

白内障手术90岁以上的老人也能做

“目前没有一种药物被证明可以有效地延缓、防止或治疗白内障。”随着莎普爱思事件的发酵,很多患有白内障的老人不得不接受了这一“残酷”的事实。正是出于对手术的误区和畏惧心理,很多白内障患者选择药物“挽救”日渐消失的视力。



年纪大不是白内障手术禁区

眼睛有个结构叫晶状体,它是一个透明的双凸透镜,只有在透明的状态下,光线才能透过晶状体进行折射、汇聚到我们的视网膜上聚焦成清晰的图像。随着年龄增长眼睛老化,晶状体变得混浊,光线透过时受到影响,就会感觉视力下降,也就是白内障。白内障的发生发展是一个渐进的过程。当白内障混浊严重时非常影响患者的生活质量,也容易在生活中造成潜在危险。目前,治疗白内障的唯一方法就是做手术,还没有药物被证明肯定有效。

一旦被确诊为白内障,应该什么时候做手术?眼科主任医师陈晓勇表示,如果没有青光眼、虹膜前后黏连、眼底病、糖尿病、高度近视等

疾病,可由患者自行决定何时手术。

不过,从先行主流的手术方式来看,白内障手术则是越早越容易做。陈晓勇介绍,世界上主流的白内障手术方式普遍采用超声乳化,这种手术是目前最有效、最成熟、最先进的治疗方法。通过仅 3.2 毫米甚至更小的切口,将混浊的晶状体核粉碎成乳糜状吸出,然后植入一枚人工晶状体。这种手术由于具有切口小、术后视力恢复快的特点,深受患者欢迎。

陈晓勇强调,白内障是一种影响生活质量的疾病,如果没有青光眼等眼部疾病,白内障一般不影响眼部和全身的安全,所以不需要早期、立即手术,只有等到影响了患

者的生活质量后才会手术。不过,由于每个人对于生活质量的要求不同,如科学家、画家、编辑等对视力要求高的患者就需要早期手术,而退休后对视力没有太多要求的人就可以选择晚期手术。所以,是否手术不应该由医生或患者的家属来定,而是应该由患者本人觉得“视力不够用了”,结合医生的检查结果明确是白内障,再决定做手术。“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。但老年人伴随高血压、冠心病或糖尿病等全身性疾病要得到有效的控制,血压、血糖等指标能够稳定在正常或接近正常的水平。”

人工晶体不是越贵越好

白内障手术中植入人工晶状体,可以避免手术后佩戴高度远视眼镜的麻烦和不便,也可以早期获得较为满意的视力。陈晓勇介绍,人工晶体有很多种,目前适用于主流超声乳化手术的主要是折叠的人工晶体。折叠人工晶体主要包括单焦点人工晶体、多焦点人工晶体,还有一些带有其他功能的人工晶体,如散光矫正人工晶体、黄色人工晶体

等。在材质上,这些人工晶体基本都一样,都能终身使用。

人工晶体的区别主要在于手术后看一个焦点还是两个焦点。

单焦人工晶体可以让患者看远,看近处需要戴老花镜,适用于原来不近视、近视度数非常低的患者。单焦点人工晶体也可以让患者看近,看远处需要戴近视眼镜,这种情况适用于原来近视、没戴过花镜的

手指变“扳机指”四种方法可治疗

手指僵硬屈伸困难,指关节屈曲处有压痛,并可触到豌豆大小的结节。当弯曲患指时,突然停留在半弯曲位,手指既不能伸直,又不能屈曲,像被“卡”住一样,用另一手协助扳动后,手指又能活动,产生像扳枪栓样的动作及弹响,这是怎么回事?

