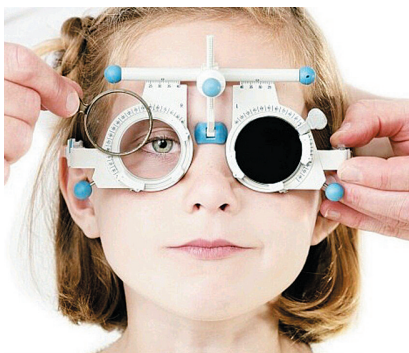


孩子验光配镜要科学散瞳

——访大同飞视眼科医院视光中心国家一级验光师郭雪萍

本报记者 王芳



眼睛近视了，配制一副合格的眼镜对近视患者来说非常重要。但配眼镜时，视光师通常会安排孩子散瞳验光。对此，不少家长可能会产生疑惑：孩子检查视力一定要散瞳吗？散瞳验光会不会有副作用？

大同飞视眼科医院视光中心国家一级验光师郭雪萍介绍，我们所说的

散瞳即散瞳验光在医学上叫睫状肌麻痹验光。它的原理就是通过滴散瞳药水，麻痹睫状肌，再进行验光。因为麻痹睫状肌的同时，还散大瞳孔，所以又称散瞳验光。由于眼睛里有负责调节的肌肉，在看近时会处于收缩甚至痉挛状态，通过散瞳验光，充分放松眼部肌肉，这样眼睛的真实度数才会显示出来。

为什么一定要散瞳验光

郭雪萍解释，当睫状肌长时间超负荷工作后，它们也很难放松下来，从而出现了一个调节过度甚至调节痉挛的状态。如果这个时候去验光，很有可能会把调节带来的近视也一起测出来，那么不散瞳检查，就容易被误诊为近视（所谓的假性近视）。所以我们需要先用散瞳药，麻痹睫状肌，去掉调节性近视，再进行验光检查，这样才能得到真实客观的验光数据。

我国医学验光的奠基人、复旦大

学附属眼耳鼻喉科医院终身教授、我国视光学领域的泰斗褚仁远在大同飞视眼科医院坐诊中，屡屡强调青少年应散瞳验光。这是因为青少年眼睛的调节力较强，验光时如果不散大瞳孔，睫状肌的调节作用可使晶状体变凸，屈光力增强，非常影响视力检查结果准确性。

对于还未近视的孩子来说，散瞳验光还可以了解远视度数储备的情况，据此判断患近视的风险，从而起到及时防范的作用。对于已近视的孩子，定期检查可以知道其近视真实程度以确定配镜度数。

验光不准确 视力伤害大

如果不散瞳验光，导致验光配镜不准确，对青少年的视力的影响很大。一方面是假性近视容易被诊断为真性近视，误失挽救视力的良机，导致终生近视。另一方面不准确验光配制的镜片，不匹配眼睛真实近视度数，容易视疲劳，眼镜度数配小了，

会出现看不清楚的情况；配大了有可能戴眼镜头晕，这些都会导致眼睛近视度数的加速增长。

散瞳验光很安全

一提起散瞳验光，很多人有误解，担心给眼睛带来副作用，其实这完全没有必要。郭雪萍说，散瞳药水不会对眼睛造成伤害，睫状肌麻痹本身也不会对眼睛造成不良影响。但散瞳后可能会有暂时性怕光或视近物会模糊等情况，恢复正常的时间视不同的散瞳药而不一。因此需要注意的是，散瞳后要避免强光刺激，室外阳光下要戴帽子或墨镜以避光；还要避免近距离用眼，如长时间看电视、电脑、手机等。

郭雪萍强调，散瞳验光是严谨的医疗行为，只有正规医疗机构才有资质进行，普通眼镜店不是医疗机构，根据国家法律法规是不允许散瞳验光的。因此，给孩子配眼镜时，应选择正规医疗机构进行散瞳验光。

中医药治疗尿酸性肾病有优势

——访大同大学附属医院中医肾病科主任刘水清

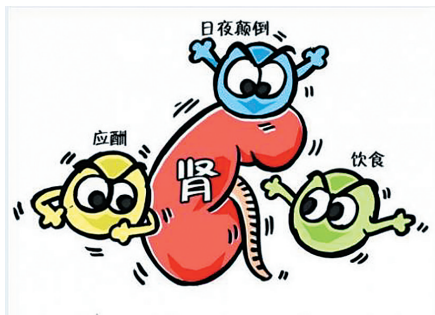
本报记者 王瑞芳

生活中，如果过量食用骨髓、海鲜、虾、花生米以及动物内脏、啤酒、涮肉等食物，会产生高尿酸血症，它的直接后果就是形成一种叫痛风的疾病。实际上，过量食用以上食物，除了易患痛风外，还易罹患另一种疾病，叫尿酸性肾病。肾脏是尿酸的主要排泄器官，当血液中尿酸增高，尿酸及其盐类沉积于肾脏，就会导致高尿酸性肾病。尿酸性肾病是由于一种叫嘌呤的物质代谢紊乱，尿酸生成过多聚集在体内，肾脏排泄减少而造成。这种病在西方是一种常见病，在我国也是一种高发的病变，其中男性患者占大多数，这与男女饮食习惯不同有关。中医药治疗这类疾病有一定的优势。

