

秋天转凉应警惕泪道病加重

新民健康发起“初秋送健康,终止莫名流泪行动”◆ 本版撰文 吴瑞莲

秋分之后,接踵而至的凉爽天气可给泪道病患者带来新的烦恼。由于初秋处于季节交替时期,是泪道病高发期,为关爱泪道病患者及手术后出现并发症或复发症状,由新民健康工作室发起,并携手专业机构共同举办“初秋送健康,终止莫名流泪行动”。报名前100名患者均可免费获得泪道检查套餐,套餐内容包括:泪道冲洗、荧光染色、裂隙灯检查。拨打新民健康工作室热线 021-62109122(时间:周一至周五 8:00-18:00),或发送短信“泪道检查+姓名+联系方式”至 18917328756 报名参加。

家住长宁区的市民张老先生,平时就爱流眼泪,尤其每到天气转凉,眼泪流得更严重了。上海爱尔眼科医院泪道病专科主任范金鲁表示,张老先生这种情况是属于泪道阻塞,很多老年人由于年龄老化,都有或轻或重的泪道阻塞,因为泪道狭窄或阻塞,所以无法使眼泪沿着泪道流入鼻腔、咽喉等部位,所以只能流出体外,但是一旦天气转凉或者迎风吹过,流泪现象便会加重,而且眼眶长期被泪水浸润很容易引发其他眼部炎症,而流出的泪液流到下眼睑部位,加上过度擦拭都会伤害下眼睑的皮肤,造成皮肤发炎,使患者

苦不堪言。

泪道阻塞是慢性不可逆的眼科疾病,如果不及时治疗的话,将终生流泪。据范主任介绍,人的眼睛会不停地产生泪水滋润角膜,泪水是由位于眼睑里面的腺体产生,泪液除湿润眼球及部分蒸发外,剩余的则通过一个通道流进了鼻腔,那个通道就像眼睛的下水道,我们称之为泪道,如泪液不能顺利通过泪道进入鼻腔,泪水少时会泪眼汪汪,泪水多时就会顺着眼角流出来,并且泪液积存在泪道中,无法引流出去,很容易导致泪囊内发炎,出现分泌物增多,流出黏性的分泌物,发展成慢性泪囊炎。

此时的泪囊中的脓液里含有大量的细菌,若眼球不小心受伤或角膜轻微擦伤,这些细菌就会立刻趁虚而入,引起化脓性感染,导致角膜炎或角膜溃疡,轻者治愈后角膜遗留瘢痕,重者则会发生角膜穿孔甚至失明,所以慢性泪囊炎是眼部潜在的感染源。若因其他眼部疾病需要施行内眼手术时(白内障摘除手术、青光眼手术、近视眼手术等),没有发现潜在的慢性泪囊炎,极易导致手术后的严重感染,引发眼睛其他病变。因此若发现天气转凉后,眼睛流泪、流脓的情况加重了,请尽早到医院检查,避免疾病加重引起其他感染。

行泪道激光、插管术后,需留意并发症

由于泪道疾病的不可逆病变特征,在临床治疗上,手术几乎是彻底解决泪道病的唯一方式,也是较快速有效的方式。范金鲁主任表示,泪道激光的原理是通过激光来贯穿泪道,使其畅通。由于泪道疾病的发病部位较多,因此泪道激光治疗仅仅对单纯的泪小管阻塞有效,也不适用于所有人,比如刚出生不久的婴儿。而慢性泪囊炎患者的泪道内若仍存在脓性分泌物,也不能进行泪道激光治疗,否则可能导致炎症扩散;并且激光手术很容易灼伤鼻腔内组织,造成假道、瘢痕,非常容易再次发生阻塞。

此外,插管也是常用手术的方式之一,泪道义管一般是由硅胶制成,硅胶管插入泪道中,对泪道起支撑的作用,但是插管术一般要将插管置留在泪道中2-6个月左右,之后一定要取出插管。但是由于鼻腔内空间非常小,在取出插管时很容易造成断裂,导致部分插管遗留在体内,久而久之就容易再次发炎,并

且把插管取出后,很有可能再次复发;另外流脓患者若进行插管手术,其复发率也相当高,需反复冲洗;甚至有些人的插管竟由于各种原因而一直未取出,给泪道留下了一颗“定时炸弹”,随时有急性发作的可能。

