

警惕老年性黄斑变性

什么是黄斑？老年性黄斑变性怎么预防？2月28日上午9:30至10:30，市场星报健康热线0551-62623752，邀请合肥市三院眼科黄灏副主任医师与大家聊一聊眼睛那些事儿。

■ 傅喆 记者 李皖婷/文 倪路/图

黄灏

合肥医学会眼科分会委员，包河区政协委员，擅长玻璃体视网膜疾病、黄斑疾病诊治，对青光眼，白内障诊治也有独特的造诣。



斑病变吗？

黄灏：长时间看手机等液晶屏设备，会导致视疲劳、眼部干涩不适、加重近视的发生。黄斑若出现异常，就会出现视力下降、眼前黑影或视物变形等病状，其任何病变，如水肿、出血，都会影响成像，并不是因看手机导致的。但还是建议多一些户外的活动或运动，在促进血液循环的同时，眼睛会有更多的远眺时间，还可以帮助放松眼部肌肉和神经，其对视力也是保护作用。

老年性黄斑变性要早发现早治疗

读者：老年性黄斑变性如何治疗呢？

黄灏：目前现代医学没有特效的治疗方法，预防为主，早期治疗有意义。老年黄斑变性最早期阶段，病变最轻，但它潜伏的危险性很大，此时最不可麻痹大意。病程最早期，病变最轻阶段，都是最好的治疗时机，有更多的机会阻止病程进展。应定期到正规医院做眼底检查，早期发现黄斑变性，有利于及时治疗黄斑病变。

多吃绿叶蔬菜、控制体重等有助于预防黄斑变性

读者：老年性黄斑变性怎么预防呢？

黄灏：假若发现及时，并能及时进行治疗的话，85%的患者都能得到较好的视力保护。得了老年性黄斑病变，建议不能吸烟，要合理饮食，多摄取绿叶蔬菜，少摄取高脂肪食物，同时要适当的锻炼，来控制体重及血压、血脂、血黏度。服用一些抗氧化剂，即维生素C、E、β胡萝卜素，补充微量元素也能预防和减缓该病的进一步发展。

“黄斑”并不是一种“斑”

读者：什么是黄斑？

黄灏：“黄斑”不是“斑”，它是眼底视网膜上一个正常生理区域，位于视网膜中心，集中大量视功能细胞，能够识别形状、大小、颜色、纵深、距离等大多数光学信号，是决定视功能的重要部位。它就好像是以前拍照片的胶卷，一旦出现问题，引起视力下降，最终可以导致失明。老年性黄斑变性是发达地区50岁以上常见的致盲眼病。随着社会的老齡化，发病率增高。

看东西变形，要及时去看医生

读者：老年性黄斑变性有哪些表现呢？

黄灏：黄斑病变的主要症状表现为中心视力减退，有中心暗点，视物变形。一旦视力出现改变或视物变形，要及时到专科诊治，明确病因及诊治，保护好视功能。有些老年患者误以为是白内障疾病，不予重视，等到视力很差了，才到医院就诊，视力却无法提高。

长期被动吸烟或导致失明

读者：引起老年性黄斑变性的因素有哪些？

黄灏：长期吸烟或被动吸烟，烟雾刺激会造成老年性视网膜黄斑病，最终导致失明。老年性黄斑变性是一种老年人常见的影响黄斑的疾病，确切的病因尚不明。引发原因主要有：年龄越大，发生黄斑病变的危险性越大；女性略多于男性；患有高血压、糖尿病、高胆固醇血症、心血管疾病、肥胖病等人群易并发黄斑病变；吸烟、饮酒、营养缺乏（如胡萝卜素）也可引发黄斑病变；暴露于蓝光和日光；以及环境因素等等。

平时要多给眼睛一些“远眺”时间

读者：长时间看手机、看电视会引起黄

三八节，征集10名女性免费体检

星报讯(江文静 记者 李皖婷) 正值三八节来临之际，中国癌症基金会与全国64家医院联合举办2017年“为了姐妹们的健康与幸福”大型宫颈癌和乳腺癌防治公益活动。为造福广大妇女朋友，唤起社会各界对女性健康的关注，控制我省女性恶性疾病高发趋势，为全面维护妇女身心健康筑起一道健康屏障，市场星报联手安徽省肿瘤医院，向我省10名低收入女性提供免费体检名额。(体检内容包括妇科常规体检、胆胰脾彩超、甲状腺彩超、盆腔彩超等10余项及宫颈癌及乳腺癌等免费筛查，自费检查需约1300元)

参与方法：关注市场星报官方微信(scxb123)，私信回复“体检”，按要求操作。

报名要求：年龄30~60周岁的已婚女性(一年之内未做过宫颈筛查)

报名截止日期：3月5日、3月6日由安徽省肿瘤医院电话通知体检具体时间，检查当天早上7点携带身份证至门诊4楼体检中心领取登记表，进行各专项检查。检查当日早晨空腹(因有盆腔彩超，需提前涨小便)。

