

给我一点光明,我愿意闪耀整个天际

现代快报爱眼论坛爆棚,爱眼小卫士宣誓仪式现场举行

近日,现代快报爱眼论坛暨读者交流会在中心大酒店如期举办。本次活动以“光明行动·亮眼视界”为主题,青少年专场和中老年专场同步开展,吸引了近300名读者踊跃报名。活动现场,7位特邀眼科专家与快报读者共聚一堂,畅谈眼部保健方面的知识的心得。与此同时,30多名“爱眼小卫士”现场采访眼科专家,深入学习如何呵护心灵之窗。此外,本次活动还为读者提供免费眼科义诊,现场气氛热烈,而一直备受瞩目的惊喜大奖也于当天出炉。

金宁 王艳歌 孙倩雯



现代快报记者 徐洋 摄

● 中老年专场精彩观点

糖尿病眼部并发症早防早治

南京医科大学眼科医院副院长姚进

姚院长提醒,眼部病变是糖尿病最为常见的慢性并发症之一,糖尿病性视网膜病变是“悄悄的视力杀手”,是导致失明的第一原因。

针对现场读者的提问,如何治疗糖尿病视网膜病变呢?姚主任解释,糖尿病视网膜病变可以分为增生性和非增生性。从轻度、中度再到重度,处理原则也不同。其中,控制血糖、血压、血脂非常重要,眼底检查也要分别遵循6-9个月、4-6个月、

2-4个月的周期。发展至增生期,全视网膜激光和玻璃体切割手术将成为必需。

姚院长还说,有些认识误区需要多多注意。很多患者认为得了糖尿病视网膜病变不能打眼底激光,激光越打视力越差。还有人认为血糖正常,眼底病就不发展了;糖尿病视网膜病变是可以治愈的。这些观点都是不科学的。最后,姚院长呼吁糖尿病患者要接受眼科检查,控制血糖、血压、血脂维持血糖平稳,早防、早治。

手术是白内障唯一的治疗方法

东南眼科医院副主任医师有维范

不少老人疑惑,为何不知不觉就患上了白内障?有主任介绍说,外伤、老化、辐射、遗传、营养障碍中毒都可能成为老年性白内障病因,随着年龄增加,患病率明显增高。但是,老年性白内障也是有章可循的,可分为初期、肿胀期、成熟期、过熟期,各个时期的危害程度相差很大。在膨胀期时,常导致急性闭角型青光眼急性发作;在过熟期时,则容易引起晶体溶解性青光

眼。视力会逐渐下降是最开始的临床症状表现,白内障的持续发展会引起其他眼部疾病如葡萄膜炎、青光眼、晶状体脱位等的高发。待到神经坏死之时,正常视力将终身不可逆转。读者现场咨询,针灸、按摩、药物(滴眼液)治疗、手术治疗,哪种更有效?有主任介绍,如果时机恰当,手术还是目前治疗白内障唯一有效的办法。所以,大家要摒弃手术理解误区,对症接受手术。

青光眼是可防可控的眼病

南京爱尔眼科医院副主任医师李思珍

李主任介绍,青光眼是一种可防、可控的眼病,随着医疗技术的发展,青光眼的治疗成功率超过90%。但是,青光眼是我国首位不可逆性致盲眼病,也是仅次于白内障的导致视力丧失的主要原因。

那么,青光眼的危害到底有哪些呢?李主任补充说,青光眼常见有急性眼压升高和慢性眼压升高两种情况。前者多引发眼痛、眼胀、头痛、头晕、恶心、呕吐等症

状,视力下降、视物模糊、视野缺损等功能性衰退也会发生,严重者会最终失明,眼球萎缩。相对而言,慢性眼压升高常无自觉症状,主要以视野改变为主,所以确诊时,青光眼程度已经深。

有患者问一眼患青光眼另一眼也会患病吗?李主任介绍说,原发性青光眼通常双眼患病,然而继发性青光眼多为单眼患病。所以,不管是哪种类型的青光眼,及早发现和诊断很重要,而且双眼都需接受相关检查。

