



# 一觉醒来解除戴镜烦恼

——访大同飞视眼科医院视光部主任杨洋

本报记者 王芳

上周，在大同飞视眼科医院又有5位患者验配了角膜塑形镜，不仅在白天免去戴眼镜的烦恼，而且还能控制度数增长过快，很多小患者在复查时表示配戴角膜塑形镜非常方便。据了解，自北京眼科医院徐丽大夫每月定期坐诊以来，该院已经为100多位小患者验配了角膜塑形镜。

角膜塑形镜该怎么戴？如何才能在控制近视的同时，减少它带来的风险呢？关于角膜塑形镜大家关心的问题，记者日前采访了大同飞视眼科医院视光部主任杨洋。

杨洋是国家二级验光技师，从业8年有余，2017年在北京同仁医院东区负责角膜塑形镜验配及售后服务工作。擅长青少年近视防控项目、疑难配镜、角膜塑形镜验配。

杨洋说，在近视防控过程中，角膜塑形镜需要在夜间使用，因为会接触角膜，所以大家担心它会伤害眼睛。

## 什么是角膜塑形镜

杨洋介绍说，角膜塑形镜是一种硬性的隐形眼镜，直径大概11毫米，它是通过特殊的逆几何设计，重新塑形角膜，压平中央区角膜，达到近视矫正和控制的目的。

角膜塑形镜使用高透氧材料，并且经过适应期，配戴者会良好地适应角膜塑形镜。所以，孩子可以戴着睡觉，不会产生不适。

## 如何达到矫正目的

角膜塑形镜可以对角膜进行重新塑形，让中央角膜变平，以此达到降低度数的目的，这个原理跟我们的激光近视手术类似。但它跟激光近视手术不同的是，角膜塑形镜的塑形过程是可逆的，停戴3—4周后，角膜会基本恢复配戴之

前的状态。

角膜塑形镜在通过压平中央区角膜，降低近视度数的同时，中央区的角膜组织会移行到周边部，形成一个“隆起”的环，这个环叫做“离焦环”，可以改变进入眼内的光线走向，达到近视控制效果。

角膜塑形镜只要在正规医疗机构验配、定期复查、按要求进行护理和摘戴都是安全的。

## 什么年龄可以配戴

杨洋说，8周岁及以上均可配戴角膜塑形镜。目前认为-5.00D及以下的，效果较好；-5.00D到-6.00D之间的，要综合考虑角膜的情况；-6.00D以上的，需要严格试戴评估，有较大的可能无法完全矫正。

杨洋特别提醒：针对一些近视度数较高或增长较快的孩子，如果想在8周岁

以下开始配戴角膜塑形镜，必须与专科医生详细沟通后才能决定。

## 角膜塑形镜摘戴难吗

角膜塑形镜的摘戴护理并不难，10周岁孩子很多都可以自己摘戴。但因为角膜塑形镜价格高，需要接触角膜，所以在刚开始摘戴时，家长和孩子都有较大的心理负担，等到逐渐熟练后，双眼戴上角膜塑形镜的时间在3分钟左右。

杨洋表示，配制角膜塑形镜要找专业的眼科医疗机构、专业的医生进行验配，选择正规的，经过CFDA认证的角膜塑形镜品牌。要充分和眼科医生交流，通过详细检查和试戴，科学评估是否可以验配。要严格按照眼科医生和视光师的要求，护理摘戴角膜塑形镜，发现有任何问题，及时复查，保证配戴期间的安全。

# 正确认识“老烂腿”

——访大同大学附属医院肿瘤微创血管外科主任王宏业



近来，李师傅越来越发愁，前几年他左侧小腿出现了静脉曲张，后来患处皮肤破损了一小片，形成了一个“小坑”。而且，随着病情逐步严重，这个“坑”越来越深、越来越大。大同大学附属医院肿瘤微创血管外科主任王宏业介绍说，李师傅所患疾病为下肢静脉性溃疡，俗称“老烂腿”，是外科中的常见病、多发病。

