

当心！别掉进这三大白内障认识误区

◆吴瑞莲

“骨重神寒天庙器，一双瞳人剪秋水。”自古以来，文人总是这么描绘伊人美丽的双眼，但眼睛并不是美丽就够了，它还肩负着看清外界的使命。眼科专家肖耀廷解释说，影像之所以可以被双眼所捕捉，是因为事物的影像通过眼内透明的晶状体，使其准确地落到视网膜上而成像，所以晶状体是眼球中重要的屈光介质之一。然而，随着调解晶状体的睫状肌逐渐老化、遗传、代谢异常、外伤、辐射、中毒或营养不良等因素，可致晶状体蛋白发生变性，逐渐变得混浊，阻碍光线进入眼内，从而影响视力，这也就是所谓的白内障。

据了解，混浊较轻时，不会明显影响视力，因而不易被察觉；随着混浊的加重，视力的减退逐渐加重，最后晶状体甚至可以变成一个黑褐色的球体，甚至失明。肖主任指出，白内障是导致老年人群视力残疾和致盲的主要原因。但对于白内障的认识，中老年人群中普遍存在三方面的误区，如果能以科学的方式正确看待白内障，便不会掉入白内障致盲的深渊。

误区1 视物模糊就是老花眼

随着年龄增加，晶状体逐渐硬化，睫状肌功能衰退，眼的调节能力逐渐衰退而出现视力模糊，并伴有眼胀、头痛等症状，这就是人们常说的老花眼。肖主任指出，白内障是由于晶状体的蛋白质变性致使晶状体混浊，由透明状态变为不透明，进而影响视力。

世界卫生组织从群体防盲、治盲角度出发，定义晶状体发生变性和混浊，变为不透明，以致影响视力，其矫正视力在0.7或以下者，可诊断为白内障。

另外，许多的眼底疾病，如黄斑病变，视网膜脱离，眼底出血早期的症状都是视物模糊，视力逐渐减退。所以，肖耀廷强调，不是所有的视力模糊都是老花，白内障和眼底疾病都有同样的症状。只有依靠眼科专业的仪器才能分辨它们。

误区2 滴眼药水可去除白内障

“目前没有任何药物可以彻底根治白内障，白内障有效的治疗方法是手术疗法。”专家肖耀廷重申道。不少患者和家属盲目听信一些不正规的白内障治疗药物的虚假宣传，使用很长一段时间不但不见效，病情反而日

渐加重，还延误了病情，现在还没有任何一种药物能够根治白内障。许多白内障患者选择保守的滴眼液，希望自己的白内障可以被消除。肖主任对此表示，这是一种鸵鸟心理，对去除白内障是毫无帮助的，而白内障手术则是以物理方式摘除浑浊晶体的方法。

误区3 等到失明才选择手术

对于白内障患者来说，对于滴眼液以外的干预是恐惧，排斥的。很多患者认为，能拖就拖，等到眼睛看不见了再说也不迟。肖耀廷指出，这种观念也是错误的。以往，老年性白内障到了看不见东西的程度时，已经十分严重了。随着晶状体浑浊程度的加深，去除难度也随之上升。这是许多能拖则拖的患者都可能要面临的大问题。

不仅如此，从视物模糊一直发展到失明，患者的生活也会经历翻天覆地的变化。患者将不会再有心思关注胡渣、头发、衣服等仪容仪表，双眼可以接受的93%的外界信息也将随着失明而受阻或消散。

从病理角度来看，白内障还会有继发其他致盲眼病的风险，例如青光眼，孔源性视网膜脱离等。肖主任呼吁白内障患者，眼睛模糊时，不可只想着老花眼，更有可能是白内障找上你了。

新民健康特邀专家介绍



肖耀廷 医师

擅长：屈光不正、白内障、视网膜脱落、玻璃体出血、眼底黄斑类各种复杂病症的诊疗。



董珺 医师

擅长：白内障，青光眼，眼底病的诊疗；复杂性视网膜脱离，糖尿病性视网膜病变及眼外伤等的诊疗；黄斑裂孔和黄斑前膜的诊疗。

听眼健康讲座与专家面对面交流

为帮助更多眼底病患者了解眼部保健、疾病预防的相关知识及应对方法，新民健康特联合相关机构开展“眼健康系列讲座”。每日电话报名前30名读者可

参加本次讲座更可获得专家面对面交流机会。

感兴趣的读者可拨打新民健康会员服务电话 021-80261680 (10:

