

儿童近视防控 家长莫入误区



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。

——访大同飞视眼科医院视光师苏丹

本报记者 王芳

“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，度数会越戴越深 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，长时间下来眼睛更容易疲劳，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，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剜除术，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。

令人棘手的是，患者的检查结果显示，其肝肾功能不佳，血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。但如果不开刀，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身就造血功能不足的低血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剜除术。

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剜除术，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剜除术，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：矫牙后牙齿会松动吗？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。

最后一个问题是，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，最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 漱剂指定医疗机构