

天冷谨防“眼中风”



——访大同飞视眼科医院眼科医师连志宏

本报记者 王芳

日常生活中，人们常听说“脑中风”，但很少有人听说过“眼中风”（视网膜动脉阻塞）。随着冬季气温的下降，“三高”群体发生此类疾病的风险也随之增加。日前记者在大同飞视眼科医院的采访中，该院眼科医师连志宏提醒说，“三高”疾病人群尤其是老年人，一定要警惕“眼中风”的发生。

什么是“眼中风”

连志宏介绍，血管阻塞发生在脑部，就是“脑中风”，若发生在眼部，就是“眼中风”，即视网膜动脉阻塞。具体为：血管硬化、血管内皮损害形成血栓，或血管壁上的粥样硬化斑块脱落、栓塞血管导致发病。由于北方冬季气温低、温差大，有心脑血管疾病的老年人，如一只眼睛突然视力下降，可能为“眼中风”，要及时就医。

抓住救治的“黄金90分”

近日，55岁的陈阿姨突然发现右眼看不清楚东西，看到的画面“像树叶一样晃来晃去，过了一会眼睛还像蒙了一层膜一样的，再后来几乎什么都看不到

了，可是自己既不头晕，也不头疼。起初陈阿姨以为是白内障，买了瓶眼药水滴，但第二天早上起来右眼仍无法看见，她赶紧到医院就诊。连志宏说，陈阿姨是在出现情况后的第二天才来医院就诊，错过了诊治的黄金期，很难恢复原本的视力。他强调，对于“眼中风”患者，超过90分钟未进行抢救，会造成视网膜永久性损伤，超过4个小时，治疗价值就不大了。因此，如果发现有“眼中风”的情况，应尽快含服硝酸甘油，立即到眼科医院就诊，争取更多的抢救时间。在就医的路上，保持镇静，可自行急救：闭眼后用食指在上眶缘处或眼球正前方进行按摩，压力不要太大，轻轻按一下，缓一下，交替进行，目的是让栓子不要停留在同一个部位，尽量疏通。

如何预防“眼中风”

连志宏说，视网膜中央动脉阻塞多发于老年人，但年轻人生活不规律、长期熬夜、整夜玩手机，眼部得不到休息也可能引起该病；且合并有高血压、高血脂的患者，发病风险增大。

预防“眼中风”一定要养成良好的生活习惯，及时治疗各类老年病，避免过度疲劳及紧张，保证充足睡眠。“三高”人群应定期检查眼底，及时发现早期病变，如出现眩晕、恶心、一时性失明、眼前黑雾或波纹、视物模糊或重影等，应尽快到正规眼科医院进行检查。

最后，连志宏说，大家要保持良好的生活习惯，保证充足睡眠，预防很重要，平常要防治偏头痛、动脉粥样硬化、高血压、炎症或感染性疾病、巨细胞动脉炎等疾病，定期到医院进行眼底检查，早发现，早治疗。他强调，一旦发现问题应第一时间到医院就诊，以免错过最佳的治疗时机。

“视网膜动脉栓塞”小科普

视网膜动脉栓塞是指视网膜中央动脉或其分支阻塞。视网膜中央血管为终末血管，一旦阻塞，可引起视网膜组织缺血，视力下降，是眼科致盲的急症之一，一般多发生于伴有心血管疾病的老年人。

病因：导致视网膜血管发生堵塞的直接原因主要为血管栓子、血管痉挛，

动脉粥样硬化、动脉炎症、血管受到压迫、凝血障碍等。

症状：（中央动脉阻塞）单眼无痛性急剧严重视力下降，多数眼（94%）可在数秒内降至指数或光感；（分支动脉阻塞）单侧无痛性突然的部分视野丧失，发作前可有一过性视力下降。

特点：多发于老年人，左右眼发病无差别。部分患者发病前有一过性黑朦病史，数次发作可造成永久性动脉阻塞。

治疗：发作90分钟内尽早治疗，方法有眼球按摩、扩血管药物、球后注射、降眼压、吸氧、病因治疗等。



前列腺癌 早诊早治是关键

——访大同大学附属医院泌尿外科主任宫文字

本报记者 王瑞芳

“这不是普通的腰腿疼，而是前列腺癌骨转移的骨痛组织，病情很严重，老人还合并有严重的排尿问题，必须赶紧治疗。”日前，74岁的李大爷因“尿不出”，在家属的陪同下前往大同大学附属医院泌尿外科就诊，大同大学附属医院泌尿外科主任、知名前列腺疾病诊疗专家宫文字主任医师接诊了李大爷。宫文字详细检查了老人的身体情况，看了老人的检查结果后，给出了以上建议。几天前，王大爷在该院泌尿外科顺利接受了专科手术，目前已经病情好转出院。