00-17:00)，或发送短信“专家+姓名+联系方式”至 18917328756 报名参与，报名成功的读者将免费获得价值88元健康大礼包一份。

冬季耳鸣更容易导致耳聋

新民健康邀专家与你面对面宣教答疑

◆伊雪冰

在日常生活中，耳鸣症状很常见。许多人以为耳鸣是小问题，忍忍就过去了，其实，耳鸣的危害远非想象中那么简单，尤其是在冬季，耳鸣极易突发或者恶化。长期耳鸣严重危害着人们的身心健康，尤其当伴有听力障碍时，则可能是某一种或多种身体疾病的先兆

弱者的组织代谢处于退化的状态也会出现耳鸣。

治疗要把握时机

耳鼻喉科专家特别提醒，临床上因耳鸣不及时治疗导致耳聋的患者屡见不鲜，且大家都有一个误区，觉得年纪大耳朵背是因为老了自然而然的的结果。其实不然，只要身体健康，老人一样可以耳聪目明。而解决耳聋耳鸣关键在于尽早治疗，上佳的治疗时机是患病后尽早到正规医院查明病因，采取针对性治疗措施是上策，切不可盲目乱用药。

专家面对面宣教答疑

为大力宣传耳聋耳鸣防治知识，让更多的患者了解到耳聋耳鸣的防治方法，新民健康特邀从事耳聋耳鸣临床治疗与科研工作多年的耳鼻喉科专家王金明、李强为广大读者宣教答疑，并提供面对面交流机会，限额30名。

有需求的读者可以拨打新民健康咨询热线 021-52921348，也可发送短信“耳鸣耳聋+姓名+联系方式”至 18017315556。

邀请对象：耳鸣耳聋、过敏性鼻炎、鼻窦炎、鼻息炎等

报名截止日期：11月28日17:00

冬季耳鸣恶化的原因

据耳鼻喉科专家介绍，耳鸣在冬季很容易出现恶化，主要原因是时近年关，很多人为了提高年终业绩，工作压力加大，烟酒应酬也相对增多，有的人还出现了熬夜等不良生活习惯，这些不良生活方式都会对耳鸣产生影响。另外，由于气温降低，导致患者血液变得更加黏稠，最终使耳部听神经的供血供氧不足，加剧了耳部听神经的受损程度，便会诱发耳鸣加重或恶化。

耳鸣为何会诱发抑郁

从临床上来说，经常耳鸣很容易导致耳聋。据耳鼻喉科专家介绍，出现耳鸣后，且时间较长，很容易导致患者情绪低落，抑郁，甚至失眠等很多并发症。

从临床上来说，导致长期耳鸣的主要原因有三个：一是工作压力大、情绪低落、病毒感染、休息不好等；二是耳部外伤；三是年老体

特邀专家

王金明 主任医师



从事耳鼻喉科临床工作30余年，积累了丰富的临床经验，尤其擅长中西医结合治疗耳聋耳鸣、鼻窦炎、过敏性鼻炎、急性慢性鼻炎、鼻窦炎、鼻息肉、鼻甲肥大、声带息肉、慢性咽炎等疑难病症。多次参加国内国际耳鼻喉学术会议及耳鼻喉医师培训班，在相关医学杂志期刊发表学术论文20余篇。

中科孢子油系列组合

中科创新牌灵芝孢子油软胶囊(40粒/瓶)



用7年优选的灵芝孢子粉为原料，用中科专利技术CO2萃取的中科灵芝孢子油。专利号：ZL 99 123952.0 发明名称：一种灵芝孢子的破壁加工方法

中科牌爱特胶囊(100粒/瓶)



以高糖含量高的姬松茸、云芝、奇茸、赤芝、破壁孢子粉、虫草菌丝体等六种真菌组成。

黄 金 新 组 合

中科灵芝3元体验计划

关爱市民健康，“中科灵芝三元体验计划”真情起航。符合条件的市民以三元的价格获得总价值1440元的中科牌灵芝破壁孢子粉3瓶。（3瓶为一个月服用量）因领取者需符合条件，务必电话预约，否则无效！

活动期限：长期不限额。领取条件：1、一年内享受过大病医保的（精神类疾病及肾移植除外）2、本人身份证

领取步骤：电话预约——《申领表》复核审查通过——按通知时间前往。体验预约专线：021-35110789（活动详情请见店内海报或来电进行咨询！）

另外，为了帮助广大消费者更加清楚地认识破壁灵芝孢子粉，上海科院药房中科上海健康服务中心十九年来均为广大消费者提供免费灵芝孢子破壁检验观测服务！

热线：021-34010789/64311772

上海科院药房地址：肇嘉浜路526号（近岳阳路）南京中科药业出品