大同大学附属医院肿瘤微创血管外科主任王宏业介绍，“老烂腿”是因下肢血管、淋巴系统出现病变所引起，一般包括脉管炎、糖尿病、下肢静脉曲张、深浅静脉炎、血栓性深静脉炎，淋巴管阻塞等多种疾病，发展到晚期出现的并发症，其中以下肢静脉曲张为最常见的病因。“老烂腿”形成的溃疡常见于患肢的小腿内侧、胫后、外侧、胫前、踝部等部位，溃烂面大小不等，发作时先痒后痛，继则破溃形成溃疡创面，创面的颜色多为灰白，周围皮肤一般为暗红或紫黑，严重的溃疡可影响肌肉和骨头，导致骨感染以及皮肤癌，最后需要截肢。“老烂腿”特点是经久难治，难以收口，或虽经治疗后收口，但易因损伤而复发，溃疡周围皮肤受影响，发生萎缩，颜色发黑，引起湿疹，感到瘙痒，有的患者几年、十几年久治不愈。

王宏业认为，“老烂腿”的治疗需要改善下肢的血液循环，减少溃疡面周

围的水肿和血液的淤积，增加溃疡局部的营养，这样才能从根本上治疗“老烂腿”。对于“老烂腿”患者，该院采取微创手术+高压氧联合治疗方法，一方面通过手术纠正患者下肢血液的瘀滞状态，改善溃疡面的局部血液循环，另一方面通过高压氧提高全身和溃疡面局部的氧供，内外联合、标本兼治促使溃疡面愈合，治疗周期明显缩短，治疗效果也十分理想。

治疗大于预防。王宏业说，对于“老烂腿”应该积极预防：

- 避免久站、久坐等一个姿势。人体长期静止站立或坐位时，血液因重力作用，使下肢静脉瓣膜所承受的压力较大。小腿肌肉处于相对松弛的状态，静脉管腔内血液排空不良，瓣膜持续承受较大的压力，当压力大于瓣膜所抵抗的压力时，静脉内的血液异常返流并逐渐加重，最终使局部静脉淤血加重。因此，要避免久站久坐，应适当休息、活动。

2.患者对“老烂腿”应该重视。一旦发现，患者要早期就医，明确诊断和治疗，维护改善静脉回流通畅，清除组织淤血。如患有静脉溃疡史、深静脉血栓性静脉炎和静脉瓣膜功能不全者，更应积极治疗，防止病情发展和加重。

- 抬高患肢，促进下肢静脉血液回流。患者要适当休息并抬高患肢，以便促进患肢血液回流，减轻患肢肿胀及预防小腿溃疡。患者每天要抬高患肢3~5次，每次半个小时为宜。同时，患者要经常散步，以改善患肢血液循环。

- 防止腹腔内压长期升高。腹腔内压力升高会影响下肢静脉血液回流，引起下肢静脉压力升高，增加了静脉瓣膜的破坏或加重静脉瓣膜的负担，因此要积极治疗会导致腹腔内压增高的疾病。

- 预防外伤。因静脉迂曲，血管壁极薄，易损伤破裂出血，因此应注意保护患肢，避免出现外伤、冻伤或虫咬伤口，若患有湿疹应及时治疗。

锦秀

# 牙齿矫正的速度能快点吗？

有不少想矫正牙齿的人都会觉得，1.5~2年的矫治期太久，希望能缩短治疗时间，告诉医生他们不怕疼痛，要求医生加大矫正力度。然而，牙齿矫正可不是速度越快越好，一味地追求效率，有时候等同于放弃效果。

先来看看决定牙齿矫正时间的因素有哪些？第一，年龄。成年人和未成年人在牙齿矫正上有很大差别，儿童处于生长发育期，骨代谢快，做矫正就比较容易，而成人骨骼发育已经成熟，矫正则较为困难。同时，成人多少都存在口腔健康问题，比如牙龈炎症、牙龈萎缩等牙周病以及龋齿、缺牙等。这些问题经过治疗后，才能开始矫正，所以成年人矫正时间相对会较长一点，因此牙齿矫正还是越早越好。

第二，口腔状况。对于轻微的牙齿歪斜等情况，牙齿的矫正周期相对就比较短，而那些口腔状况十分复杂的矫正周期就会比较长，矫治器配戴的时间也会较长。如果口腔健康状况不好，患有牙周疾病，还需完成牙周病的治疗后再进行矫正。

加大力度就可以缩短时间吗？答案是：不行。牙齿必须在适宜的矫治力作用下才能被顺利地移动，力量过大则可能发生牙周组织损伤。而牙周组织损伤过后还需要进行修复，这样反而延长了牙齿矫正时间。如果要求速度更快的话，可能会引起牙齿疼痛感加强，进食困难等不良情况。

所以，牙齿矫正急不得要相信现在的等待，一定能换来更好的结果。

广告信息

书荣齿科

国家资助窝沟封闭、涂氟指定医疗机构