

让智慧女性健康出行

◆ 主笔 贺天宝

盛耀华:手术刀下心灵窗户远离“雾霾”

◆ 叶雪菲

众所周知,雾霾对人们的生活及身体健康造成了极大的影响,那么当人们的眼睛也产生了“雾霾”呢?常说眼睛是心灵的窗户,而患白内障就是心灵窗户产生了“雾霾”,可以说白内障患者眼中的世界天天都是“雾霾天”。

今年“三八”节来临,沪上著名爱尔眼科医院提出送给女性节日“大礼包”:普及白内障手术知识,让心灵窗户远离“雾霾”,让智慧女性与光明同行。

许多患者都有这样的疑问,患了白内障一定要进行手术吗?著名眼科专家、上海爱尔眼科医院业务院长盛耀华教授指出,按循证医学的资料,目前药物治疗一般并不能预防和阻止白内障的发生和发展。如今治愈白内障唯一确实有效的方法就是,白内障超声乳化术联合人工晶体植入。

盛教授介绍,如今人工晶体技术也较成熟,如非球面屈光晶体,不仅使老人眼睛看得见,而且还能看得清。而白内障超声乳化术具备不需住院,术后即可回家;手术时间短,一般只需15分钟左右;手术切口小,仅3mm以内;手术安全稳定,已被广泛接受;术后散光小,视力恢复快而好;术后反应轻,切口愈合快等诸多优点,在经济发达国家,已占据白内障手术的主

导地位。

据了解,白内障是最常见的致盲和视力残疾的原因,患者往往因为等待而错过了最佳手术时机。而且某些膨胀期的白内障如不及时手术,将会因为继发青光眼而导致难以挽回的视功能损害。因此,盛教授提醒,当出现三种早期症状就需警惕,可能已患上白内障。首先是眩光,如果晚上出去,汽车灯光照在眼睛上会有不舒服的感觉,或者在光特别亮的时候,看东西不清楚,有眩光感。第二是看东西忽而模糊,忽而又清楚,这说明眼睛晶体有一些轻微的浑浊。晶体的透明度和颜色发生了改变,时而会引起看东西不清楚。第三个症状是对比敏感度减退,晚上看不清东西,在太阳下也看不清东西,近距离看仍不清晰。正常的眼睛看东西黑与白相对分明,如果有了白内障后,白的不白,黑的黑,看上去就是一片灰灰的世界,就如同“雾霾天”。

盛教授建议,当出现以上三种早期症状应及时就医检查。平时也需注意:日常外出,当阳光强烈时要戴上太阳眼镜;平时多喝水,吸入适量维生素;减少吸烟,喝酒;控制血糖,血压和血脂;避免或防止眼外伤。



名 医 榜

盛耀华

主任医师、医学硕士、硕士生导师

曾任中华眼科学会常委,中华医学会白内障学组委员,上海市医学会眼科学会前任主任委员,白内障学组操作顾问,上海爱尔眼科医院业务院长,美国眼科学会、美国白内障屈光手术学会会员。

长期从事眼科学的医疗、教学、科研工作,已有三十余年的临床实践经验,已经完成数千余例各类常规及复杂白内障和青光眼手术。

主要擅长各类复杂白内障、青光眼的手术治疗,特别是各类硬核和白核、并发葡萄膜炎、晶体脱位、晚期青光眼等复杂状态的高难度白内障手术。对晶体源性闭角型青光眼的诊治具有丰富的理论和实践经验,可开展超声乳化手术联合散光控制,以及各类高端功能性人工晶状体植入等屈光性白内障手术。

本次抢红包时间:3月12日 12:50

个性化治疗骨关节炎「三部曲」

◆ 叶雪菲

生活中经常会听到骨关节炎患者抱怨腰疼、腿痛、胳膊疼,尤其是中老年人,一到阴雨天更是连行走都困难不已。然而,骨关节炎的症状复杂多样,患者即使进行过常规治疗,效果也并不理想,反反复复,甚至疼痛难忍。上海开元骨科医院吕宏介绍,骨关节炎治疗不应一概而论,在一定条件下,可选“三部曲”个性化治疗,针对骨关节炎患者对症“下药”,最终达到改善或恢复关节功能的目的。

“三部曲”个性化治疗即结合病人自身情况,如年龄、性别、体重、自身危险因素、病变部位及程度等选择最合适的治疗方案。

首先,对于初次就诊且症状不重的骨关节炎患者进行非药物治疗。其次,对于非药物治疗无效的患者,可根据关节疼痛情况选择药物治疗。再次,关节疑难病症患者可进行骨外科微创关节镜治疗。据了解,此类手术治疗方法主要有游离体摘除术、关节清理术、截骨术、关节融合术、关节成形术(人工关节置换术)等。

吕宏介绍,微创关节镜治疗主要针对患者半月板损伤、滑膜病变、关节腔感染、痛性关节炎,主要针对关节腔内有害液体、碎屑、关节内的游离体、破坏的半月板和增生的骨刺,解决疼痛和交锁问题。

微创关节镜治疗在关节疑难病症的确诊,解决困扰患者的伤痛方面,取得了良好效果。而人工膝关节置换术对中、重度骨性关节炎,可有效缓解症状、改善功能,延缓病程发展,提高中老年人的生活质量。

