

老花眼不用戴眼镜？和你聊聊老花眼的误区

◆ 解雯雯

现代生活节奏快，工作时常用眼过度，很多上班族40岁左右就出现老花征兆，中老年人患上老花眼的则更多。“老花眼不是病”、“老花眼治不了”是目前公众针对老花眼诊治的两大误区。

据上海瑞东医院眼科医学部李俊主任介绍，老花眼与年龄增长密切相关，过去通常在40岁—45岁开始显现，并逐年加深。这是由于到了一定的年龄，晶状体逐渐硬化、弹性减弱，悬韧带松弛，睫状肌力量减弱，导致晶状体调节能力逐渐下降所致，此时，出现了看远不清楚，看近又模糊的情况。而最快判断自己有无老花的方法是只要你看不清手机，那就是老花了。

老花眼的误区有哪些

误区1：近视患者不会得老花眼

在人们传统观念中，老花眼至少要到40岁才会有。其实，在电脑手机完全普及的现代社会，用眼过度的现象很普遍，这样一来，就会用眼过度和不良的用眼习惯，就会加速患者老花的过程，老花眼已呈现年轻化迹象。

老花对生活的的影响很大，那么近视眼能不能“因祸得福”，逃过老花眼的困扰？李俊解释：近视患者同样会患上老花眼，只是因为其初期的表现不太明显，从而让众多患者产生了误解。在度过了不明显的老花眼初期后，近视患者的老花度数加深并不比普通人慢。

误区2：老花眼可以和近视眼相互抵消

老花眼和近视相互抵消的这个说法，受到大众的普遍认同。李俊主任解释，其实这个说法不正确。事实上，近视和老花眼都不可能消除。老花眼的调节功能降低，若远处的东西能看清，近处就看不清了，而原本的近视看近处不戴眼镜能看，刚好不需要调节，所以才会让人产生两者可以抵消的误解。

近视和老花眼的原理是不同的，近视是眼睛的眼轴拉长，导致外界的物体无法落到视网膜上成像。而老花眼是因为随着年龄的增长，导致眼睛晶状体硬化，失去调节远近的功能。虽然老花眼可以从某种程度上使近视的人看近处的东西变得容易些，但是两者的病变都已存在，根本无法相互抵消。

误区3：老花眼镜随便买一副就行

有些人发现眼睛看不清楚时，以为是老花眼，未经过专业的检查，就在地摊上随便买一副老花眼镜戴上，而且一戴到底，结果就造成眼睛的视力状况越来越差，甚至出现头昏、恶心等。事实上，眼睛看不清楚，除了老花眼，还有可能是其他疾病所引起，例如青光眼或白内障等，要经过医学检查，才能得出准确的结论。老花镜验配因人而异，最好还是到医院或视光专业机构先行检查。

目前，面对老花眼常见的应对办法是配戴老花镜和手术治疗。配镜，必须要走出认识上的误区，而手术，则一定要选择正规的医院定制适合的方案。

李俊主任指出，不论患者是否认同老花眼是一种疾病，它都实实在在地影响生活质量。其实，随着科学技术的发展，现在已经有各种通过手术手段治疗老花眼的方法。如果想要避免戴老花近视眼镜的麻烦，可以考虑做老花近视激光手术。

老花近视激光 让您远中近更清晰

“老花近视激光”是以激光打造精准的预设度数，利用单视差效果，一眼预留100至150近视度数，用来看近物，另一眼则以激光完全消除近视度数，用来看远方。李俊主任解释，人类大脑具有“融像”的自动调节机制。适应后，便可拥有看远看近的清晰视觉质量，以此达到矫正老花及近视的目的。

李主任表示，老花族群因为已过中年，激素水平改变，或是长期配戴隐形眼镜，使角膜老化，因此需要利用飞秒无刀激光温和制瓣，再搭配个性化软件，提供量身订做的飞秒老花视力矫正服务。此外，飞秒老花近视激光，有助于强化视觉景深，改善以往中距离模糊不佳的传统激光，适合阅读书报、计算机及3C产品用户，而以前做过近视激光者，亦可微调，来改善老花眼状况。

“只要遵守高标准的、严格的操作规范，老花眼手术的安全性是非常有保障的。首先，需要选择具有高规格安全认证的眼科诊疗机构；其次，需要选择可靠的治疗设备和方法，此外，选择经过严格培训且经验丰富的医生也至关重要。”李俊主任说。

值得一提的是，还有一种通过飞秒激光结合多焦点晶体置换术来

【医生简介】

李俊
眼科学博士 副主任医师
擅长:运用眼镜、激光和眼内镜片进行近视、老花、散光等预防和矫正。应用激光和超声乳化及各种人工晶状体治疗白内障，角膜病、青光眼和眼底病等。

解决老花问题，此种术式已走在眼科学前沿，此方法称为“抗老花晶体置换术”，用以解决白内障、老花、近视、散光及远视。

最后李主任说明，术前检查是最重要的，并不是所有人都可以施行这类高端手术。若检查没通过，也是不能做手术的。

口腔溃瘍口臭

应及时治疗

口腔溃瘍俗称“口舌生疮”，中医认为：反复发作的口舌生疮，有时由长期思虑过度、熬夜、烟酒肥膩等引起胃火积盛，气郁化火，造成阴虛津亏，即身体内的阴液亏虚，上不能滋润口咽，下不能濡润肠胃。虚火上炎于口腔容易发生口腔糜烂溃瘍，牙龈咽喉肿痛，口臭口干等；积热郁结于胃肠则胃灼烧心，肠燥便秘，消化代谢紊乱。

