

柳絮纷飞注意护眼

——访大同飞视眼科医院眼科医生毛传芳

本报记者 王芳



又到了柳絮满天飘飞的时节，杨柳飞絮不仅会引起呼吸道和皮肤过敏，也会引起眼睛过敏。与皮肤和呼吸道等敏感部位一样，空气中的各种刺激物也会让暴露在外的眼结膜“中枪”。临幊上，这个季节眼睛过敏的患者占到眼科病人的1/5以上。面对这烦人的柳絮，我们应该怎么办呢？记者日前采访了大同飞视眼科医院眼科医生毛传芳。

春季是眼疾多发的时期，许多病菌以及过敏原开始活跃，导致越来越多的市民在春季患上或复发眼部疾病，春季花粉、病毒和细菌在空气中传播，进入眼睛会导致一些炎症。其中多见的有结膜炎和角膜炎，而且角膜炎以病毒性角膜炎居多。

越揉越痒，眼药水不能乱用

毛传芳说，眼睛出现过敏症状后往往奇痒难耐，有的患者说“痒得恨不得把眼珠子抠出来”，许多人往往习惯性地用手去揉。殊不知，未清洁的手部皮肤可能沾着花粉、虫螨等致敏原，导致越揉越痒、越痒越揉，加重局部刺激和红肿不适。

此外，很多人不把眼睛过敏当回事，自己到药店随便买盒眼药使用，尤其喜欢用一些消炎的抗生素眼药水或眼药膏，却不知这些药物对缓解过敏症状没有作用，盲目使用反而可能适得其反，影响治疗。

面对柳絮，我们该做什么？

飞絮飘浮在空中时，会携带空气中的细菌、病毒和花粉，形成过敏原，然而每天都要出门，我们该做什么呢？

户外锻炼要选对时间。过敏体质的人要远离柳絮和花粉，最好减少外出，尤其是哮喘患者。要做户外活动及各种运



动项目时，尽可能选在柳絮指数最低的时候，比如清晨、深夜，或是雨后。

“武装”好后再出门。外出时尽量做好防护，易过敏的人在春季应少到公园等花粉、柳絮较多的地方或戴上口罩。戴眼镜可以减少眼睛受到影响的机会，所以不妨用有镜片的眼镜代替隐形眼镜，或是外出时带上太阳镜。骑自行车和电动车的朋友，出门的时候，最好围上纱巾或戴上墨镜，以防柳絮飞入眼睛，影响正常行驶。

柳絮进眼睛里怎么办？

毛传芳说，如果柳絮不小心进入眼睛，要按以下的方法处理：

1. 如果异物较小，刺激不大，反射性流泪会将其排出。

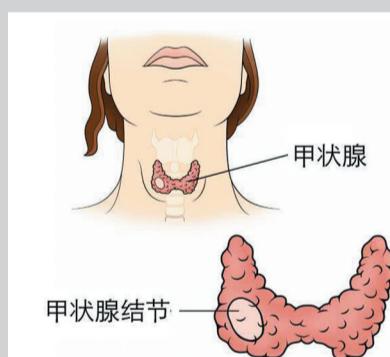
2. 若流泪不能排出，在保证无菌的前提下，请他人把上下眼睑翻开，找寻异物，用消毒棉轻轻擦出。

3. 若是已经钻进眼睛里，千万不要用热水敷，以免损伤角膜，可以用清水冲洗，把异物冲洗出来，如果没有把握，应及时到眼科医院处理。

最后，毛传芳提醒：关注眼睛健康，重视眼部保护，平时多了解和学习一些护眼的知识和常识。做到认识疾病、了解疾病、积极预防疾病，并且遵循“早发现，早治疗”的原则。

关于甲状腺肿瘤那些事儿

——访大同大学附属医院核医学科、甲状腺疾病专科主任耿建



李先生在体检中发现患有甲状腺结节，担心自己得了“癌症”，便四处求医，后就诊于大同大学附属医院核医学科、甲状腺疾病专科。该科主任耿建详细询问李先生的病史及体检情况，并结合相关辅助检查，最后确诊患者的“甲状腺结节”是良性的，建议采取保守治疗。另一位患者王女士也因患有“甲状腺结节”就诊于该科。经详细检查，耿建考虑患者甲状腺恶性肿瘤的可能性大，建议患者手术治疗。术后病理检查证实为甲状腺乳头状癌，术后恢复良好。由于患者发现和治疗的及时，术后多年复查，未发生癌症的复发和转移。耿建提醒，如果患者发现有甲状腺结节，要明确诊断，采取合适的治疗方式才是正确的选择。

由于人们对甲状腺相关知识的缺乏，认为一查出患有甲状腺结节就是“癌症”，所以对甲状腺结节的治疗存在误区。大同大学附属医院核医学科、甲状腺疾病专科主任耿建说，甲状腺结节是形态学的描述，甲状腺肿瘤可表现为甲状腺结节，但并非所有的甲状腺结节都是甲状腺肿瘤。

