倪路/图



本期指导专家:崔俐

安徽省第二人民医院眼科主任医师,眼科工作30余年,擅长白内障超乳手术、准分子手术、玻切手术、青光眼及斜视手术等,现还负责科室新技术的引进及应用。

预防近视,照明光线不要过暗或过强

读者:孩子近视,有哪些是需要家长特别注意并可以预防的?

崔俐:单纯性近视的发生,决定于遗传因素和环境因素。遗传因素目前还较难控制。在环境因素中,减少近距离工作负荷是预防工作的关键。预防的具体措施包括:1.减少连续用眼时间,注意用眼姿势。每半小时读书、写字或使用电脑后,远眺五到十分钟。读写距离保持在一尺以上。2.增加户外活动,保证充足睡眠,平衡饮食,合理营养。3.如果明确是由于屈光不正引起的视力下降,影响工作及学习应尽早验光配镜。4.照明光线不要过暗或过强。5.看电视、电脑的时间和距离要注意控制。6.可通过遗传咨询,预防病理性近视。比如,父母双方如均为病理性近视,子女将近100%发病。7.关于传统中医疗法,目前尚缺乏确凿的科学依据证明这些疗法能够有效缓解近视。

经常摘下眼镜会造成近视加深

读者:如果已经出现近视迹象,有什么办法尽可能维持现状,预防度数加深?

崔俐:随着眼球的发育和学习任务的加重,孩子近视的进展是必然,所以作为家长,首先不必要过度恐慌。关键的问题,是如何尽可能延缓近视的进展。除了要注意上述的近视影响因素和预防措施外,很多家长经常会问孩子近视了,要不要佩戴眼镜?经常摘下眼镜会不会造成近视加快加深?答案是明确的,首先要到眼科规范检查,排除假性近视,明确屈光不正性质;低度的远视及近视,视力不影响日常生活或学习,可以密切观察随访;影响日常工作及生活的应该配戴眼镜,模糊理论认为长期的视物模糊会导致痉挛性调节,进而加重近视的发展;戴镜后仍要养成良好的学习生活习惯,才有可能减缓度数加深。

准分子激光对人体无害

读者:什么是准分子激光?对人体有无损害?

崔俐:这是氟氩气体混合后经激发产生的一种人眼看不见的超紫外线光束,属冷激光,能精确消融人眼角膜预计去除的部分而不损伤周围组织和其它组织器官,对身体无害。

准分子术后3天,一般可达矫正效果

读者:手术后多久,视力可达到矫正效果?

崔俐:准分子术后3~4小时,视力即有明显改善,一般手术后3~4天视力可达到或接近矫正视力。但视力稳定尚需1~3个月,在3个月内视力有些微小波动属于正常的。不同的手术方式恢复时间会有所不同。

注意用眼,术后视力不会回退

读者:术后视力会回退吗?

崔俐:准分子激光矫正屈光不正手术部位在角膜基质层。激光光脉冲准确地击中细胞的分子键,断裂分子之间结合键,对角膜组织进行汽化,改变角膜的曲率,因为角膜基质层是不能再生的组织,所以治疗后,角膜曲率不会发生改变,达到重塑角膜弯曲度的目的,从而确保了手术后,视力一般不会反弹。但是有的患者为病理性近视或者继续不良的用眼习惯,导致近视度数加深,从而出现所谓的视力回退。

苏洁 记者 李皖婷

下期预告

中风如何用中医方法防治?

什么是脑卒中(中风)?脑卒中有哪些症状?哪些是脑卒中的高危人群?脑卒中发病突然,事前都有哪些征兆?缺血性脑卒中的治疗方法有哪些?脑卒中高危人群运动时有哪些注意事项?周二(6月24日)上午9:30-10:30,本报健康热线:0551-62623752将邀请安徽中医药大学第二附属医院(安徽省针灸医

院)老年病三科副主任医师费爱华提供健康咨询服务。

费爱华,第五批全国老中医药专家学术经验继承工作继承人。擅长运用针灸、中西药治疗各种老年病:包括糖尿病,出血性和缺血性脑血管疾病、冠心病、心律失常、高血压病、老年性心脏病及心功能不全的治疗。 杨波 记者 李皖婷

冬病夏治本周六开贴

随着人们健康保健意识的增强,今年预约接受“冬病夏治”治疗的市民明显增多。记者17日从省中医院了解到,今年冬病夏治6月21日开贴,有治疗需求的市民要抓紧这两天进行预约。

该院专家指出,夏至人体气血旺盛,腠理开泄,此时贴敷,药力更易直达脏腑,可达到激发正气的目的,增加抗病能力。该院今年有针灸康复科、推拿科、儿科、小儿推拿科、呼吸内科、风湿

