

关注普遍眼健康 共筑“睛”彩大健康

——访教育部全国儿童青少年近视防控宣讲团专家刘寨花

本报记者 王芳

2022年6月6日是第27个“全国爱眼日”，今年的主题为“关注普遍眼健康，共筑‘睛’彩大健康”。眼健康是国民健康的重要组成部分，涉及全年龄段人群的全生命周期。我们要加强全民爱眼意识，共同关心人们的眼健康。



作为大同视觉健康行业的中坚力量，大同飞视眼科医院及早开展了儿童青少年群体近视防控方面的工作。日前，就大家普遍关心的近视防控、眼健康保护等问题，记者采访了教育部全国儿童青少年近视防控宣讲团专家、飞视眼科医院副院长、大同知名眼科专家刘寨花。

记者：为什么白内障手术早点做为好？

刘寨花：白内障手术早点做为好，主要有以下几个原因——

白内障越严重，手术难度越大，手术并发症也越多。白内障“成熟”以后，会进一步发展成“过熟”状态，此时晶体会膨大，可能导致葡萄膜炎、青光眼等并发症。尤其要注意的是青光眼，其对视力的损害，是无法通过治疗恢复提升的。所以白内障手术做晚了，患者要承担很多风险。另外白内障是眼睛中的障碍，隔着混浊的晶体，患者看不清外面，医生也看不清里面。一旦患者患上眼底疾病，隔着白内障既无法确诊，也无法治疗，这时只有先实施白内障手术，再诊治眼底病，如果

不解决白内障可能延误病情，造成严重后果。高血压、糖尿病、高度近视的患者都是眼底病的高危人群，对此更应注意。

记者：黄斑变性怎么治疗？

刘寨花：对于干性黄斑变性，可以口服一些维生素和矿物质补充剂，湿性黄斑变性对视功能的影响尤如“脱缰的野马”，对视功能的影响十分急剧和严重，任何治疗方法，均难以大幅度地恢复已经丧失的视功能。因此，提倡早期发现，早期正确及时地采用科学而先进的方法进行治疗。目前主要的治疗办法有光动力学疗法、眼内注药。

光动力学疗法对正常的视网膜组织几乎没有损伤，可以使病情稳定，并不一定能够显著提高视力，且治疗费用高。

“眼内注药”通俗讲就是给眼睛打针，通过将抗VEGF药物注射到眼睛内，从而抑制新生血管形成和渗漏，达到减少渗出、出血，保护黄斑功能稳定视力的目的，而且抗VEGF药物已经纳入医保，费用相对不高。

记者：飞视眼科医院的干眼“SPA”是什么？

刘寨花：它是针对现在越来越多的高强度用眼人群出现的眼干、眼涩、眼疲劳、异物感、溢泪等症状，采用科学的诊疗方案、先进的仪器设备，构建干眼SPA室，解决干眼患者的困扰。飞视眼科医院为使治疗效果更佳，干眼SPA室一改传统的诊疗模式，设立独立诊区给患者营造了一个安静舒适的诊疗环境，使疗效与体验更佳，同时还配备了太空座舱椅，融入了音乐疗法，运用音乐特有的生理、心理效应，消除心理障碍，促进治疗。

记者：什么是飞蚊症？如何治疗？

刘寨花：飞蚊症是指眼前出现黑色或半透明漂浮物，呈点状、丝状或絮状，跟随视线飘动，在白色背景、天气越好越亮时尤为明显。生理性飞蚊症无需过度惊慌，建议患者放松心情，逐渐适应，一些药物治疗能在一定程度上减轻症状，但也不能完全放松警惕，需眼科医生排除有致盲风险的病理性飞蚊症，尤其是高度近视和有糖尿病、高血压等病史的患者。

对于影响生活的功能性飞蚊症，可以通过玻璃体激光消融术，将悬浮的混浊团块气化，从而分解混浊的玻璃体，使患者视觉质量改善，甚至黑影消失。

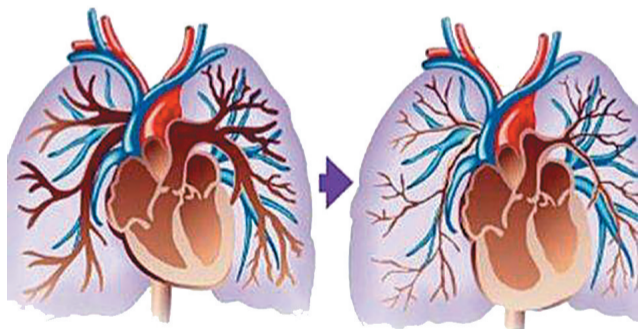
一旦发现病理性飞蚊症，是严重眼疾的警告信号，需加倍重视并及时处理原发病。对于单纯视网膜裂孔导致的飞蚊症，需尽早激光封闭裂孔；对于玻璃体出血引起的飞蚊症，需排查引起出血的玻璃体视网

膜疾病，根据病情不同，可进行药物、激光或手术治疗；对于玻璃体出血久而不散或已出现视网膜脱离的患者，应尽早行玻璃体手术治疗；葡萄膜炎引起的飞蚊症，需行局部或全身抗炎治疗。