● 青少年专场精彩观点

我们不做近视眼

南京医科大学眼科医院门诊部副主任蔡江怀

“据统计,未来五年,全球的近视患者约有25亿,占总人口数的三分之一左右。”蔡江怀主任表示,“近视大流行”已经成为人类不可忽视的问题。

她介绍,正常情况下,人的眼球应该是球状的,“出生之后,咱们眼球是比较扁小的,

之后便开始慢慢生长。正常情况下,变成球状时,咱们眼球就该停止生长。然而,错误的视觉刺激却导致眼球再次生长。”

现场,蔡主任用生动的图片向读者们展示了几种错误的用眼方式,包括在昏暗的灯下看书、走路看书、歪头看书、躺

着看书、坐车看书、长时间面对电子屏等。同时,她强调,户外活动过少是近视的一大诱因,而不少人却忽视了这点。

蔡江怀建议,在注意用眼卫生的同时,要加强体育锻炼、坚持做眼保健操。一旦眼睛出现问题,应及时去医院诊治,尽早治疗。

关注少年儿童近视高发问题

南京东南眼科医院小儿眼科主任夏博

“近视主要分为遗传性近视和疲劳性近视。”夏博主任介绍,除了少数高度近视与遗传有关,其他基本属于疲劳性近视。“如果看东西时需要眯眼睛、往前凑,就要引起重视了,这是近视的早期表现。”

现场,夏主任还为读者剖

析了近视的几点危害,“因为看不清楚,部分人表情呆滞、反应迟钝,不少孩子甚至对熟人‘视而不见’,易让他人产生误解。更重要的是,看不清投影和黑板严重影响学习效率,甚至打击部分孩子的自信心、自尊心,产生消极心理。”

夏博表示,超过80%处于

生长发育期的孩子患有不同程度的近视,并且每年有80度左右的加深。“青少年得了近视,一般有两种解决方案,一是佩戴度数精准的框架眼镜,二是佩戴‘量眼定做’的角膜塑形镜。等到成年之后度数稳定下来,部分人可以考虑做近视激光手术。”

儿童眼病现状与预防

南京爱尔眼科医院主任医师刘虹

乏正确的认识。

“常有患者问我,得了近视滴什么眼药水好,这种想法有很大的误区。眼睛累了你不让它休息,反而想靠药物使它继续工作,长此以往,视力怎么会好?”现场,刘主任多次强调,对于近视眼,预防远远大于治疗,“比起视力减弱之后的补救措

施,如何不得近视更值得大家关注。”

为此,刘虹特意告诉大家,什么样的状态才能让眼睛休息,“看5米以外的地方或是睡眠都是比较有效的方式。一般情况下,看书学习达到45分钟,就应暂时停下,让眼睛歇一会儿。”

角膜塑形技术矫治近视

美国麦迪格专家珍妮·比曼女士

“中国青少年的近视状况远比美国青少年严重得多。”珍妮·比曼的一席话,引发了在场读者的高度关注。她介绍,在欧洲,约有30%的青少年患有近视,美国的比例则在50%左右,而在亚洲,青少年近视患者比例却高达90%。

对于不少家长关心的角膜塑形镜,珍妮·比曼也简单地进行了介绍:“佩戴角膜塑形镜可以有效控制近视度数。举个例子,一位200度近视的7岁孩子佩戴之后,一两年之后,眼睛还是差不多度数。如果8岁开始停戴,度数增长趋势也与完全不佩戴有

较大差别。”

“在美国,佩戴塑形镜已经成为一种风尚。”珍妮·比曼表示,角膜塑形镜具有不少优点,它可以控制近视发展,矫正已经形成的近视并提升裸眼视力,“患者佩戴5到7天即可较大幅度地提升裸眼视力,且塑形镜技术成熟,安全可靠。”