

# 儿童近视防控 家长莫入误区

——访大同飞视眼科医院视光师苏丹

本报记者 王芳



近日,上小学二年级的军军告诉妈妈,自己看不清楚黑板上的字。这么小就近视了,可怎么办?军军妈非常着急,当天就带孩子到大同飞视眼科医院做检查。检查后发现孩子已经近视200度,妈妈接受不了这个现实,不想让孩子这么小就戴眼镜。但是,不戴眼镜的话,会让孩子的近视度数长得更快。

“家长对于孩子近视的认知误区,往往成为孩子近视度数不断加深的主要因素。”大同飞视眼科医院视光师苏丹表示,家长对近视认知的这堂课需要加强,下面这些认知误区,很多家长都曾遇到。

**误区一:孩子裸眼视力不到1.0,需要立即矫正** 实际上,由于儿童青少年时期,眼睛处于发育状态,各年龄阶段儿童青少年屈光发育状态与视力也是不同的,3—6岁正常视力参考值应该0.6—1.0,7—12岁正常视力参考值应该0.8—1.2,13岁以后正视化完成,视力处于稳定状态。

**误区二:近视不是病** 近视就是一种病。按近视程度可以分为:轻度近视眼(≤300度),中度近视眼(300—600度),高度近视眼(>600度)。中低度的近视只需要配戴眼镜,但是高度近视时,眼轴过度增长,会带来很多并发症,严重者甚至会失明。研究显示,800度以上的高度近视并发视网膜病变的风险提高40%,如视网膜脱离、视网膜脉络膜萎缩、黄斑出血、黄斑裂孔,这些视网膜的疾病会导致视力的不可逆损害。

**误区三:眼镜戴上就摘不下来,度数会越来越深** 近视度数增长是必然的规律,如果近视不戴眼镜矫正,孩子用眼会更容易疲劳。配戴合适的眼镜之后,孩子的眼睛不会时刻处于调节的疲劳状态,而眼镜就像挑水用的扁担,会减轻眼睛的负担,进而起到延缓近视度数进展的作用。

**误区四:配镜时度数配低一点,近视增长速度更慢** 如果儿童青少年配镜度数偏低,戴上眼镜之后,在看远处的物体时,仍需要努力调节才能看清楚,长时间下来眼睛更易疲劳,反而容易使近视度数增加。

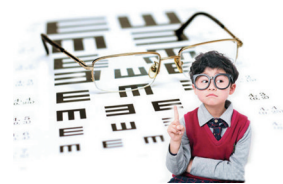
**误区五:赢在起跑线** 孩子的眼睛从0到5周岁是一个重要的发育期,过度早教,过多近距离用眼,会伤害眼睛的发育。过去幼儿园几乎没有近视眼,但现在有的大班里面有超过5%的孩子有50度及以上的近视,而在一些从小弹钢琴的孩子中尤其突出。

**误区六:只是假性近视或轻微近视,暂时不用管** 大部分孩子近视刚开始本是可以避免和可以恢复的,但是被家长“拖”出了毛病。很多家长都是在孩子说“看不清黑板”了,才对孩子的视力开始重视起来。

然而,等到了孩子连黑板的字都看不清,基本上就要配戴200度左右的眼镜了,更有个别孩子近视度数高达500多度……

苏丹说,每天来飞视眼科医院及视光店配镜的孩子很多,而且越来越低龄化。近视度数不是一天长起来的,近视防控是越早越好,所以家长朋友们可以在孩子3岁的时候带孩子来医院建立屈光发育档案,这样才能及早发现问题,预防问题。另外,家长一旦发现孩子眼睛不适,应及时到医院或者视光店进行检查。

**温馨提示** 保护视力健康,除了注意用眼卫生及各种视力保护措施外,也应注意眼营养的补充,其中叶黄素的摄入很重要。叶黄素是维持视细胞和视神经的正常视觉功能的重要元素,是一种性能优异的抗氧化剂,叶黄素存在于人体眼部所有组织中,其中以视网膜黄斑区浓度最高。科学研究发现,视网膜中叶黄素浓度越高,视觉敏感度越强。由于叶黄素人体无法自我合成,而正常饮食情况下,营养供应不足,必须通过外界摄入来补充,所以建议每年服用一个阶段的叶黄素来保护眼健康。



## 这位高龄老人终于解决了排尿难题

——访大同大学附属医院泌尿外科主任宫文字



对高龄老人而言,一次手术就是一场生死考验。近日,大同大学附属医院为一位97岁的高龄老人成功实施了经尿道前列腺钬激光剝除术,仅仅40余分钟,彻底解决了老人无法排尿的难题。后在该院医务人员的精心医治下,老人顺利康复出院,目前身体恢复状况良好。

1924年出生的赵爷爷,家住我市平城区,虽然年事已高,但是精神好、腿脚健,平时生活基本能自理。两年前,赵爷爷因前列腺增生严重出现了排尿困难,甚至无法排尿的问题。因为年龄太大了,他本人及亲属都愿意采取插尿管的办法来解决无法排尿的问题,因而到医院留置了尿管。从此以后,赵爷爷的生活一下变得极为不便,因插尿管带来的不适,时时刻刻在折磨着老人,亲属也是看在眼里,急在心上。之后,赵爷爷的亲属几乎跑遍了各大医院泌尿科,都是认为老人年龄太大,手术风险太高,不建议手术治疗。