范金鲁主任指出,目前较先进的治疗方式是鼻腔内窥镜下泪囊鼻腔造孔术。简单说来,就是用注射器将一根头发丝细的线吸入,然后穿入泪道从鼻腔内出来,再将一根约2厘米长的硅胶管顺着鼻腔“拉”进去。可根据患者自身情况,量体裁衣。该手术时间短、痛苦小,避免外路手术弊端,不影响患者外观,较大限度地避免了无谓损伤,是目前治疗此类疾病创伤较小的方法。并且整个手术过程基本控制在1-15分钟之内,手术也没有年龄限制,大到90多岁的老人,小到刚出生几天的婴儿,都可以视情况进行手术。

过去,泪道疾病的诊断,主要靠泪道冲洗后冲洗液反流的情况推断

泪道阻塞的部位;现在,用泪道内窥镜系统在肉眼下直接观察泪道病变的部位及情况,使诊断更精确。此外,过去,手术都需要切开皮肤,分离皮下组织及肌肉,甚至用骨钻钻开骨头,接通阻塞部位;现在,泪道内窥镜的探头只有0.6mm,使其对泪道疾病的治疗达到微创甚至无创,避免伤其周围组织。范主任指出,内窥镜系统可以治疗泪道疾病包括先天性鼻泪管阻塞;泪小管或泪总管阻塞;慢性泪囊炎;单纯性鼻泪管阻塞;泪道内异物的清除;行泪道插管或泪囊鼻腔吻合术后复发者;泪道瘘管以及各种外伤引起的泪道阻塞。

范主任提醒,不论是何种手术方式,都要注意术后的护理和观察,警惕手术后出现并发症,甚至复发。在此要提醒做过手术的患者,如果出现再次流泪或者流脓的异常表现,有可能是病情复发或者出现其他并发症,要及时到专业眼科医院就诊,严重者可能需要再次进行手术修复。

眼袋不仅显老更可能影响视力

上海爱尔眼科医院眼整形专科许龙华教授介绍,随着年龄增加,人体的皮肤、皮下组织、肌肉及其相关结构都会发生退行性变化,使皮肤变薄、弹性降低,而眼部的眶膈处皮肤因年龄老化而松弛后,眶膈后的脂肪并不会缩小反而会增大,使得松弛的眶膈皮肤凸出来,就形成了眼袋。此外,劳累、睡眠欠佳、夜生活过度及全身性或慢性疾病也很容易加速眼袋出现,因此现在许多经常熬夜的青年人就是因为外在压力、用眼过度,使年轻紧致的眼周肌肤提早松动而产生眼袋,特别容易发生在长期用眼的计算机、手机族身上,且眼袋往往会伴随着泪沟一同产生,使眼神更加憔悴。

眼袋不仅使人显得衰老、疲惫,而且还会影响视力,如果不尽早祛除眼袋,眼袋越来越严重,使

表面皮肤松弛下垂,加速眼部皱纹的形成,使黑眼圈范围扩大,形成松弛性下睑外翻,下睑缘内翻倒睫等并发症,甚至增加眼部负担,压迫眼部神经,久而久之可能会并发视力下降、角膜炎、白内障等。因此,如果发现眼袋越来越大,就要尽快到专业医院眼科进行眼眶检查,尽早祛除眼袋,不给眼袋留下继续增长的机会。

在临床医学上,对于眼袋的生成,一般定性都是不可逆性的生理现象,所以对于眼袋的治疗,目前较先进的方式是在离下眼睑睫毛缘大概2-3毫米的地方作手术切口,对眼睛去除眶膈多余脂肪、眼轮匝肌和眼脸上多余的皮肤,不损伤其他眼部组织,术后需要对眼睛加压包扎,一般手术后一周左右肿胀和淤血就可以消除。手术的切口比较隐蔽,一般不会轻易看出来。

开抢眼科专家免费咨询号

新民健康此次推出的是眼科专家范金鲁、许龙华副主任医师的咨询号。有需求的读者可拨打新民晚报健康工作室热线 021-62109122(周一至周五 10:00-17:00),或发送短信“专家+姓名+联系方式”至 18917328756 报名参加。报名截止时间:9月24日12:00。

