

68岁的张阿婆自从十多年前患上老花眼后,看书看报对她来说一直是个麻烦事,更不用说是穿针引线了,连针眼在哪都看不到。但是最近,她不但报纸上的铅字看得越来越清楚,就连多年未找着的针眼,都能轻易拿起细线就穿过去。非但如此,戴了多年的老花镜也完全不适用了,变为看远的模糊,看近的清晰,反而戴上孙女的近视镜更看得舒适。老人很是郁闷:“怎么人老了,老花眼反而变成近视眼了?”张阿婆的爱人总觉得有点不放心,硬是拖着老伴前往医院检查,结果诊断为核性白内障。

上海爱尔眼科医院白内障/青光眼专科王于蓝主任解释道,核性白内障是老年性白内障的一种,约占老年性白内障的20%-25%。张女士之所以视力变好,是因为在白内障的形成过程中,眼睛的屈光间质会发生改变,使患者眼内光线的聚焦点前移而表现出近视假象,好像眼睛不老花了,其实这正是白内障的早期表现之一,

随着病情的发展,视力会逐渐变得模糊。

王于蓝主任介绍,在诸多致盲因素中,白内障排名第一,是造成老年人失明最主要的病因。据统计,60岁-70岁发病率为77.8%,71-80岁为80%,90岁以上老人高达90%以上,失明率亦随年龄增加而上升。白内障的主要表现包括视力减退,无痛感;看颜色不鲜艳;在太阳下或夜间灯光下会觉得刺眼,光晕眩光;视物模糊,眼前好像有一层膜遮盖似的;眼前暗影。

然而在人类目前医疗水平上,还没有找到一种能治愈白内障的药物。有些白内障患者在使用药物

后,虽症状有所缓解,但这并不是药物治疗所致。这是因为白内障的发展有一定的过程,在某些阶段不会严重影响视力,所以给了人们一些假象,认为药物治疗有了效果。其实这只是白内障发病过程中的一种表现,和药物治疗没多大关系。白内障唯一有效的治疗方式只有手术。

据了解,“超声乳化术+人工晶

体植入术”治疗白内障是目前较为先进、有效的手术治疗方式。手术医生使用一个只有铅笔头大小的器械,通过微小的切口进入眼内,利用超声波将混浊的晶状体粉碎吸出,同时再植入人工晶状体。“超声乳化术”手术安全性更高、并发症更少、时间更短、切口更小、疼痛更少、散光更小、恢复更快的特点。

李阿姨今年66岁,患有高血压11年、糖尿病10年。近一个月来,李阿姨发现自己视力下降得很快,几近失明。经过全面详细的检查,医生发现李阿姨这是由糖尿病视网膜病变(简称糖尿病网)引发的玻璃体出血。医院为李阿姨进行了微创玻璃体切割术,阻止眼底出血,并保存了视力。

上海爱尔眼科医院眼底病专科张淳主任指出,糖尿病的严重并发症之一就是糖尿病视网膜病变,像李阿姨这样因糖尿病而导致失明的老人正在逐渐增多。数据显示,50%的糖尿病患者都患有糖网病。糖网病已成为眼底病中的第二大致盲因素,仅次于老年性视网膜变性。

据调查,糖尿病患者者比非糖尿病患者的失明率高25倍。幸运的是,糖网病早期治疗的效果比较理想。如果到晚期才治疗,不仅费用很高,视力也不能完全恢复,影响正常生活。

然而,许多糖尿病朋友因缺乏对糖尿病危害的重视或是为了省钱,而不愿定期去检查眼睛,这对眼睛的危害十分巨大。因为糖尿病对眼睛的损害一般10年左右才表现出来,而一旦发展到致盲程度便很难治愈。

张淳主任提醒中老年朋友,如果被确诊为糖尿病,应每半年去医院做一次眼底检查;尤其是如果已经出现视力明显下降、眼前有黑影飘动、视物不清等症状,一定要及时到医院检查就诊。

对于糖网病的治疗,较有效的方法是激光治疗,利用激光封闭出血点,阻止大出血的发生,同时阻止新生血管的出现,并减少黄斑水肿。但是,激光治疗只能稳定病情,却无法“治愈”糖网病,同时也无法保证视力不会再下降。激光治疗后应作定期随访和复查。而如果像李阿姨这样,已经出现玻璃体出血的糖网病,则需要进行微创玻璃体切割,适合于严重的糖尿病视网膜病变。



【相关链接】

白内障自测

您可以定期对照您自身的情况做个小测试,来检测一下自己是否有白内障的症状。

程度	没有困难	有轻度困难	有中度困难	很困难	不能
得分	40	30	20	10	0

戴镜从事以下工作有无困难?(每题10分)

☐ 1.阅读很小的印刷物,例如药剂瓶上标签,电话号码本,食物的标签

☐ 2.常规书报

☐ 3.阅读大号字体的书籍或报刊,或者电话机上的数字按键时

☐ 4.路上识别他人

☐ 5.上下台阶,楼梯

☐ 6.交通标志,路标或商店招牌

☐ 7.从事手工艺活动,例如缝纫、针织、编织和木工作业

☐ 8.填写支票或表格

☐ 9.参加打牌、麻将等娱乐活动时

☐ 10.参加旅游或户外活动时

☐ 11.烹饪

☐ 12.看电视

☐ 13.您在晚上出门或驾车时会遇到什么困难吗?