医生介绍>>>

吕宏 上海开元骨科医院病区主任,上海市第二军医大学医学博士,上海市中医药大学医学博士后,从事骨科工作近二十年。

专长:脊柱骨科、颈椎病、腰椎间盘突出症等骨专科的疾病。负责完成一项国家自然科学基金课题《快速融合纳米工程多孔磷钙钙人工骨的构建与移植研究》。

6毫米“窗口”解决腰突症

◆ 吴瑞莲

我国腰椎间盘突出症发病率极高,目前约有15%~20%的人患有腰椎间盘突出症。都说骨病难治,腰椎间盘突出仿佛就是患者身体上一道难以挣脱的“紧箍咒”,各大医院动不动就要拿刀子解决问题,着实吓坏了不少患者。

很多腰椎间盘突出患者抱怨:为什么腰突的治疗必须开大刀?有没有不开刀就可以治疗的方法呢?

对于颈椎病的治理,以前多是中药、针灸、推拿、牵引等保守治疗方法,对于特别严重的患者则行开刀手术。中医在治疗颈腰椎病方面有辉煌的成果,但保守治疗也有严格的适应症,只是针对发病初期;手术治疗需要打开整个椎间板,创伤大,易感染,而且术后可能出现脊柱不稳定致残的风险,这

也是很多患者一直宁愿忍痛都不愿意开刀手术的原因。

而椎间孔镜技术是目前国际上先进的脊柱外科微创手术方式。直径由原来的6.3毫米缩小到5.5毫米,主要用于去突出的髓核组织、肥厚的黄韧带及增生内聚的关节突等神经致压因素。该技术以高度清晰的观察性能、灵活稳定的固定装置和精心设计的手术器械,便于医生顺利、高效地开展治疗。现在,后路椎间孔镜不仅可用于治疗腰椎间盘突出症,还可用于治疗侧隐窝狭窄、中央管狭窄等腰椎管狭窄症。

上海开元骨科医院田建军教授介绍,椎间孔镜治腰突,能让原来10~20厘米的手术切口明显缩小,大大减少了手术给患者带来的创伤和疤痕,几乎不出血,手术时长更

是传统手术的五分之一;整个手术过程都在内窥镜监视下,准确摘除病变组织,减压更有效。

田建军教授认为,应该根据腰椎间盘突出症症状不同,病程不同,选择不同的治疗方式。例如,应对轻度腰椎间盘突出症患者,可考虑常规门诊治疗,牵引+(手法)针灸治疗,应对常规门诊治疗无明显效果的中、重度患者可考虑选择微创治疗。如果门诊及微创治疗无效的患者,可以考虑椎间盘前路或后路手术。

点评:微创治疗技术,具有创口小、失血少、痛苦小、治疗便捷、并发症少、术后病情恢复迅速的优点,患者的腰腿痛症状均得到充分缓解,是一种精确的、安全系数高的微创手术。

8秒摆脱眼镜束缚

◆ 叶雪菲

调查显示,我国人群中近视眼的患病率约达33%,换言之,全国人口中有4亿人是近视眼。此外,国内约有3000万人是高于600度并伴有眼底改变的病理性近视眼患者。近视了怎么办?激光手术真的能够让视力恢复,使患者摆脱眼镜的束缚吗?上海爱尔眼科医院屈光专科带头人蔡劲锋介绍,飞秒激光是一种以脉冲形式运转的固体激光,持续时间非常短,是目前人类在实验条件下所能够获得的最短脉冲。它可通过光爆破作用对角膜组织进行切削,以极低的能量瞬间切割组织并且准确控制切削深度和切削形状,切削面也非常光滑,这些特点使得飞秒激光适合应用于LASIK角膜瓣的制作及板层角膜移植手术、角膜基质环植入术、穿透性角膜移植术和角膜内皮移植手术。

飞秒激光能聚焦到比头发直径还要小的超细微空间区域进行手术,几乎没有热效应,在光程中没有组织损伤。此外,飞秒激光还具有超速和高分辨率的特性,因此它可应

用于人体病变的早期诊断医学成像、外科手术、超精细加工高密度信息记录和储存。由于它的超短脉冲、瞬间的高功率、超细微空间精确的聚焦定位等特点,使它在眼科手术中颇见成效。飞秒激光&准分子激光,使飞秒激光技术全新升级换代,达到6秒制作角膜瓣,1.4秒切削100°的效果。

蔡劲锋介绍,虽然最先进的飞秒激光手术已经扩大了近视手术的适用范围,但一些近视手术适用禁忌仍应引起重视。一般来说,近视手术科适用于18~45岁(医学上界是50岁)、近视在100~1200度的人群。除此以外,为了保证手术的安全以及效果,医生在进行手术前还应排除一些不宜进行手术的特殊人群。

点评:飞秒激光手术中飞秒产生的负压极低,对组织无伤害,避免传统板层刀手术中因负压环松脱造成的手术失败;其制作的角膜瓣与眼球基体嵌入式咬合,不会出现碎瓣、纽扣瓣等并发症。



■ 蔡劲锋医生开展飞秒激光手术

图 TP