范金鲁

上海爱尔眼科医院泪道病专科主任

擅长:泪器疾病的诊断及手术治疗;通过鼻腔内窥镜下泪道微创手术治疗各种原因造成的泪道阻塞、急慢性泪囊炎等泪道疑难杂症。

许龙华

副主任医师

擅长:眼表、眼眶疾病的诊治及相关眼部整形,尤其上睑下垂、活动义眼、泪道阻塞、眶骨骨折、眼眶肿瘤、角膜移植、眼睑成形等疾病的诊治。



中秋已过小心秋凉引骨关节炎复发

新民健康送出骨科专家免费咨询号

中秋已过,天气一天比一天凉快,虽然白天气温仍然较高,但是昼夜的温差开始变大,盖着薄毯睡到后半夜也能感觉到丝丝凉意渗透肌肤。专家提醒,天气转凉,过分贪凉会伤害身体健康,尤其是体弱的老人和患有有关节炎、颈腰椎疾病、肩周炎等病的人,受凉更容易引起旧病复发。即日起,新民健康推出“免费送专家咨询号”活动,此次推出的是骨科专家吴鹏铎副主任医师、吕宏博士后的咨询号。有需求的读者可拨打新民晚报健康工作室热线 021-61725733(周一至周五 10:00-17:00)或编辑短信“专家+姓名+联系方式”发至 13817610671 报名。报名截止时间:9月24日12:00。

上海开元骨科医院关节外科主任吕宏博士后介绍,入秋以后,有“老寒腿”毛病的人更多一份小心。“老寒腿”是膝关节骨性关节炎的俗称,膝关节骨性关节炎的发生与气候变化关系密切。临床表现为下肢及关节发凉、酸胀麻木、疼痛和行动不便,常在秋冬季节受风寒而复发或加重,很多患者经过多年治疗仍不见有效。人的膝关节是个活动范围很大的负重关节,几乎承受着全身的重量。当年岁渐长,人到中年以后,膝关节由于长年磨损最容易发生老化,关节软骨产生退行性病变,



随之而来的就是关节及周围的韧带会变得松弛失稳,关节滑膜萎缩(或增生),分泌的滑液减少(或增加),引起关节部位的肿胀、疼痛、麻木。骨关节炎引起的膝关节、髌关节疼痛、肿胀以及软组织病变,后期严重的甚至会出现关节畸形,运动功能受限,造成行动上的极大不便。

吕宏主任介绍,当患上骨关节炎后,尤其是老人到了秋季应当特别当心膝关节骨性关节炎的复发。老年人要注意保暖,穿着稍微厚实些的衣服和袜子,用热水洗澡,多用热水泡脚,经常热敷膝关节等。除了积极开展自我保健,及进行合理的体育锻炼之外,老年人更要多晒太阳,防寒湿,使膝关节得到很好的休养。在疼痛症

状缓解后即可开始康复训练,每日在平地慢走一两次,每次20-30分钟,尽量减少上下台阶、跑步等使膝关节负重的运动,避免、减少关节软骨的磨损。家住多层公寓没有自动电梯的患者,在上下台阶时应手扶楼梯把手或借助手杖的支撑,动作宜缓慢。喜欢运动的老年人不要长时间、盲目地反复做屈伸膝关节、揉按髌骨、抖晃膝关节等运动,运动量要保持适度。

对一些关节疑难病症的确诊及一些困扰多年的“老寒腿”们,除了常规医疗手段以外,采取国际领先的微创关节镜技术不啻为当下效果反应良好、安全系数高的一种治疗方法。从科技角度来看,关节镜技术是在一根细管的端部装有一个透镜,可以直接观

察到关节内部的结构,主要应用于膝关节部位,后相继开发应用于髋关节、肩关节、踝关节、肘关节及手指等小关节等。由于微创关节镜技术可以清晰、直接地反映出人体关节内几乎所有部位,图像经过显示器放大数倍,因此医生在治疗时能够比开放性手术看得更为全面,从而治疗也就更为精准。

【医生简介】

吴鹏铎

上海开元骨科医院微创骨科副主任医师

擅长:对膝关节炎、颈椎病、肩周炎及各种疑难、复杂性骨科疾病有着独特的治疗方法。

吕宏

上海开元骨科医院关节外科医学博士

擅长:利用微创关节镜技术治疗膝关节炎、膝关节半月板损伤、膝关节屈曲挛缩畸形、颈椎病等骨科疾病。