耿建说，甲状腺结节大多数为良性，良性者多为腺瘤，甲状腺彩超显示一般有清楚、完整的包膜，多为良性腺瘤。恶性者仅占少数，约7%~10%，个别患者有局部淋巴结转移的情况。甲状腺肿瘤的发生、发展与环境、性别、年龄等因素均有较密切的关系。

甲状腺肿瘤分类

甲状腺肿瘤根据其分化程度和生物学特征，分为良性和恶性两大类。根据肿瘤的组织学特点，又将良性、恶性肿瘤分成若干类型：

1. 甲状腺良性肿瘤

① 甲状腺腺瘤：滤泡状腺瘤，包括胚胎型腺瘤、胎儿型腺瘤、单纯型腺瘤、胶

质型腺瘤和嗜酸细胞型腺瘤；乳头状腺瘤与乳头状囊腺瘤；不典型腺瘤；增殖型腺瘤。

② 来源于甲状腺间质的良性肿瘤：包括血管瘤、纤维瘤、囊性畸胎瘤等，临床较少见。

③ 甲状腺囊肿。

④ 甲状腺恶性肿瘤

原发性甲状腺恶性肿瘤可分为7种：① 乳头状癌。② 滤泡状癌。③ 未分化癌。④ 髓样癌。⑤ 鳞状细胞癌。⑥ 甲状腺间质的恶性肿瘤，包括淋巴肉瘤、血管肉瘤、纤维肉瘤、骨肉瘤、恶性畸胎瘤。⑦ 甲状腺转移癌。

甲状腺肿瘤治疗

甲状腺肿瘤治疗分为两种，药物治疗和手术治疗。

1. 甲状腺激素治疗：口服甲状腺激素制剂能抑制垂体促甲状腺激素的分泌，减少促甲状腺激素对甲状腺腺瘤的刺激，从而使腺瘤逐渐缩小，甚至消失。可口服甲状腺片，均需从小剂量开始，逐渐增至最大维持量。老年

患者，特别是伴有心血管病患者，甲状腺激素的剂量应酌情减少。若患者在幼年时有过头颈放射治疗史，新近出现甲状腺结节迅速增大或发现颈部淋巴结肿大者，应以手术治疗为宜；如果没有上述现象，可采用甲状腺激素抑制治疗3个月，肿瘤体积明显缩小者，继续用甲状腺激素抑制治疗，如直径不能缩小50%的患者，再行手术切除，或者及早手术，以防恶变。

2. 手术治疗：目前，甲状腺恶性肿瘤的手术方式，多为患侧叶切除术或甲状腺次全切除术，术后患者应终身服用甲状腺激素替代治疗，这样不仅能补充术后甲状腺功能不足，同时能防止肿瘤的复发。

耿建说，甲状腺肿瘤的治疗因人而异、因病而异，不可同样对待，采取何种治疗取决于每个人的病情，在专业医师的指导下采取更合理的治疗措施，使患者受益更大才是最好的治疗方法。

锦秀

哪些人需要矫正牙齿

经常看到身边的小伙伴去矫正牙齿，却并不知道自己需不需要做牙齿矫正，今天就给大家科普一下，需要做牙齿矫正的这7类人，他们的牙齿都有什么特征？你也可以对照自查。

第一种：龅牙，龅牙是比较常见的一种，症状表现为牙齿前突。第二种：地包天，主要表现为下颌前牙咬在了上颌前牙的外面，牙齿咬合关系错乱，同时造成牙齿反颌的情况。第三种：偏颌，指上下颌牙中线不一致，会造成下巴歪，使得下半张脸不对称。第四种：深覆盖，上牙盖住下牙超过三分之一，嘴唇闭合或吃东西时下牙抵到上牙，容易引起牙痛，长期如此会导致严重下颌后缩。第五种：开颌，指的是上下嘴唇不能自然闭合，前牙或后牙在垂直方向上不能咬合，影响面部发育。

除了这几种比较特殊的牙齿畸形外，还有两种常见的情况也可以选择矫正，一种是牙齿拥挤，牙齿拥挤会妨碍牙齿局部的清洁，容易导致蛀牙、牙龈炎等疾病的产生，引起牙齿松动脱落。另一种是牙齿稀疏，牙齿稀疏容易嵌塞食物，压迫牙龈组织。虽然对于面部没有太大的影响，但却给牙齿清洁带来了很大困难，也建议矫正。

矫正牙齿不仅可以改善我们的牙齿排列、面形轮廓，更能调整我们上下牙齿的咬合关系，这对维护口腔健康来说至关重要。如果你担心是否错过了矫正时间，那我要告诉你，牙齿矫正的黄金年龄是医生建议的较为合适的矫正时期，但并不代表超过年龄后就不能接受正畸治疗。

广告信息

书荣齿科

国家资助窝沟封闭 涂氟指定医疗机构