

# 眼镜没配好 后果很严重

——访大同飞视眼科医院视光师苏丹

本报记者 王芳



每一位近视患者都应验配一副与眼睛近视情况相匹配的眼镜。儿童青少年配镜不同于成人年,相比较眼球发育已经成熟、近视度数不容易增长的成年人,正处于成长发育期的儿童发生近视如果不及时采取干预措施,或者干预措施不妥当,很容易以每年75~150度的幅度增长。在此,大同飞视眼科医院视光师苏丹提醒,儿童近视后更要重视验配眼镜的质量和匹配性,并注意定期更换,否则会导致近视度数的急速增长。

## 知晓医学验光配镜流程

苏丹表示,验配一副合格眼镜需要经过医学验光,其流程如下:

首先,要做眼部健康的相关检查,包括裂隙灯和眼底照相,裂隙灯检查可以排除角膜炎、倒睫、白内障等眼病,眼底照相可以排除青光眼等病,这些疾病都可能引起视力下降。

其次,对于初次配镜者,12岁以下的青少年需要散瞳,这主要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,不能把调节性近视即所谓假性近视成分除去,从而影响视力检查结果的准确性。

再次,要做双眼视功能检查,通过检查可以弄清楚双眼视物调节、集合、散开的配合程度,可使验配的眼镜更匹配配镜者需要。

## 眼镜的加工调整很关键

苏丹解释道,每个人的视力情况不同、脸型不一,一副匹配使用者的眼镜首先必须要有精确的验光和合乎要求的镜片、镜架。但若只有精确的医学验光结果和质量达标的镜片、镜架,而眼镜的装配加工达不到处方要求,同样会对眼睛造成伤害。

此外,若眼镜没有经过个性化的调整,配戴起来也会不舒适。由此可见,验配后期对于眼镜的完善尤为重要。

## 镜片选择有讲究

现在市面上镜架、镜片品种很多,价格相差很大。很多家长会给孩子选择儿童功能性镜片。儿童功能性镜片是指在观看物体时,镜片的视觉呈现会随着人与物体之间的距离改变而改变,且拥有多种不同的镜度(矫正近视的度数)。常见的有离焦、全焦、环焦、及多点近视离焦四种功能性镜片。

离焦镜片就是利用“周边视力控制”技术,减少旁中心离焦现象设计的镜片,使中心部位的图像投射在视网膜上。周边部位投射到视网膜前方(或者之上),可有效抑制儿童眼轴变长,延缓近视发展的速度。

全焦镜片是模仿离焦原理设计,光度从中心向周边规则的环形递减。从理论上说是有减少周边离焦现象的功效,但此设计较为简单,眼球的曲率并不是靠这样简单的环形递减就能匹配的。

环焦镜片是模仿全焦原理设计,光度从中心向周边规则的环形递减的设计,但它与全焦镜片又有不同,全焦镜片的光度是从中心向周边规则的环形递减直至镜片末端,而环焦镜片的光度从中心向周边规则的环形递减至到镜片约2cm处后光度再递增,但考虑到镜架装配等问题,环焦镜片此处的光度递增可以忽略。

多点近视离焦镜片是利用眼睛的自然回馈机制——正视化现象,使眼睛的视力、视觉发育和视网膜影像最接近正视眼的视觉效果。镜片由两个区域组成,一个是用来矫正屈光不正(近视、远视和散光)的中心光学区,另一个是中心延续到镜片周边的多区域近视离焦区。配戴者看不同距离的物体时,镜片可以同时提供清晰的视力及近视离焦。



## 温馨提示

已经近视的学龄儿童和青少年,要改善视力状况,除了通过医学验光、视觉功能检查、选择适合自己佩戴的功能性镜片或者视觉训练以及减少近距离用眼、疲劳用眼外,同时也应该补充保护眼睛的营养物——叶黄素。叶黄素类物质有益于促进视网膜细胞正常结构和功能,尤其是眼睛视网膜组织色素层,特别是黄斑中心凹,即眼视觉最敏感区域,主要由叶黄素类物质构成。经常补充叶黄素,能够显著提高人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,全面保护眼球视觉功能。因此,叶黄素对高度近视造成的视网膜病变有很好的预防和改善作用。目前,飞视眼镜甄选引进的叶黄素新品——“优诺视叶黄素”在各连锁店均有销售,该产品为软糖类食品,尤其适合儿童青少年服用。

## 大肠息肉可能潜伏“恶”种子

大肠息肉近几年来发生率比较高,这和人们的饮食习惯有很重要的关系。那么,究竟啥是大肠息肉?大肠息肉是怎么引起的?要不要切除呢?

