

当心! 老年性白内障可诱发青光眼

专家提醒:中老年人多发 皆因眼里“镜头”老化

眼睛是心灵的窗户,也是我们最重要的感觉器官。我们从外界获取信息80%通过眼睛。眼睛和视觉功能正常,是我们获取外界信息的保障,也是我们正常工作、学习和生活的基础。在老年人群里,引起视觉模糊的主要原因是白内障,但往往很多老人家不愿意做手术,对白内障手术有着不少误解。对此,记者邀请上海市第二军医大学附属公利医院兼晋江市中医院眼科张忆主任为我们解答。

现象: 老年人常有的三个白内障误区

误区一:白内障要等完全看不到才能做手术。张忆主任解释说,白内障要等完全看不见才能做手术,这是过时的看法,随着手术日益成熟,只要低于正常、影响到工作和生活即可做,如果刻意等到白内障成熟,容易出现一系列并发症,例如青光眼、虹膜炎等,还有的患者视力会越来越模糊,生活受到严重影响,而且会增加手术难度和风险。

误区二:我都七老八十了,不做手术也没关系。张忆主任解释说,有些老年人认为,年龄太大,没必要做手术了,身体会承受不住。其实白内障手术已经突破了年龄的限制,手术过程只要表面麻醉,痛感较轻,并不会对身体造成太大负担,多数老人都能承受,所以没必要让老人在黑暗中度过晚年。

误区三:我身上还有其他病,做手术风险太大。张忆主任解释说,患有其它疾病的老年人会担心能否做手术,因为上了年纪的人容易患高血压、糖尿病、心脏病等疾病。但白内障手术范围基本只涉及眼睛,患者仅需使用表面麻醉。

案例: 头痛呕吐或是青光眼发作

78岁的张阿婆双眼看不清已20余年了,她的一些朋友告诉她这是白内障,要等完全看不到才能手术,她就没怎么在意,也没去医院检查。

有一天晚上,张阿婆脑袋瓜突然疼得很,晚餐吃的东西都吐了出来。家属以为老人家吃了啥脏东西,便自行去药店买了消炎药和保胃药,但症状不仅没有缓解,还有加重趋势,家属便急忙送张阿婆到晋江市中医院急诊科就诊。经检测,血压高达200/100mmHg,医生详细询问病人病史,了解到病人还伴有右眼胀痛及视物模糊,立即请眼科医生会诊。眼科医师在详细查体后,考虑为白内障引起青光眼发作,予以降眼压处理,并于隔天行右眼白内障手术。术后,张阿婆头不痛了,也不吐了,血压也降了下来,且发现自己能看得很清楚,很开心,马上又预约了左眼白内障手术。

解析:白内障使眼压增高 可诱发急性青光眼

“就像人老后头发会变白一样,白内障其实是眼睛里‘镜头’老化的一种现象。”根据张阿婆的情况,张忆主任坦言,伴随年龄的增加而出现的这种白内障,在临幊上,我们将之称为老年性白内障,属于白内障中最常见的一种类型,约占白内障患者的50%以上,是影响老年人生活质量的常见眼病。多发生于50岁以上人群,70岁以上的老年朋友患病率更高。

“因张阿婆患白内障已20余年,没有及时处理,才诱发了青光眼。如今,白内障只要低于正常、影响到工作和生活即可做手术,不能拖太久,拖太久容易出现风险及并发症。”张忆主任提醒,白内障和青光眼对一部分人而言就像是兄弟姐妹一样的关系,会相伴而来。

值得注意的是,近年来,很多白内障患者没有做手术,因看不清而摔倒致骨折、外伤,甚至死亡的案例层出不穷。可见,眼睛问题无小事,不容忽视。

支招:如何防治白内障

张忆主任表示:“预防白内障首先要避免阳光直射,外出时可戴墨镜。预防和控制一些疾病也是必要的,如预防高血压和高血糖,可避免因高血糖引起白内障。饮食也可以预防白内障,特别是菠菜、绿花椰菜、芥菜等,能保护眼睛免受阳光紫外线的伤害,同时避免引起白内障。而到目前为止,治疗白内障唯一有效的手段就是手术。现在,最常用的是白内障超声乳化+人工晶体植入术。目前,一般认为当视力下降影响到日常工作和生活,引起阅读不便即可行手术。特别是双眼老年性白内障的患者,白内障还未成熟也要考虑施行手术,白内障手术不分年龄,只要是身体条件好,90岁以上的老人也可施行手术。现在还没有一种药物被证明可以有效地延缓、防止或治疗白内障。”