今年55岁的老李3年前参加单位体检时发现肾功能减退，查血肌酐升高为450微摩尔每升，尿酸607微摩尔每升。患者反映既往有痛风病史，痛风反复发作，遂到大同大学附属医院中医肾病科就诊。科主任刘水清检查发现，患者神疲乏力、腰困、右脚大拇指关节疼痛红肿，双下肢有水肿，大便偏干、两天一次，舌苔厚腻、舌质红、舌下脉络淤阻，脉象弦滑。据此，刘水清认为该患者属于中医所说的湿浊内侵，血瘀络阻之证，应该用益气通络、活血化瘀为主的方法治疗。先后用黄芪、当归、红花、桃仁等活血理气的药物，再加猪苓、茯苓、车前子、砂仁、大黄炭等祛湿利浊的药物，前后服用30余剂，患者症状消失。表现为关节肿痛消退，精神好转，腰困缓解，血肌酐降至340微摩尔每升，血尿酸降至380微摩尔每升。继续用健脾补肾、温阳活血的方法加减治疗两个月，各种症状都得

到缓解，实验室检查也降至正常，随访至今没有复发。

刘水清介绍，高尿酸血症在早期不会出现明显的症状，一直以来未引起人们足够的重视，直至发生痛风后才会被发现。但大多数人仍然仅仅着眼于对痛风的防治，而对其引起的肾损害重视不够。由于高尿酸血症与冠心病、脑血管疾病、肾功能不全及代谢综合征有着密切的关系，其中高尿酸血症引起的肾损害最为常见。嘌呤代谢障碍对大多数患者来说属于先天因素，故通过加强体检，尽早发现高尿酸血症，及时采取饮食或药物干预，可起到早防、早治的作用。中医认为尿酸性肾病属于本虚标实证，其病位在肾，发生常与先天禀赋不足有关，发展与肾气受损相关，因此保护肾气是治疗该病的关键。即使在该病的早期，临床上无明显的症状时，患者也应该注意肾气的保护，常使用一些补气



和补肾的药物进行预防。该病最常见的病理因素为湿邪和痰浊，治疗应着眼于病邪的来源和使邪有去路。痰湿之产生常与过食肥甘厚腻之品，脾胃健运失职有关，所以治疗时应当加强中焦脾胃的运化和消除饮食积滞来达到减少病邪产生的目的。

最后，刘水清介绍了一些防治该病的养生、保健方法：第一，要节制饮食，避免形体过于肥胖，不吃含嘌呤丰富的食物，如动物内脏、沙丁鱼、豆类、发酵的食物和大量肉类食物，戒烟忌酒、多饮水，以利于尿酸的排泄。第二，要正确认识该病，保持平稳心态，不要紧张恐惧，以免更加损伤脾肾的功能。第三，避免劳累，适当休息，特别是合并关节炎时应卧床休息。最后，一经诊断为该病，就要注意保护肾脏免受进一步损伤，并定期复查血尿酸、尿尿酸、尿常规、肾功能等。



牙齿矫正常见的误区

牙齿矫正可不仅仅是为了提升颜值，一口好牙也是口腔健康的首要因素。牙齿严重不齐的人，牙缝之间不易清洁，更容易出现牙周的炎症。牙齿长期咬合不对位，对咀嚼的效率也有很大的影响，但是很多朋友对牙齿矫正还存在着不正确的认识，一起来看看。

误区一、年龄大了不能矫正。首先，矫正牙齿并没有明确的年龄限制，从青少年到老年，都是可以进行正畸治疗的。只不过成年人的正畸，相比青少年可能更为复杂。但只要正畸方案合适，牙周组织健康，积极配合医生治疗，成年人也能取得良好的矫正效果。

误区二、牙齿矫正后老了会掉牙。很多人认为“老掉牙”是一个正常的生理现象，其实不然，所谓“老掉牙”主要是因为牙周炎导致牙齿松动脱落，而牙周炎的关键致病因素是口腔中的菌斑微生物，所以“老掉牙”现象和牙齿矫正并没有直接联系。

误区三、龅牙或牙不齐，寻求七天快速矫正。快速矫正是不存在的，不要听信谣言，为了美观却损害了牙齿健康。改变健康牙齿的排列，正确方案就是戴矫正器，时间一般为两年左右。牙齿的生理性移动是一个缓慢的过程，矫正必须付出时间代价，没有捷径可走。

误区四、矫正只能戴牙套，影响美观。矫正方法灵活多样，除了金属材质的牙套和陶瓷牙套外，还有可以自由摘戴的无托槽隐形牙套，对美观不产生影响，想进行牙齿矫正的朋友可以根据自己的需求做出选择。

广告信息

书荣齿科

国家资助窝沟封闭、涂氟指定医疗机构