记者：听说补充叶黄素对眼睛好，这个需要补吗？

刘寨花：叶黄素是属于类胡萝卜素的一种，其不仅对眼健康有益，也是一种优良的抗氧化剂，可以清除过量的氧自由基，既能减轻视网膜的氧化应激损害、提高视觉敏感度，保护视网膜，也有益于防癌。大量科学研究证明，经常补充叶黄素，能够显著提高人眼视网膜色素上皮细胞吞噬酶的活性，显著增强其对视细胞代谢产物的清除作用，减少玻璃膜疣的产生，抑制脉络膜新生血管的形成，全面保护眼健康；老年人经常补充叶黄素，有利于改善老年性黄斑变性的视功能，包括眩光恢复、对比敏感度、视觉灵敏度等；作为一种优良的抗氧化剂，叶黄素能够防止自由基损害，具有血管扩张功能，改善眼底血液循环，抵御“三高”带来的眼部伤害，如眼底出血、糖尿病性视网膜病变等；由于叶黄素人体无法自我合成，而正常饮食情况下，营养供应并不充分，需要通过额外摄入来补充，所以无论是近视、弱视等视觉障碍者还是高度近视、“三高”等容易诱发眼疾的病患，都建议每年服用一个阶段的叶黄素来保护眼健康。上市多年的“爱日牌景致叶黄素咀嚼片”在飞视眼镜各连锁店以及同仁、思迈乐药店、长诚药店均有销售。（下）

出现“蓝嘴唇” 警惕肺动脉高压



很多人都知道高血压，但对于肺动脉高压可能不甚了解。大同新建康医院心内科主任丁雪波介绍，肺动脉高压实际上是肺循环的高血压，是一类罕见的、隐性的、致命的疾病，随着肺血管阻力、压力的升高，最终导致心脏和肺功能衰竭。

肺动脉高压既可以作为一种罕见病独立存在，同时也与先天性心脏病、结缔组织病、睡眠呼吸障碍、肺血栓栓塞、慢性阻塞性肺部疾病、艾滋病等多种疾病密切相关。据统计，在我国肺动脉高压患者中，接近50%与先天性心脏病如房间隔缺损、右心室双出口等有关，其中5%~10%已经发展为严重的晚期患者。如不正规治

疗，平均寿命只有2.8年。且特发性肺动脉高压导致的死亡率甚至超过乳腺癌和结直肠癌，故该病又称为心血管系统的“慢性癌症”。

肺动脉高压患者在全球范围内多达2500万人，但因社会大众对其认知并不普及，加之肺循环的压力不能轻易测出来，需要特殊的设备，所以不容易发现，常常因漏诊、误诊而延误治疗。那肺动脉高压患者会有哪些表现呢？

丁雪波介绍，患者会由于肺动脉压力增高，导致肺部血氧交换障碍，引起体内缺氧，出现嘴唇发紫、发蓝的症状。因此，出现“蓝嘴唇”要警惕肺动脉

高压。此外，肺动脉高压早期及中期症状一般表现为活动后气短、胸痛、头晕、乏力；晚期症状表现为水肿，严重时可有腹水、胸腔积液、心包积液、肝大、黄疸、心功能差等，平静时有气喘，夜间不能平卧。

丁雪波提醒，如出现以上不适症状，一定要及时就医。及早诊断、正规治疗，可以大大改善患者生存质量和预期寿命。对于肺动脉高压的诊断也有多种检查方式可选，如心电图、胸部X光检查、超声心动图、肺通气/灌注扫描、心肺运动实验、右心导管检查等。

（王瑞芳）

儿童牙齿矫正的误区

暑假快到了，很多家长考虑带孩子矫正牙齿，但大多数家长对牙齿矫正存在认识误区——

误区一：牙齿畸形只是影响美观。牙齿畸形的危害远不止美观这么简单，还可能影响口腔功能的正常发挥，如咀嚼功能、发音功能，甚至由于牙齿排列不整齐，难以清洁导致蛀牙等。

误区二：矫正的周期可以缩短。牙齿的矫正是一个缓慢的生理性移动，一个月大概也就移动一毫米左右，如果周期缩短，牙周和牙周组织失去了重新修复的时间，可能带来不良后果，牙齿矫正不能拔苗助长，必须遵循生理的规律。

误区三：到哪里矫正都可以。正畸治疗需要专业医生对牙齿进行全面检查、分析后作出专业的决定。建议家长寻求专业正畸医生的帮助，以保证治疗效果。

误区四：只要带上矫治器就可以了。牙齿矫正的治疗初期，孩子容易产生不适感或出现没有掌握正确使用方法等情况，这些都需要家长遵医嘱，经常提醒孩子，保护好矫治器，并带孩子定期做口腔检查，才能保证矫正的效果。

书荣齿科

国家资助窝沟封闭、涂氟指定医疗机构



大同好粮
DATONG HAOLIANG

火山孕育魂魄

高寒铸就粮心