医学研究表明咽干口燥，唾液减少会降低口腔黏膜的抵抗力，减弱对口腔牙龈细菌的抑制，容易发生口腔溃瘍、牙龈炎（牙周炎）等。欲除口腔之痛，必先滋补阴液，使唾液等阴液充裕，同时清除虚火郁热，行气解郁，贵州万顺堂药业依据苗族千年古方，精选鲜品金银石斛等12味药材，制成纯中药制剂“养阴口香合剂”，独有滋阴生津、清胃泻火，行气消积三管齐下。按疗程坚持服用，有效治疗反复发作的口腔溃瘍、口臭、牙龈肿痛、肠燥便秘、胃痛烧心，对体弱多病患者阴虛火旺引起的口腔糜烂也有疗效。

“养阴口香合剂”液体能充分接触溃瘍面，建议患者服用时可含在口中含服3-5分钟，然后缓缓咽下。

4天一疗程，一般1-2疗程，重症加量，延长疗程。

全市各大药房有售 <http://www.gzwst.com>
电话:62041665



灰甲

不灰心，治疗选国药

伊甲®复方聚维酮碘搽剂治疗灰甲有信心

灰指（趾）甲是高发性疾病，尤其参与公众性活动多，爱修甲、美甲的人群更易感染。灰指甲变形、发黑（黄）让人难堪，还会蔓延传染，引发甲沟炎、皮肤病，甚至生殖器的感染。灰指甲顽固难治，患者选药，要认准国药准字。

您有灰指甲，请别灰心 贵州万顺堂药业是GMP制药企业，生产的国药准字药品**伊甲®**复方聚维酮碘搽剂，采用专利技术对真菌具有强大的杀灭能力，同时能软化角质层，有效增强药物的渗透。不包扎、不脱甲、不腐肉、无痛苦，简单又方便。每天一次，形成长效药膜，治疗灰指甲有良效。

56元/盒 规格：60ml/盒 **电话：62041665**



张口抬肩 呼吸困难 胸闷憋气 猝死隐患

哮喘“冬病冬治”事半功倍

冬天是哮喘高发期，冷空气、感冒均可随时引发哮喘。冬季哮喘反复发作令患者苦不堪言，患者可有窒息感、胸闷、大汗淋漓、呼吸急促、不能平卧，说话不成句，严重者出现意识模糊，如不及向抢救，可危及生命。祖国医学认为：由于哮喘是典型的“冬病”，在冬季发作期间，针对冬天的季节特点及对人的影响，对症下药“冬病冬治”，往往可事半功倍。

“冬治”巩固“夏治”疗效

中医认为，人与自然是和谐统一的整体，在疾病的调治过程中，将平衡人体阴阳与四季气候的特点有机结合，会有事半功倍之效。冬季天气寒冷，寒邪极盛，“冬病”患者阳气更虚不足，寒邪最易乘虚而入，引发疾病，因此选择在冬季时节治疗哮喘，扶正祛邪，调补阳气，不仅能够御人体抵抗外邪，预防疾病，而且也会对哮喘“夏治”的疗效起到加强和巩固的作用。

儿童和老人是“重灾区”

冬天，对于免疫力相对低下的儿童和老人而言，更易引发哮喘。由于儿童的身体免疫功能还没完善，对外界刺激更为敏感，冷空气常常能引发感冒、咳嗽，从而引发哮喘，导致胸闷、呼吸困难。而老年人由于年龄的增长而导致机体免疫功能普遍下降，再加上老年人多有慢性支气管炎、高血压、糖尿病、冠心病等基础疾病，正气不足，因此老年人易患感冒、咳嗽、支气管、肺部发炎，从而引发哮喘。

“冬病冬治”有讲究

传统治疗哮喘往往采用激素，容易产生肥胖、高血压、糖尿病、骨质疏松等副作用。其实，祖国医学对于哮喘的防治早已积累了丰富的经验。中医认为，哮喘宿根为“痰饮伏于内，胶结不去”，且患者往往存在肺、脾、肾三脏虚弱的情况。而冬季，人体阳气敛藏，皮肤干燥，毛孔闭塞，尤其适合“进补”，此时通过天气、药物、经络、穴位等的协同作用，利用益气补阳的原理，结合中医穴位注射、敷贴等，常可达到祛外邪、疏经气、清痰瘀、调脏腑的作用，事半功倍。

多管齐下控制哮喘复发

祖国医学对于哮喘的防治已有千年历史，证明中药防治哮喘具有很大的潜力，结合现代高科技、祖国医学辩证施治的理论指导、中药的特点及西方医学的快速便捷，完全可以形成一种既不含激素和不良副作用，又因人而异、因时而异、因病而异，对症下药的防治方法。在哮喘急性发作期，当患者呼吸困难、张口抬肩可闻明显哮喘音时，精准发挥药物作用，迅速缓解患者痛苦。而在哮喘缓解期，则调理脾肺肾功能，多管齐下，长效管理，就可有效控制病情复发。

文/孙俊霞

上海港华医院 呼吸内科

医院地址：【2014】第04-17 C59号有效期从2014年4月17日至2015年4月16日止

地址：上海市淮海西路282号、286号 联系电话：**021-62940057**