将您的选择对应相应分数,相加,所得总分低于40分您可能需要及时去医院检查,并咨询白内障专科医生有关手术时机,何种人工晶体适合您的眼睛和生活等方面的专业意见。

75岁以上老人八成有膝关节炎

国内的初步调查显示,我国60岁以上人群中,50%患有膝关节炎,75岁以上则达80%,致残率可高达53%,可能由此而导致寿命缩短。上海开元骨科医院微创骨科主任吴鹏铎副主任医师介绍,膝关节炎又称退行性关节病、肥大性骨关节炎,是一种以膝关节疼痛、关节软骨病变为主的疾病。人们在进入老年之后,常常会饱受膝关节炎的折磨,疼痛难忍,走路困难,女性患者多发于男性。

吴主任表示,膝关节炎刚开始发作的时候,只是轻、中度间断性隐痛,休息后就会好转。天

气一变冷,膝盖就会疼痛。渐渐地,会出现持续性疼痛或夜间痛。另外,早晨起床时会产生关节僵硬及发紧感,持续时间较短,常为几分钟至十几分钟,很少超过30分钟,活动后会缓解。而由于关节软骨受损,关节面不平,关节活动时还会出现骨摩擦音。同时,膝关节炎患者的活动度也会有所下降,这是因为软组织挛缩可引起关节无力,行走时腿发软或不能完全伸直或出现活动障碍。

那么针对膝关节炎反复发作又该怎么办?吴鹏铎主任表示,病人在早期发病时可采用短波、微波等技术增加或保持各关节的活动范围

和肌力,减轻疼痛。或配合进行按摩和推拿,向关节腔内注射透明质酸钠等药物,透明质酸补充治疗具有良好的改善症状、改进膝关节功能和提高生活质量的作用。

而对于中晚期的膝关节炎,可采用射频活性氧联合疗法,穿刺针仅3-4毫米,具有抑制炎症,修复组织,缓解疼痛等特点。吴主任提醒,对于膝关节炎患者来说,平时保护膝关节非常重要,在气候温差大的时候,特别是在乍暖还寒的春季,切不可因为追求风度而忘了温度,注意做好膝关节的保暖措施。

胖人的关节最受伤

老张患关节骨质增生已近10年,以前关节疼的时候,都是靠镇痛药来缓解。可是不知为何,最近疼痛得比较厉害,吃了药也不见成效,无奈之下,老张只好在家人的搀扶下前往医院求诊。经检查,老张被诊断为因骨刺脱落形成游离体。

上海开元骨科医院病区主任吕宏副主任医师表示,骨性关节炎的发生率随年龄的增高而增多。主要从40到50岁开始,起病缓慢,开始可因受凉,劳累或轻微外伤而感到关节酸胀或钝痛,以后逐渐加重,可有关节摩擦痛。如果关节处于一定位置过久,可出现暂时性僵硬,不灵活,变换姿势时疼痛。因此,病人常有晨起活动痛。病人常感到关节活动时嘎吱声。如增生的骨刺脱落形成游离体,可出现关节卡住症状。

此外,调查显示,体重超重会比正常体重

的患者容易发生膝关节的问题。据了解,肥胖首先增加了对膝关节的压力,由于关节负重过度;同时,肥胖还影响软骨和软骨下骨代谢过程,因此减轻体重能减轻症状。

吕宏主任介绍,人体全身各个关节的疾病,特别是针对骨关节运动损伤可以通过微创关节镜技术进行有效诊断和治疗。微创手术治疗方法具有观察直接、诊断准确、检查全面、不易遗漏、创伤小、恢复快等特点,关节镜的插入口和手术器械的插入口仅有5mm。

吕主任提醒,时至大地回暖、春光明媚的时节,人们脱去了厚重的棉衣,在运动锻炼、游山玩水、娱乐休闲时,容易引发骨关节运动损伤,对此要特别小心。如果发生如膝关节半月板损伤,前、后交叉韧带损伤,也可以通过微创手术进行治疗。

上海拜尔口腔门诊部

联系电话:400-630-1960

中国广【9611】第08-88-0211
有医康室2014年6月24日

血糖高,失明风险增二十五倍