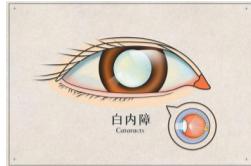


白内障不用等“熟”了再做

——访大同飞视眼科医生连志宏

本报记者 王芳



“连大夫，现在这上面的小字我都能看清楚了。”在大同飞视眼科医院三楼准备出院的李阿姨激动地对连志宏医生说。

“李阿姨，您这个手术前几年就可以做了，为什么拖到现在呢？”

“以前听说白内障手术要等‘熟’了再做，我后悔手术做得晚了。”

大同飞视眼科医生连志宏说，在日常接诊中，会遇到不少老人对白内障眼病的认识有误解，耽误了疾病的治疗。

误区一：人老了，视力不好也正常。

很多老人认为自己老了，视力就会不好，看不清也正常。其实老年人应该摒弃“讳疾忌医”的错误理念，定期到医院进行眼科检查，尽早发现问题才能尽早治疗。事实上，白内障手术远没有想象的那么复杂，通过一台五分钟左右的手术，大部分白内障病人术后第一天就能获得较好的视力。

误区二：白内障得长“熟”了再做

连志宏说，这是陈旧的白内障手术理念啦！自从我国上世纪九十年代开始引进并推广超声乳化手术以来，白内障要等

“熟了”再做这种观点已经落伍了。

白内障长得越熟越硬，超声粉碎所用的时间和能量越多，对眼睛的破坏越大，手术风险也越大。所以白内障手术要早一点做为好，只要影响生活，就可以考虑手术了。

一般的标准是，白内障患者视力降低到0.3~0.5，就可以考虑手术。也有一些特殊要求的患者，虽然视力比0.5要好，但白内障的程度已经影响工作、学习、驾驶汽车等日常行为，也可以尽早接受手术。

误区三：岁数大了就不用做手术了。

无论在城市还是农村的老人，传统思想导致老人们虽然特别担心自己的健康，但是怕花钱，也怕给孩子添负担、耽误孩子的时间，所以有病能忍则忍。

临幊上，很多老年人由于一直拖着不做手术，白内障太重，导致视物不清、上下楼梯跌倒、生活质量下降、独立生活困难，反而成为子女的负担。还有些中老年人在白内障膨胀期未及时诊治，引起了青光眼等其他眼病，失去了手术的最佳时期，视力视野挽救不回来，反而给家人带来了

更多负担与愧疚。

接受手术后不仅视力提高，生活质量明显改善，还可降低跌倒或者其他意外伤害的风险，减少对家人的依赖。

做白内障手术很简单，大多数人身体情况都能耐受，年龄也不是问题。

误区四：眼睛太重要了，担心做坏，不敢手术。

白内障手术是外科手术中预后效果最好、技术发展最成熟的手术之一，手术很快，基本没有痛苦，不用紧张。

有些人手术后效果不理想，往往是因老人眼睛还有其他影响视力恢复的疾病，比如眼底的黄斑变性、严重的糖尿病或者血管阻塞引起了眼底出血，如果伴随这些眼病，还需要与内科及眼底疾病的医生共同协助诊治，进行后续的治疗。而且该院每周都会邀请北京知名眼科医生开展白内障手术，已经为很多老人重新带来了明亮。

误区五：听说做白内障手术后还会复发，要不要晚点做？是不是做了也白做？

连志宏说，白内障手术也就是吸除混



浊的晶状体、植入新的透明的人工晶状体，术后不会再长出一个新的白内障出来，所以不会复发。

但有些人、尤其是年轻人白内障术后早期视力挺好，过了一阵子又下降了，其实不是又长了白内障，而是手术时保留的晶状体的后囊膜混浊了，打个激光不到一分钟就治好了。有些人也有可能是眼睛出现了其他眼病如眼底病、角膜病、葡萄膜病等，需要尽早诊治。

连志宏说，白内障是常见多发的疾病，眼睛不舒服的时候要及时到医院进行诊治，相信医疗技术，相信医生，许多眼部疾病通过早期治疗是可以获得并保留良好视力的。

如何用中医调理糖尿病肾病

——访大同大学附属医院中医肾病科主任刘水清

糖尿病肾病是糖尿病最严重的慢性并发症之一，由糖尿病微血管病变所引起。大同大学附属医院中医肾病科主任刘水清说，随着糖尿病患者病程的延长，有30%~40%的患者会发展为糖尿病肾病。糖尿病肾病早期干预极为关键，尤其是采用中医治疗糖尿病肾病会有很好的效果。



