

眼睛疼痛原因几何？

——访大同飞视眼科医院眼科医生刘红梅

本报记者 王芳



生活中有很多原因都会导致眼睛疼痛，比如用眼过度、眼部病变等。大同飞视眼科医院眼科医生刘红梅提醒，轻微的眼睛疼痛，休息一会儿就会有所好转，但如果眼睛经常疼痛就要引起警惕，避免眼部病变的发生。

刘红梅说，眼睛疼是许多人都会有过的一种情况。眼睛疼的原因主要有以下几种：

1. 用眼疲劳。眼睛长时间超负荷工作而得不到休息而产生酸痛感。如果闭上眼睛会有明显的舒畅感，这就说明用眼

过度了。

2. 我们身体温度不正常的时候，也就是发烧的时候大部分会引起眼睛酸痛。这个时候的酸痛感会随着体温的正常而消失。

3. 我们的眼睛进入异物，或者被某些东西划伤眼睛，我们都会感觉到眼睛异常的疼痛而受不了。

4. 眼睛患有散光、近视、远视等眼疾，如果得不到很好的处理(现在的处理方式大部分是佩戴眼镜)，时间长了也会造成眼睛酸痛，而且大部分都是间歇性的。

5. 偏头痛及颞动脉炎等疾病也会引起眼睛酸痛。

6. 结膜炎、红眼或是上下眼睑、角膜及位于眼球后面的视神经等任何一个部位发炎是引起眼睛痛的普遍原因；眼睑上有任何毛囊受到感染，或是麦粒炎，则是造成眼睛酸痛的另一原因。

7. 带状疱疹蔓延到眼睛里，会引起眼睛极大的疼痛，甚至有失明的危险。而且这种情况前期也没有什么症状，只有后期才会有典型的溃疡出现。

8. 青光眼也可能引起眼睛酸痛、胀痛、困痛。青光眼就是因为眼压增高造成的，结果会导致压迫视神经，在这个过程中眼睛会出现酸痛的感觉，所以尽快的进行治疗，延误治疗会有失明的可能。

不同原因导致的眼睛疼痛有不同的治疗方法。刘红梅强调，患者如果眼睛不适，应及早来医院就诊，查明原因对症治疗。门诊中，一大部分人眼睛疼是由于长时间使用电子产品，引起眼睛疲劳、干眼症造成的。刘红梅建议，可以进行“干眼SPA疗法”。

大同飞视眼科医院自开设干眼治疗室以来，从中小学生到老年人，该科每月为近百位患者提供诊疗服务。“干眼SPA疗法”为患者提供舒适诊疗环境的同时，通过全面、规范、无创、精准的干眼检查、诊断，为干眼患者提供具有针对性的个性化治疗以及高品质的医疗服务。

干眼“SPA疗法”在规范干眼程度分型之后，以健康治疗为重点，科学疗法为主线进行个性化治疗设计。“干眼SPA疗法”共有四步疗法。

第一步是眼部理疗，通过超声震动将药物雾化成微细分子，形成雾滴，药物分子直接、连续、全面地作用于角膜结膜。

第二步是15分钟左右的热敷，可以促进眼周部位的血液循环，也可以缓解患者眼部的疲劳。热敷眼罩能够融化病理性脂，使睑脂更容易排出。

第三步是按摩约10分钟，按摩后能有效改善睑板腺功能，解决绝大多数干眼患者油脂分泌不足问题。睑板腺按摩能解除睑板腺管道阻塞，防止腺泡萎缩。

第四步是冷敷15分钟左右，保持眼周环境湿润，清凉止痒，消炎消肿，促进微血管循环。

刘红梅提醒：干眼症的治疗是一个长期的“抗战”过程，“干眼SPA疗法”往往需要按疗程来做，1个疗程之后根据患者复查结果决定后续治疗次数。“因为只有按疗程规律的进行理疗，才能彻底疏通睑板腺、促进脂质排出，恢复正常的脸板腺功能。”她解释道，“如果嫌麻烦而不配合医生的周期治疗方案，往往很难达到理想的治疗效果。”



颈部疼痛应当注意甲状腺炎

——访大同大学附属医院核医学科、甲状腺疾病专科主任耿建



很多人在出现颈部疼痛时，第一反应是扁桃体炎、咽炎等上呼吸道感染。这个其实不奇怪，因为他们常常会因为受凉后才出现发烧、鼻塞、流涕、咽痛以及颈部疼痛，所以，把这种颈部疼痛归之于上呼吸道感染似乎并没有错误。但是，你可能忽视了一种目前发病率越来越高的疾病：亚急性甲状腺炎。

天气忽冷忽热，王女士最近出现发烧、喉咙痛，她觉得自己肯定是得了“感冒”，在家吃了几天感冒药，可发烧、咽痛依旧。她只好到附近的小诊所看病，诊所医生诊断是“急性咽喉炎”，输了几天液没啥好转，王女士照镜子发现脖子似乎有点肿，还时不时觉得心慌、怕热。她来到大同大学附属医院就诊，检查后医生告知她得了“亚急性甲状腺炎”，这究竟是一种怎样的病？