病科、妇科、耳鼻喉科、男科、皮肤科、急诊科等临床科室开展冬病夏治治疗工作,目前各项准备工作已经就绪,6月21日早晨6:30正式开贴。

为了迎接当天的就诊高峰,大部分开展这项治疗的临床科室分别在门诊和病房进行贴敷治疗。同时,该院今年还专门制作了印有冬病夏治五次治疗时间和贴敷注意事项的小扇子送给就诊的市民。 陈小飞 记者 李皖婷

暑热疾病高发,医生开出避暑处方

夏季到来,中暑、心脑血管疾病、肠胃炎、呼吸道感染等疾病高发。省立医院急诊内科主任医师范西真表示,每年夏天,虽然很多人都尽量减少了户外活动,但暑热疾病患者却并没有减少,尤其是心脑血管疾病、肠胃炎、呼吸道感染等疾病高发。

范西真建议市民,高温期间市民最好

避免在10:00至16:00时段在烈日下行走;饮食上应以清淡为主,常食用冬瓜、丝瓜、黄瓜等有助于人体清除暑热的瓜果,同时多注意休息。老年人以及患有高血压、心脏病等疾病的人,在享受空调带来的凉爽时,最好打开一个门窗以保持空气流通,并坚持按时服药。

记者 李皖婷

省立医院南区将扩容 周边居民看病更方便

省城政务区的市民看病将更加方便。安徽省立医院南区二期工程建设项目昨日正式开工建设,扩容后的医院将增加1000张床位,并新增产科、儿科、口腔科等门诊,预计在4年后开门迎客。

据了解,二期工程建设项目设计床位

1000张,比现有的开放床位927张翻了一倍,其中与心脑血管疾病治疗相关的科室床位数占总床位数的54%。除了新增产科、儿科、口腔科等门诊,新生儿监护病房和儿童重症监护病房也将落户省立医院南区。

李建军 记者 李皖婷

老外被鸭骨头卡住嗓子

医生提醒,异物卡喉应用镊子夹出

德国人Beuche目前受邀在合肥经开区一家企业做技术指导,日前在吃烧鸭时,不小心被鸭骨头卡住了嗓子。滨湖医院五官科通过手术取出了这根5公分长的骨头,Beuche终于松了口气。

滨湖医院五官科专家指出,如果咽喉扎了鱼刺或异物,可以试着用汤匙或牙刷柄压住舌头的前半部,在亮光

下仔细观察舌根部、扁桃体及咽后壁,如果能找到异物,可以用镊子夹出。自己无法取出的情况下,应该立即到医院就诊。同时,喝醋或吞咽蔬菜等“土办法”并不科学,绝大多数异物不但不会随着食物滑进食道,反而会扎入较深的部位。

费秦茹 记者 李皖婷

我省完成首例心脏永久起搏器电极拔除术

近日,安医大一附院心血管内科成功完成了安徽省首例心脏永久起搏器电极的拔除手术。据了解,拔除起搏器电极适用于植入起搏器术后出现起搏器囊袋破溃感染的患者。

近年,随着人口老龄化,起搏器的植入手术明显增加,伴随其增加的是起搏器植入术后的并发症,术后起搏器囊袋的破溃感染即是其中之一。

此项技术于2009年在我国开展,由于器械进口的限制及其价格的昂贵,只有北京、上海等少数几家医院可以完成。安医大一附院顺利完成此项手术,填补了我省此项手术技术的空白,为省内起搏器植入术后发生起搏器囊袋破溃感染患者的就医带来了方便。

张薇 记者 李皖婷

一周病情播报

夏季来临,烧伤高发

入夏以来,人们穿的较为单薄,四肢裸露在外,增加了被烧伤的风险。据合肥市第一人民医院门、急诊统计,近日前来医院就诊的烧伤患者人数明显增多。该院烧伤整形科主任王少根提醒市民,夏季是烧伤高峰期,家长要特别注意看护好孩子,防止热水热汤等烫伤。

专家介绍,遇到烧伤患者,要保持镇定,做好烧伤的家庭急救,冷静处理

创面。首先要将受伤的肢体放在流动的自来水下冲洗或放在大盆中浸泡,降低局部温度,减轻创面疼痛,阻止热力的继续损害及减少渗出和水肿,然后用干净、清洁的被单或敷料包裹保护创面,将伤员就近送医院接受进一步治疗。需要特别注意的是,生石灰烧伤是一个例外,伤后不能立即用水冲洗。

苏洁 记者 李皖婷