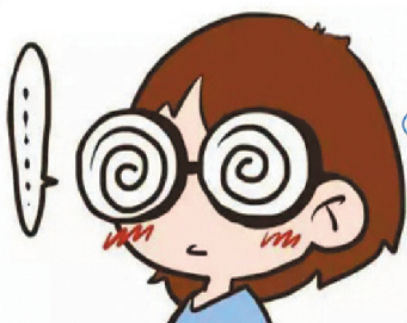


眼睛屈光参差需重视

——访大同飞视眼科医院视光师陈占先



左眼一百度，
右眼四百度？

本报记者 王芳

有些青少年去配眼镜，发现眼睛一只100度，另一只400度。为什么两只眼睛度数不一样？会不会有什么影响？记者日前就此采访了大同飞视眼科医院视光师陈占先。

陈占先说，有人在买鞋时会发现自己双脚的尺码不相同，还有的人酷爱网球、羽毛球，经常训练后发现自己的左右胳膊粗细不同；因此，双眼屈光状态不同，也是有很多原因的。我们需要分清什么情况是异常的，并及时引起重视。

两只眼睛屈光状态不一致，就是视光师所说的屈光参差。人们双眼的屈光状态普遍存在不同程度的差异，轻度的屈光差异对眼睛健康无大碍，但如果双眼差异过大——大于250度，就很可能带来很多视力问题。

首先是视疲劳，屈光参差超过250度，就已经超过了我们大脑所能耐受的最大限度。出现像差代表着人两只眼睛所看的东西是不一样的，这极易引发视疲劳。

其次是双眼视功能障碍，接着，由于

只有一只眼睛能看清目标，大脑完成双眼融像困难，极容易影响双眼的视功能。这会表现在孩子会出现阅读或注意力障碍，看东西不清楚、很容易流眼泪，无法长时间读书写字等。所以，一些孩子不爱学习，上课注意力不集中、成绩下滑，也可能是这个原因。

再次是弱视，对正处于视力发育阶段的孩子来说，两只眼睛度数相差太大，屈光度数更严重的眼睛发育就可能受影响，甚至因为大脑只识别另一只能看清像的眼睛，导致屈光度数严重的眼睛被长期“废用”，进而发生弱视。

陈占先说，我们会发现屈光参差所带来的后果，比单纯性近视带来的后果更严重。而且，屈光参差还有极端情况：孩子的一只眼睛正常，另一只眼睛视力差却并不影响他看东西，平时正常读书写字，家长们都没发现异常，其实很可能已经慢慢形成弱视了。这样的情况只要发现得早、干预得早，就有很大的机会避免弱视或双眼视功能障碍的发生。

建议家长们从小朋友1岁开始，就有

意识地去检查小朋友的屈光状态，每年筛查一次，3岁开始做更全面的眼科检查。

双眼度数不一样，极有可能影响到孩子的视力发育，因此，找到专业的眼科医院或者视光中心进行视力及双眼视功能的检查和治疗，在视光师的建议下正确配镜，尽量不让屈光参差影响孩子的视功能。

单纯的近视可以通过戴镜矫正，弱视或视功能障碍，则需做更专业的双眼视觉功能训练、遮盖治疗等来提高视力。

如果屈光参差出现在成人身上，最需关注的则是视疲劳问题——需要积极治疗，由专业眼科专家评估双眼视功能、像差大小、视力情况后制定矫正方案。

在日常生活中，视近物体时不要偏头看，所视物体应放置在双眼前，两眼同时注视，习惯性侧卧睡觉及不正确的握笔姿势都可能导致不同程度的屈光参差。

最后，陈占先表示定期到专业眼科医院或者视光中心，进行全面的视力检查很有必要，特别是视力处于发育阶段的孩子。

老年人警惕下肢动脉硬化闭塞症

——访大同大学附属医院肿瘤微创血管外科主任王宏业

牙齿矫正的误区

关于牙齿矫正，大家最关心的应该是这些问题：“如何选择矫正方式、需要多长时间、怎样才能保证安全有效等”我们今天就来聊聊这些和牙齿矫正有关的问题。

如何选择矫正方式？无论隐形牙套还是金属牙套，最终的矫正方式主要取决于患者本人的情况，以及医生的方案诊断设计方案，选择适合的治疗工具加上患者良好的配合，就会达到良好的治疗效果。隐形牙套适用于对美观要求高、不能按时复诊，对金属过敏者。而金属牙套就比较适合配合程度欠佳的部分青少年患者，以及牙齿情况较复杂的案例。

矫正牙齿的时间一般要多久？这也是正畸的小伙伴非常关心的一件事。正畸的疗程一般在两年左右，但根据每个人年龄、严重程度、牙齿对治疗的反应等因素，治疗时间也会有所不同。一般来说，只要能正畸医生合作良好，按时复诊，保持口腔卫生健康，保护矫治器不损坏，正畸治疗的效率就能大大提高。