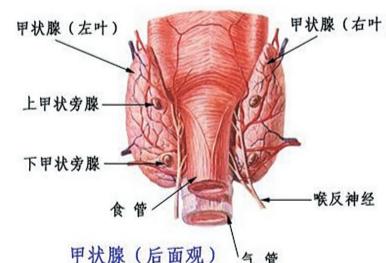
大同大学附属医院核医学科、甲状腺疾病专科主任耿建介绍，“亚急性甲状腺炎”(简称“亚甲炎”)是一种常见的甲状腺炎症，儿童少见，多发于30岁~50岁的女性。“亚甲炎”大多由病毒感染导致，典型的“亚甲炎”通常表现为肌肉疼痛、疲倦、低热和咽痛，之后进展为甲状腺处肿胀及疼痛，轻度的吞咽困难。病人常常在照镜子时发现自己脖子比平时饱满，用手按压脖子会有明显的疼痛。大多数病人有发烧，部分病人会发高烧。由于主要症状集中在颈部，与感冒、咽喉炎的表现较为相似，所以“亚甲炎”的早期诊断不容易。

那么，得了亚急性甲状腺炎怎么办呢？

耿建介绍，疾病初期一般是针对发烧、疼痛等症状对症处理，较为严重的病例需要使用肾上腺皮质激素来有效控制症状，减轻甲状腺的破坏。随着“亚甲炎”的进一步发展，甲状腺细胞被炎症破坏，过多的甲状腺激素进入血液，病人会出现类似“甲亢”的表现，如精神紧张、怕热、心悸、多汗。抽血检查甲状腺功能，会发现甲状腺激素T3、T4升高。这个过程大概可以持续2~4周，部分患者会更长。

接下来病情会进入第二个阶段，病人的发热、疼痛一般都较前期明显好转，但由于前期甲状腺细胞的破坏，当血液中过多的甲状腺激素代谢完毕以后，剩下的甲状腺细胞暂时无法为身体提供足够的甲状腺激素，病人会出现甲状腺功能减退(“甲减”的表现，如怕冷、倦怠、嗜睡、食欲不振等，这个过程可以持续数周至数个月。如果出现“甲减”，则需要补充甲状腺激素治疗。

耿建说，“亚甲炎”是具有自限性的疾病，疾病后期受损的甲状腺细胞逐渐修复，甲状腺功能也逐渐恢复正常，整个病程大概持续4~6个月或更长。所以，得了“亚甲炎”也不必过度紧张，及时到



正规医院接受专科治疗，注意休息，大多数病人预后良好。

同时，他提醒，并不是颈部疼痛就可以诊断为亚急性甲状腺炎的，需要和很多疾病进行鉴别。除了要对病史细心询问及颈部体检外，还需要进行相关辅助检查，如血常规、血沉、甲状腺功能、甲状腺超声、甲状腺摄131I率等，只有正确的诊断才能给予正确的治疗。同时一定要注意，该疾病可能会反复发作，所以，生活中积极锻炼身体、增强免疫力、避免上呼吸道感染及咽炎对预防该病有重要意义。

王瑞芳

种植导航和种植导板的区别

在缺牙的处理方式上，人工种植牙作为一种缺牙修复方法，拥有损伤小、舒适度高、稳固耐用的特点，获得了很多人的青睐。在谈到种植牙的时候，我们经常会听到“种植导航和种植导板”这两个词，它们之间有什么区别呢？

种植导板是近年来常用的种植方式，但其精确度并不是很高。因为种植导板需要取模型，模型数据很可能在CT扫描、数据转换、导板制作等诸多步骤中出现偏差，进而影响种植体的精确度。并且在手术操作过程中不能进行调整，影响种植手术的成功率。

而种植导航则能精准定位，因为它是利用红外光实时定位技术以及数字化动态导航技术，结合患者的CBCT，将患者的颌骨、医学影像、手术器械三者融合，使种植的位点、方向、深度更精确，避开血管和神经，保证最佳的种植位置。种植导航还能够在手术过程中实时追踪，一旦偏离了设计位置就会发出警示音提醒，可根据手术情况及时调整植入位置。

此外，种植导板在制作时等待周期长，模型需发到厂家进行制作，然后再将成品发给医生。而种植导航则无需等待，在椅旁就能完成手术，实现“即刻种植”。并且种植导板在手术中无法看到口腔内部结构，易出现偏差。但种植导航不存在这样的问题，医生可以通过观看电脑上的三维图像，在可视化的状态下进行种植，更加安全可控。

总的来说：种植导航的优点是微创、精准、安全快速；创伤小、出血少、愈合快；精准定位带来良好的术后预期，拥有更好的远期效果；实时显示种植体位置，让整个手术过程更加安全快速。

广告信息

书荣齿科

国家资助窝沟封闭、涂氟指定医疗机构