最近一周,赵爷爷排尿出现了新问题,每天尿管里都会排出大量的脓血性尿液,恶臭难闻,而且赵爷爷下腹部剧烈疼痛,卧床不起,十分痛苦。经人介绍,赵爷爷的亲属将其送到大同大学附属医院急诊治疗。经彩超、化验尿等检查,诊断发现,赵爷爷不仅患有前列腺增生,而且还因为常年带尿管,出现了膀胱、尿道的严重感染,并且伴有膀胱内巨大结石、前列腺出血等多种泌尿系疾病。

怎么办?犹如一道考题,摆在了该院泌尿外科主任宫文字面前:简单的输点儿消炎药,或许可以改善目前的情况,但是对患者来说,这肯定不是最佳的选

择。有没有办法让患者摆脱尿管,自己排尿呢?这样既从根本上解决了患者排尿的痛苦,而且也能大大改善患者的生活质量。

“这是一位97岁高龄的患者,其心、肺、脑等重要脏器的功能储备差,手术风险极高,我们要做到的不仅仅是保证手术的顺利完成,更需要关注的是避免术前、术后的各种并发症,所以制定详细的治疗方案至关重要。”宫文字在对患者进行认真细致的检查时说道。

令人棘手的是,患者的检查结果显示,其肝肾功能不佳,色素也明显低于正常值,这对患者来说,手术本身和术后恢复都是很大的挑战。再加上高龄患者对麻醉耐受差,麻醉风险也非常大。如果不手术,患者就会反复发生泌尿系统感染、忍受膀胱结石带来的刺激症状,长期的出血会让患者本就造血功能不足的低色素性贫血难以改善,甚至因此影响寿命。

经过反复的和患者以及患者亲属沟通病情,患者和亲属一致表示,要手术治疗。最终,宫文字为患者量身定制了手术治疗方案——经尿道前列腺钬激光剝除术。

为确保医疗安全,在该院副院长何引飞,医务科科长王慧萍的协调下,组织了全院相关科室讨论、会诊患者病情。

在充分做好手术准备后,在麻醉科的严密监护和协助下,由宫文字操作进行经尿道前列腺钬激光剝除术,手术过程十分顺利,历时仅40余分钟,出血量不足30毫升。

经过4天的住院治疗,患者身体渐渐康复了,精神也比过去好转了许多,顺利出院。出院前,医生为患者拔除了尿管,患者排尿通畅了,手术彻底解决了困扰患者的痛苦。

宫文字介绍,前列腺增生是以老年男性夜尿增多、排尿困难甚至无法排尿为主要症状的疾病,有些患者会合并发生膀胱结石、反复血尿和尿路感染,甚至损坏肾脏,这都需要手术治疗。经尿道前列腺钬激光剝除术,是近年来该院泌尿外科率先在大同地区引进、开展的一项微创治疗前列腺增生的技术,积累了丰富的经验,现在已成为该科的常规术式。其优点是,无切口、出血少,术后没有明显疼痛感,身体恢复快,特别适合高龄老年患者及合并高血压、糖尿病、心脏病等多种疾病的患者。

宫文字提醒老年男性朋友,前列腺增生是完全可以治愈的疾病,一旦发病切勿拖延,要及时治疗,以提高生活质量。

锦秀

## 成年人矫正牙齿 这些一定要知道

成年人做牙齿矫正总是担心:“矫正到底好不好?值不值?”“年龄大了,是不是矫正效果就不好了!”别担心,今天就来聊聊大家关心的成年人牙齿矫正问题。

首先,年龄大还能做牙齿矫正吗?当然可以。很多朋友往往到了一定年纪,发现牙齿问题很多。这是因为牙齿不齐更容易导致食物残渣塞缝,影响牙周健康。首先必须纠正一点,牙齿正畸不分年龄,矫正不是小孩子的专利,无论你是十八还是二十八、三十八,都可以做矫正。

其次,也是大家很关心的一个问题:矫正后牙齿会松动吗?当然不会,牙齿松动是由于牙周炎等疾病引起的,而非牙齿矫正。在矫正过程中牙齿受到牙套的作用力而移动,会出现一定的生理性动度,正畸治疗加力停止后便不会感到牙齿的动度。矫正牙齿并不会导致牙齿过早脱落,正确的矫治,相反有利于牙齿的坚固。

矫治过程会不会很疼痛?其实移动牙齿的正畸力是十分轻微的,会在初次佩戴矫治器以及每次复诊后,感觉牙齿有点“紧”。成人大约会有一星期左右的隐痛,这是正常的,无需特殊处理亦无需服药。当然了,不同的矫治器所带来的佩戴舒适感也略有不同,可以根据医生的建议进行选择。

最后一个问题,牙齿矫正值不值?答案是当然值!一次矫正,终身受益,不仅能够改善颜值,更重要的是更有利于牙周健康的维护,牙齿排列整齐后更方便清洁,可以预防龋齿和牙周病。

广告信息

**书荣齿科**  
国家资助窝沟封闭 涂氟指定医疗机构