骨科医院郑光亮院长称,这其实是腱鞘炎,又被称为“扳机指”或“弹响指”。他介绍,腱鞘分两层包绕着肌腱,两层之间的空腔即滑液腔,内有腱鞘滑液。内层与肌腱紧密相贴,外层衬于腱纤维鞘里面,共同与骨面结合,具有固定、保护和润滑肌腱,使其免受摩擦或压迫的作用。肌腱在此过度摩擦,即可发生肌腱和腱鞘的损伤性炎症,导致肿胀,这种情况便称为腱鞘炎。

腱鞘炎常发于手指、腕关节等部位。引起腱鞘炎的主要原因是腱鞘外伤和关节过度劳损和频繁活动所致,如打字、手指抓重物、玩弄大屏手机等。

腱鞘炎主要症状有:1.疼痛:多数不能明确指出疼痛的部位,只诉关节“别扭”,运动时关节内酸胀或发不出力的感觉。2.局部的肿胀:发病肌腱会有条索状隆起,程度不一。3.功能障碍:发生于手指,会影响手指的屈伸;发生于上肢手腕部,多影响患者发力。

那么,腱鞘炎如何治疗呢?郑光亮称,多数患者不需要手术就可以治好。治疗方法大致有:1.保守治疗:包括患指制动、避免寒冷刺激、理疗以及配合使用活血、消肿、止疼类的药物。大约有 40% 左右病例可通过保守治疗治愈;2.封闭治疗;3.小针刀松解治疗;4.传统手术治疗。

郑光亮说,腱鞘炎可以通过减少劳损、避免寒冷刺激、早期治疗腱周滑膜炎等方法来进行预防。

反复打嗝赶紧去检查

打嗝是一种很常见的生理现象,很多人并不太在意打嗝这件事。殊不知,这么小的生理症状也有可能是大病征兆——贲门癌。

贲门癌引起的打嗝具有两个明显的特征,并且常伴有其他早期症状。

贲门癌的早期症状

1.打嗝

贲门位于食管和胃的连接处,当贲门发生癌变时,会持续刺激到胃和食管的粘膜,从而引起打嗝。不过,贲门癌引起的打嗝具有两个明显特征:不会因为饮食过多时出现,而且具有反复、不易止的特点;打嗝的同时还会伴有剑突下疼痛、进食不顺畅等症状。

2. 吞咽时有异物感

在吃第一口食物时,异物感非常明显,而且还会伴有剧烈的疼痛,轻微的心窝痛。

3. 快速进食时会出现胸骨痛

快速进食时,会出现胸骨胀痛和疼痛感,同时还伴有咽喉干燥的症状,这种症状只在进食时明显,平时并不会出现,所以很容易被忽视。

4. 吞咽食物时出现停滞或顿挫感

简单来说,就是吞咽食物的过程中,在某一部位会出现停滞的感觉,不过这种症状在早期不明显。

延缓病情进展 从生活细节入手

白内障虽然是一种因衰老引起的退行性病变,随着年龄的增长,难以避免会患有不同程度的白内障,但如果预防得当也可延缓或阻止白内障的进展。针对白内障患者该如何保护眼睛,北京同仁医院眼科副主任医师熊瑛提出几点建议。

饮食多补充维生素。白内障患者应多吃蔬菜、水果,多吃富含维生素 C、维生素 E 的食物。

忌烟忌酒。烟酒会对眼睛造成一定的刺激,白内障患者应忌烟忌酒,避免暴饮暴食。

防止用眼过度。老年人由于晶状体的弹性减退,睫状肌的调节力减弱,看书或写字时间长一些会引起眼胀痛,甚至头痛不适。因此,阅读和看电视的时间应适当控制,每隔一小时应到户外活动或闭眼休息,晚上或光线较差时,不应看书

时间过长,阅读和运动应合理安排。

情绪要开朗,起居要规律。平时要注意生活上的调养。脾气、性格要开朗,食宿起居要规律,注意劳逸结合。

积极防治慢性病。包括眼部疾病及全身性疾病。糖尿病最易并发白内障,要及时有效地控制血糖,防止病情进一步发展。