### 大肠息肉是怎么引起的?

市二医院消化内科主任闻庆介绍,肠息肉是指从结直肠黏膜表面突出到肠腔的息肉状病变,可能是良性病变,也可能是恶性病变,在没有经过病理检查确定其性质前,统称为肠息肉。肠道息肉以结肠和直肠息肉最多,小肠息肉较少。大肠息肉一般与以下因素密切相关:

长期进食高脂肪、高蛋白、低纤维性食物,造成大便在肠道停留过久,毒素刺激肠道就容易产生息肉;不良生活习惯,如长期饮酒和吸烟,会造成人体的免疫力低下,容易长息肉;遗传因素,如果父母、兄弟姐妹及子女有大肠息肉或大肠肿瘤史,则患大肠息肉的风险会明显增高;超过40岁的患者,患结直肠癌的概率明显增加,因此40岁以后定期做肠镜检查尤为必要。

### 大肠息肉有什么症状?

闻庆说,大多肠息肉无明显临床症状,仅在常规体检时发现。有的会以便血为主要症状,少数会伴随腹痛、便秘、脱垂。不同部位息肉又有各自特点。

直肠息肉的典型症状:无痛性便血;息肉较大或数量较多时,出现如腹部不适、腹痛、腹泻、脓血便、里急后重等。

结肠息肉的典型症状:便血(注意与痔疮出血区分,痔疮引发的出血往往是大便后滴血,呈鲜红色,而且在平时并不会出血;但结肠息肉引起的出血常混杂在便中间);大便时间、次数的改变,便秘或不明原因的腹泻,或便秘与腹泻反复交替出现;大便形状异常。

大肠息肉有时还会出现肠套叠(息肉较大、较多)、贫血(出血较多)、肠梗阻(息肉较大)等症状。

### 大肠息肉必须手术治疗?

闻庆表示,通过在肠镜下切除息肉并进行病理检查化验,可以确定息肉是良性还是恶性。但是,肠息肉就是肠癌的“种子”,90%以上的结直肠癌患者早期都有结直肠息肉,因此对大肠息肉千万不能大意。

通常情况下,较小或有蒂的息肉、大体观察考虑良性的息肉、早期肿瘤但超声内镜等检查病灶局限于黏膜层,可以选择内镜下局部切除。如果出现以下三种情况,则应采取腹腔镜等手术治疗方式:一是病理检查证实有癌变浸润;二是腺瘤较大;三是腺瘤数量较多,密集分布。

需要强调的是,不管是哪种类型的大肠息肉,切除后都不是万事大吉,因为肠道息肉复发率较高,切除时也可能漏切,因此必须严格遵医嘱定期复查,一般需要半年到一年内复查一次肠镜,查看息肉是否切除干净,以及是否有新的息肉出现。

(王瑞芳)

## 定期洗牙,保持牙齿健康

保持口腔健康性价比最高的方式就是坚持刷牙和定期洗牙了,但是很多人不明白什么是洗牙,害怕洗牙会伤害牙齿。今天就和大家聊聊关于洗牙方方面面的事情。

为什么要洗牙?沉积在牙齿上的牙结石和色素,影响美观不说,还很容易导致牙周病。而这些仅靠日常的刷牙是刷不掉的,这就需要牙医使用专用器械把它清洗干净,称为洗牙。

什么是牙结石?牙结石又称牙石,通常存在于牙齿表面,最开始是乳白色的软垢,通过逐渐钙化变硬。牙结石从牙冠逐渐向下蔓延,牙槽骨就萎缩一些,久而久之,牙齿就逐渐松动,所以需要洗牙去除这些坚硬的牙结石。

如何洗牙?主要是超声波洁牙,通过高频的声波震动产生一些气流和力量,使牙结石从附着的牙面上震碎下来,因而不必担心会损伤牙面。很多人害怕洗牙后牙缝会变大,这也是不用担心的,正规的洁牙操作不但不会造成牙齿松动,相反是预防和治疗牙周炎症的有效手段,可以防止牙齿的进一步松动。

哪些人需要洗牙呢?经常抽烟、喝咖啡,牙齿有色素沉着的人需要洁牙;牙龈容易出血,比如刷牙出血、吃苹果出血等,可能是牙结石惹的祸,需要洁牙;有口腔异味的人需要洁牙。坚持认真刷牙,定期洁牙,才能维持长期牙周健康,一般建议半年到一年洗一次。



## 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