今年56岁的张先生，2015年就被诊断为Ⅱ型糖尿病、高血压，一直皮下注射胰岛素和口服降压药来控制病情，但血糖血压均控制不佳。一年前，张先生发现尿中有泡沫，并且还有腰酸乏力、夜尿增多的症状。他去医院检查，查血肌酐超过了标准值130微摩尔每升，达到了200微摩尔每升。在随后的几个月里，张先生的病情逐渐加重，虽到多家医院治疗，但病情一直得不到有效缓解。4个月前，张先生经人介绍来到大同大学附属医院中医肾病科就诊。刘水清说，当时患者面色萎黄，舌质淡苔薄腻，脉细滑，腰部酸困乏力，夜尿多，每晚3~4次，双下肢略浮肿。查患者血肌酐为572微摩尔每升，尿素氮为26毫摩尔每升，尿蛋白有三个加号。西医诊断患者为糖尿病肾病五期、高血压病二级，已经进入尿毒症早期。中医诊断患者为消渴、糖尿病肾病，中医辨证其病症为气阴两虚、湿瘀阻滞所致，应以益气养阴、活血化湿为治疗原则。依据此原则，刘水清对症为其开出中药方。患者服用中药20剂后，腰

困乏力的症状减轻了，夜尿也减少了，每晚1~2次，双下肢水肿消失。复查血肌酐，患者已降到500微摩尔每升以下，尿素氮21毫摩尔每升，尿蛋白两个加号。病情的好转，表明患者气血渐渐恢复，刘水清继续用原来的药方为患者治疗。半个月后，患者的精神状态良好，面色渐渐红润，但仍稍感到腰困乏力。随后，刘水清在原来药方的基础上加活血化瘀药物，继续治疗两个月后，患者病情稳定，精神、食欲均好转，腰困乏力的症状消失，双下肢再无水肿出现，复查血肌酐为415微摩尔每升，尿素氮为20毫摩尔每升，尿常规一个加号。目前，病情缓解的张先生仍在继续随诊治疗中。

刘水清说，糖尿病肾病以肾小球硬化为主要的病理特征，中医常结合尿蛋白定量和肾功能损害程度进行诊断来分型分期，再按照中医辨证论治的理论进行有效的早期干预。患上糖尿病肾病，要尽量在出现临床蛋白尿之前进行治疗，可有效控制病情发展，改善患者生活质量。

锦秀



儿童牙齿涂氟 防龋齿

龋齿的发生是一个不可逆的过程，许多爸妈在发现自家宝宝有龋齿后，才会想到寻求口腔医生的帮助，而这时候孩子的牙齿已经受到了损伤，并且也不可能完全恢复到原来的样子，所以儿童龋齿的预防至关重要，涂氟是预防龋齿简单又有效的方法。

涂氟是怎么一回事？牙齿涂氟，就是用一种含氟的物质，对每一颗牙齿表面进行氟化处理。这是一种非常有效的预防龋齿的方法。一般3岁左右的儿童就可以开始涂氟了，但不能一概而论，还是要听牙科医生的建议，根据孩子的具体情况来定。

涂氟保护牙齿，我们知道，蛀牙就是牙齿被细菌所产生的酸性物质腐蚀而形成的，而涂氟使用的氟化物能使牙齿坚固、不易被腐蚀。氟化物可以渗入牙齿表面，提高牙齿抗酸能力，增加牙齿的抗腐能力，从而巩固牙齿，使它们变得坚固，不易被酸性物质腐蚀溶解。

氟是安全的吗？很多家长有疑虑，害怕涂氟对孩子有害。事实上，牙医把涂氟保护剂涂在牙面上，只是做短暂的停留，不会对孩子造成伤害，家长们可以放心。

书荣齿科是国家卫健委综合干预项目指定单位，为3~6岁的儿童进行免费涂氟，家长们只需携带户口本前往书荣齿科即可，及早给孩子的牙齿涂氟，穿上“保护衣”才能有效防龋齿。但是涂氟之后并不代表就不会蛀牙了，依然要让孩子保持良好的口腔卫生，坚持早晚刷牙，定期检查牙齿。

广告信息

书荣齿科
国家资助窝沟封闭、涂氟指定医疗机构