健康课堂

夏日护眼药膳秘方

白内障如何进行中医处理?晋江市中医院王惠清医生介绍,“中医认为,白内障主要是因年老体衰,肝肾两亏,精血不足或脾虚失运,精气不能上荣于目所致。对于早期老年性白内障,可通过中医保健按摩来提高视力,延缓其病情发展。”现为读者朋友推荐以下三款护眼药膳秘方。

1. 枸杞桑葚粥

做法:枸杞5克、桑葚5克、山药5克、红枣5个、粳米100克。粳米煮烂后,加入其他原料,小火熬煮半小时。

功能:养肝明目,益肾健脾。

2. 枸杞猪肝汤

做法:枸杞50克、猪肝200克一起煲汤,喝汤吃肝。

功能:适用于两眼干涩、常常熬夜伴随黑眼圈者。

3. 枸杞肉丝

原料:枸杞100克、猪瘦肉300克、青笋10克、猪油100克,另炒菜的佐料选取适量。

制作:将猪瘦肉洗净,切成6厘米左右的细丝,青笋同样制作,枸杞洗净。待油七成热时,下肉丝、笋丝煸炒,加入料酒、酱油、食盐、味精,放入枸杞,翻炒几下,淋入麻油即可。

功效:枸杞可滋补肝肾,润肺明目。猪肉富含蛋白质,通过补益身体,使气血旺盛,以营养眼内各组织。



科室巡礼

晋江市中医院眼科 用医者之光点亮光明人生

晋江市中医院眼科成立于医院建院之初,随着医院的不断壮大,眼科科室亦随之不断完善。现有副主任医师1人,主治医师4人,住院医师3人,护士7人。建科20余年,特聘请上海二军大附属公利医院眼科张忆主任定期坐诊并开展白内障超声乳化手术及其他眼科常规手术,为晋江地区最早开展白内障超声乳化手术的医院之一,并以精湛的医术、满意疗效获得广大晋江人民的肯定。

值得一提的是,晋江市中医院眼科团队始终以广大老百姓的眼健康为己任。在开展手术治疗的基础上积极开展斜弱视治疗20余年,依托先进的眼科设备形成“防—控—治”为一体的眼视光医疗体系。

在晋江市中医院眼科,患者朋友可选择一系列具备中西医结合特色的治疗项目,例如:中医干眼治疗、雷火灸、耳尖放血、中药耳穴埋豆、中药熏眼等中医特色疗法,并取得满意的效果。在中医内治方面,也可结合中医基础理论,一对一个性化辨证论治,补足部分西医治疗欠佳的眼科疾病的治疗短板,收效甚佳。



专家风采



张忆,上海二军大附属公利医院眼科主任医师,于晋江市中医院定期坐诊。

擅长眼科显微手术,尤其在复杂白内障超声乳化摘除和高端人工晶体植入方面有丰富的经验,成功完成白内障手术2万余眼,白内障最大日手术量73台并无并发症,对眼科其它常见病、多发病的诊治精通娴熟,对青光眼近视控制和视觉康复有最新诊治理念。

专家预约电话:0595-85674239。



王惠清,主治医师,从事眼科30余年,在眼科常见病、多发病和疑难病等方面积累了丰富的临床经验和病源。

擅长白内障、屈光不正、眼表疾病、眼底疾病等的诊治。



杜新华,主治医师,从事眼科16年。擅长眼科常见病、多发病的诊治,尤其擅长青少年儿童近视、弱视、视疲劳的诊治。



庄婉玉,主治医师,曾参加福建省中西医结合眼科新进展首届白内障超声乳化手术培训班,从事眼科专业十余年。

擅长屈光不正、眼表疾病、白内障及眼底疾病等的诊治。



柯荣源:中西医结合主治医师,从事眼科专业9余年。主导并制定医院眼、耳鼻喉科相关中医协定处方,并取得满意疗效,广受医患肯定。

擅长青光眼、白内障、视网膜病变、屈光不正等各种眼科常见病、多发病的诊治。

健康问答

老年性白内障该如何治疗?

“现在通过微创手术,可以较为轻松地摘除眼睛里老化的‘镜头’,重新换上一个崭新的‘镜头’,让中老年患者的生活质量得到明显改善。”晋江市中医院杜新华医生介绍,“国际上有很多调查研究,都把失去眼睛的恐惧排在前面,大概仅次于死亡和恶性肿瘤。如果双眼视力丧失,对人的生命质量,对世界的感知,学习等造成的损失是不可低估的。”可见,拥有一双明亮的眼睛至关重要。本期《健康问答》邀你来参与,请将答案通过短信的形式,发送至15980068048,我们将于下期健康在线专版公布答案,并抽取部分幸运读者送上精美礼品。

老年性白内障最好的治疗方式是什么?

- A. 手术治疗;B. 药物治疗;C. 放射治疗;D. 验光戴镜