矫正牙齿需要拔牙吗？是否拔牙需要看患者的具体情况而定。通常做矫治前都要进行检查，根据检查结果，制定一个相对详细的治疗方案，矫治因患者的具体情况而采用不同的方法。

佩戴牙套期间需要注意些什么呢？佩戴牙套要注意饮食及口腔维护，矫正期间应尽量减少甜食的摄入，少喝碳酸饮料，少吃硬、黏的食物，认真刷牙并辅以牙线及间隙刷等口腔清洁用品彻底清洁口腔。如果发现托槽脱落，一定要妥善保管，及时就医。矫正牙齿很重要，但也别忘了关注口腔卫生。

广告信息

书荣齿科

国家资助窝沟封闭、涂氟指定医疗机构



夏天到了，天气明显热起来，退休的张师傅却觉得腿脚越来越凉，两只脚像泡在冷水里一样，尤其走路稍微多一点，小腿就疼，停下来休息后，腿疼能缓解点，但走不了多远，又开始疼。张师傅以为是腰腿疼痛，跑了几家医院，吃了不少药却不见好转。随后，他来到大同大学附属医院肿瘤微创血管外科就诊。经该科主任王宏业诊断，张师傅患上了下肢动脉硬化闭塞症，他的腰腿疼是因双下肢动脉血管堵塞引起的，在老年人中十分常见，但很多老年人却把它当做普通的腰腿疼痛去治，反反复复，效果不好。

王宏业介绍说，下肢动脉硬化闭塞症是由于下肢动脉粥样斑块形成阻塞血管后引起下肢供血不足的疾病，该病多发于70岁以上老年男性，吸烟、糖尿病、高血压等人群高发。随着社会生活水平的提高和人口的老龄化，该病的发病率有增高趋势。该病危害极大，轻者常出现下肢跛行、皮肤温度降低、疼痛、骨质疏松、肌肉萎缩、皮肤坏死，严重者肢体坏死，常常需要患者截肢挽救生命，给其生活带来极大的痛苦。

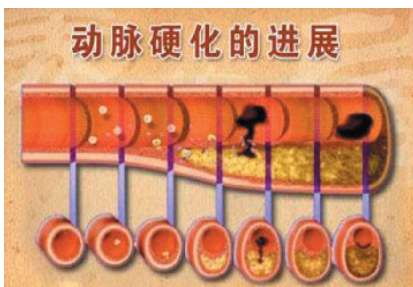
患上了下肢动脉硬化闭塞症，有什么临床症状呢？王宏业说，下肢动脉硬化闭塞症最常见的临床表现为小腿和双脚颜色、温度和“脉”的变化，双腿皮肤的颜色发白、发紫紺；皮肤温度明显低于正常；重点为双小腿的动脉搏动——“脉”，会出现明显的减弱，严重者甚至消失。

王宏业介绍说，动脉病变中较常见的检查方法是做彩超，可以对大部分动脉疾病进行检查，而对病情判断最准确的是动脉血管造影，它可以精确显现血管的病变部位、程度、范围等情况，并动态观察病变

处血流的情况，为制定治疗计划提供依据。患上下肢动脉硬化闭塞症后，下肢动脉血管造影检查可显示患者下肢从大腿到脚的动脉血管都会出现病变，原本应该光滑、通畅的动脉血管可能堵塞不堪，严重时，患者部分小腿动脉甚至会出现已经完全闭塞的状态，小腿动脉出现血流极差情况。

如何治疗下肢动脉硬化闭塞症？王宏业说，以药物治疗为主，倡导综合治疗。如果病变达到严重的程度，则需要手术治疗。手术治疗包括微创支架介入和人工血管搭桥手术，其中介入手术创伤小、无痛苦、恢复快，已成为治疗的最主要方法。介入手术是在大腿的根部用特殊的穿刺针穿一个小眼，从这个穿刺眼放入一些特殊的导丝和导管，在X线的监视下，到达病变血管，用球囊将狭窄动脉扩张，然后用动脉支架支撑狭窄部位，达到治疗的目的。如果患者病情无法行支架介入治疗时，则必须进行人工血管搭桥术。

王宏业提醒说，对于下肢动脉硬化闭塞症，要以预防为主，科学健康的生活方



式和良好的生活习惯可以极大地降低发病的风险。具体而言，第一要戒烟；第二要低盐、低脂、低糖的清淡饮食，并多食用新鲜蔬菜、水果等富含维生素的食物；第三要科学地健身锻炼，控制体重。锻炼等于让血管做体操，可以增强血管的弹性，防止血管老化；第四要善于调整情绪，避免长期精神紧张压抑；第五，要注意保暖，但不可用暖水袋暖脚或热水泡脚，以防止部分患者可能因皮肤感觉减退、对热不敏感而发生烫伤。

锦秀