李大爷几十年来一直就有尿频，排尿不畅、等待，夜尿增多的情况，每天夜间要起床小便4-5次，有几次突然排不出尿了，下腹胀痛难忍，到医院急诊插导尿管加上药物保守治疗，老人很固执，家人和大夫多次劝说详细检查一下。都被老人拒绝了，病情就这样一天天拖着，直到这几天出现腰疼症状，自己按腰椎病吃药、按摩，不仅没作用，而且还越来越严重了，不得已才肯到医院看病，经人介绍，找到了大同大学附属医院泌尿外科主任宫文字。

宫文字在详细问诊后，做了几项门诊检查，了解了老人的病情。原来李大爷的一再固执不来医院看病，已经让自己进入恶性肿瘤的晚期阶段了。

宫文字介绍，前列腺癌是发生在前列腺的上皮性肿瘤，是男性泌尿生殖系统最常见的肿瘤。前列腺癌是一种进展非常缓慢的癌症，在疾病早期阶段，许多患者不知道自己患病，一旦前列腺开始快速增长或转移到前列腺外，病情则比较严重。

“前列腺癌在老年男性中发病率极

高，50岁前该病发病率较低，随着年龄的增长发病率逐渐升高，80%的病例发生于65岁以上的男性。前列腺癌全球发病率持续上升，据统计2018年全球有近130万新发病例和359万死亡病例，占男性恶性肿瘤发病率的13.5%，高居第二位；占男性恶性肿瘤死亡率的6.7%，高居第五位。

前列腺癌的发病率和死亡率具有显著的地域差异。例如，在美国等国家，前列腺癌尤其常见，但是由于美国人普遍重视体检及早期就诊，在美国前列腺癌的五年治愈率极高。在我国，前列腺癌的发病率呈现逐年增高的趋势，但是目前的治疗形势不容乐观，现排在男性恶性肿瘤的第三位，是男性癌症患者死亡的重要原因。”宫文字说。

在接诊李大爷的过程中，宫文字只是简单地给老人做了身体检查，抽血化验了相关检查指标，老人的前列腺特异抗原高出正常人好几十倍，已经初步判定李大爷的病情已经进入晚期了，家人听了大吃一惊，不知所措。

宫文字随后给他们详细介绍了治疗方案，虽然老人已经是肿瘤晚期，但是并非无药可治，通过系统的药物治疗，效果也还不错。老人随后接受了治疗，不到半月病情就大为缓解，顺利出院了，入院时的不适症状已经消除了大半。

宫文字说，癌症治疗要想效果好，早发现、早诊断最为关键。前列腺癌早期症状和前列腺增生极为类似，但是在医生看来，鉴别诊断却并不十分困难，因此对于存在排尿问题的老年男性，关键是早就诊，这样既可以对前列腺增生进行规范治疗，而且如果不幸得了前列腺癌，完全可以做到早发现，早治疗，取得十分确切的疗效，同时早期治疗可以大大缩短治疗周期，降低治疗费用。

“所以要特别注意，有部分出现增生症状的患者，其实是前列腺癌。”宫文字介绍，因此建议50岁以上的男性，常规进行前列腺特异抗原（英文缩写叫PSA）筛查，以便早发现，早治疗。不要等到肿瘤已经进入晚期了，追悔莫及。

牙齿龋坏到啥程度 需要做根管治疗

很多小伙伴对于牙齿是否出现问题，以是否牙痛来判断，认为只要牙齿不痛，牙齿就没坏。但实际上，很多牙病前期都是“风平浪静”无法察觉到的，只有精细的牙科检查才能察觉到，比如蛀牙。

蛀牙按龋坏的程度，可分为浅龋、中龋和深龋。浅龋表现为牙齿表面有细小的黑线、黑点，后牙最为常见。中龋时牙齿出现明显的黑线、黑洞，甚至突然出现食物嵌塞的情况。到达深龋时牙齿会有明显的深龋洞，甚至黑褐色部分面积占据牙齿的大部分，有食物嵌塞在龋洞内敏感、吃甜食敏感等现象。一般来说，浅龋和中龋补牙即可，但如果深龋至牙髓炎就需要根管治疗了。

相对于补牙来讲，根管治疗需要好几个步骤，一般需要2-3次的治疗才能完成。首先是开髓，先在牙齿上开一个直通内里、方便操作的大门。其次是杀神经，出了问题的牙神经会在牙齿内部腐坏、发酵，造成严重的感染和疼痛。所以，我们需要将牙神经杀死，然后和坏死的组织一起清理出来，来消除炎症。最后是填充，对根管进行严密填充，保证根管之后不会再出现炎症。

大部分的牙齿一旦进行根管治疗，可能因为没有足够支持咀嚼的力量而发生牙冠劈裂。所以，在根管治疗后医生会建议进行牙冠修复。

广告信息

书荣齿科
国家资助窝沟封闭、涂氟指定医疗机构