□ 一周病情报告

春季支气管哮喘易发作

春季，天气变化无常，加上空气中弥漫的尘螨、花粉等过敏原，极易诱发支气管哮喘疾病。近日前去医院呼吸内科就诊的患者明显增多。

合肥市一院呼吸内科主任李秀建议，预防支气管哮喘，首先要避免接触各种激发因素。在生活上要有规律，避免过度紧张及疲劳。可在医生指导下，作减敏疗法，以预防复发。在哮喘发作期间，口服或吸入支气管扩张剂和消炎药，应选用量少、起效快、副作用小的吸入疗法。用药后，病情仍加重的患者应及时去医院进行治疗。 ■ 苏洁 记者 李皖婷

□ 医疗新闻

50名医生转岗缓解“儿科医师荒”

全省儿科医师转岗培训暨儿科骨干医师培训结业典礼27日在省儿童医院举行，来自我省县、乡两级基层医院内科、妇产科及儿科的50多名医生，经过一年的培训，成为合格的儿科医师、骨干医师，将分赴各地临床一线，在一定程度上缓解“儿科医师荒”。

据了解，儿科医疗资源不足、儿科医师荒是一个全国性的问题，全国儿科医师缺口在20万之多。至2016年底，全省儿科床位数占总床位数6.09%(15339/252058)，全省儿科医师占有资质医师(执业医师和执业助理医师)4.63%(6940/149678)，即0.35个儿科医师/千儿童，低于全国0.53儿科医师/千儿童的平均水平，与占我省总人口近三分之一的2000万儿童就医需求相比存在巨大的缺口。 ■ 王筠 刘标 记者 李皖婷

做手术也能直播？有医院开了先河

“血压良好、心律正常、呼吸稳定，全身麻醉生效……”2月27日上午，一场右侧甲状腺癌扩大根治术在安徽省肿瘤医院的手术室进行，这是安徽外科教学手术首次微信直播，网友可以一边看一边留言互动。

“手术直播，不仅对手术本身要求高，对外科医生也是一个挑战。”省肿瘤医院头颈乳腺外科主任王圣应说，因为业内专家和病患家属以及大众百姓都在关注着手术的进展，肿瘤的处理原则是否规范、操作程序是否合乎情理、时序跟进是什么状态，都成为大家关注的焦点。

此外，微信直播还承载着医学知识普及的作用，通过接近手术现场，良好地呈现主刀视角画面，让大众百姓能够了解尖端医学技术，消除对手术不必要的疑惑和恐惧。同时让更多网友深入感受医务工作人员的日常，以及对医院和医护人员产生更多的认知和理解。 ■ 崔媛媛 记者 李皖婷

牙周病是导致牙齿脱落的“头号杀手”

很多人年纪轻轻，牙齿却出现了脱落，而导致成人牙齿缺失的“头号杀手”就是牙周病。据调查显示，80%~90%的成年人都有或轻或重的牙周病，它也是危害人们牙齿和全身健康的主要口腔疾病。

合肥市口腔医院牙周黏膜科副主任医师柳七零介绍，牙周病患者早期会有牙龈出血、牙龈肿胀等轻微症状，发展到一定的程度便会出现牙周溢脓、口臭等症状。若不及时治疗，炎症继续发展，待到牙齿周围的牙槽骨全被吸收掉，就难以进行有效治疗了，最后只能满口牙齿脱落。

柳七零建议，在日常生活中，定期洁牙、消除牙龈炎症是预防牙周疾病的关键。所以平时发现牙龈出血、肿胀等问题时，应尽快去正规医疗机构进行口腔检查，千万别拖到牙齿松动脱落才治疗，那时可就后悔莫及了。 ■ 徐莉 记者 李皖婷

□ 下期预告

“春夏养阳”浅谈“痛经”的保健

乍暖还寒，部分爱美女性却已穿上露脐装、丝袜，近期因“痛经”来就诊的人数有增多的趋势。痛经的原因有哪些？中医有哪些治疗方式？“春夏养阳”，如何防治痛经？下周二(3月7日)上午9:30至10:30，市场星报健康热线0551-62623752，将邀请安徽省针灸医院妇科主任田丽颖与读者交流。

田丽颖，主任医师，擅长月经病、带下

病(阴道炎、白带量多、阴道干涩等)、妊娠病(先兆流产、妊娠剧吐等)、产后病(恶露不绝、产后腹痛、产后发热、产后乳少等)、女性生殖系统炎症及各种疑难杂症的治疗，尤其擅长不孕、先兆流产、习惯性流产、痛经、闭经、功血、更年期综合症、盆腔炎、宫颈炎及妇科肿瘤等疾病，以针灸、中医药为主，中西医结合。

■ 王津淼 记者 李皖婷