

“为什么我的世界是扭曲变形的？”

◆吴瑞莲

人类的寿命不断延长，如今对不少人来说，年过半百仍然有着绝佳的气质和良好的容貌。眼科专家李勇主任却指出，现在的人都十分重视容貌的保养，拥有紧致的皮肤，但常常忽视眼睛的保护。他说：“我指的眼部，不是鱼尾纹、眼袋，而是眼睛。”李勇主任表示，脸也许可以在年龄上“蒙混过关”，而眼睛却不会。他认为，眼睛作为我们极易老化的器官之一，许多随年龄增长，风险同时增加的眼病仍是以 50 岁作为警戒线的。一旦忽视了对眼睛的保护，疾病所带来的伤害，将远远超出容颜的衰老。

视野扭曲变形须警惕

“为什么我的世界是扭曲变形的？”李主任表示，自己遇到许多患者都有这样的困惑。他指出，扭曲和变形的现象是黄斑变性的典型症状。这种以 50 岁以上为主要发病群里的疾病又被称为年龄相关性黄斑变性。顾名思义，就是说它的发病与机体、眼睛的衰老是分不开的。

据了解，年龄相关性黄斑部病变早期容易被忽视，主要原因在于其症

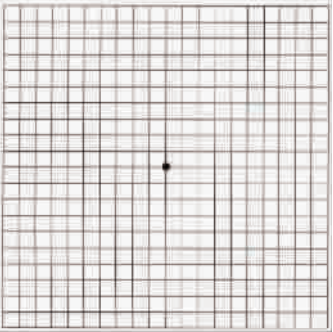
状就是视力下降，而这一点上与老花眼、白内障的症状极为相似。所以，常常有患者将黄斑变性当老花。李主任表示，人眼黄斑区的病变是一个逐步渐进的过程。当患者出现了看什么东西都是扭曲、变形的时候，就应该引起其足够的重视了。

李勇主任解释说，黄斑变性通常是退化的自然结果，随着年龄增长，人眼内的视网膜组织也会随之退化、变薄，从而引起黄斑功能的下降。在部分黄斑变性病人中，负责供应营养给视网膜的微血管便会出现渗漏，甚至形成疤痕，新生的不正常血管亦很常见，血管渗漏的液体会破坏黄斑，引起视物变形，视力下降，过密的疤痕引致中心视力显著下降，甚至致盲。所以针对那些视野中出现“扭曲、变形”的患者，一定要尽快进行眼底检查，确认并控制病情。

阿姆斯勒方格表可早期自测

提及视野的变形和扭曲，很多人会觉得似乎有、又似乎没有这样模棱两可的感觉。李主任说，这是由于人们的双眼一直处于同视状态的缘故。

众所周知，从小到大，在查视力的时候，都是遮住一只眼睛，用另一只眼睛注视视力表。对于眼睛视觉是否出现异常也是如此。



李主任表示，阿姆斯勒方格表是一种非常简易的自测表格，可以帮助患者快速自测视野是否已经出现了扭曲、变形。具体使用方法为：

- 1.在光线明亮的地方进行测试。将方格表放在视平线 30 厘米之距离。如果有近视或老花的人，需佩戴眼镜进行测试。
- 2.用手遮住左眼，右眼凝视方格表中

心点。（测左眼时，需遮住右眼）

如果出现了方格变形、扭曲、缺掉一块这样的症状，就一定要进行专业的眼底检测了。

三大人群易患黄斑变性

李主任指出，女性患黄斑变性的危险性高于男性，另外吸烟也会使患病几率增加，有黄斑变性家族史的人群同样有更高的患病危险。他说，无论是否为高危人群都应密切关注自己的眼部健康，如果出现看到的物体模糊不清；视野整体色彩不鲜明、对比度下降；看到物体的中部变暗或中心暗点等情况，要立即到眼科就诊，进行详细的医院检查。他进一步说明，针对黄斑变性 OCT 检查，可以了解黄斑各组织层次以及是否有水肿和脉络膜新生血管的情况，例如湿性黄斑变性的黄斑区的水肿、出血、隆起，甚至异常血管进入，色素上皮脱离等。

如果医生判断患者患有湿性 AMD，一般会进一步做检查，以便进一步了解视网膜和脉络膜的循环情况，对于疾病的诊断、治疗及判断预后都有重要的意义。

新民健康特邀专家简介



李勇 主任医师

擅长: 各种复杂白内障、后发障、青光眼、视网膜脱离、玻璃体积血、糖尿病视网膜病变的诊治。



董珺 医学硕士

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治。

口腔种植主任：科学处理缺牙，让老人乐享晚年

新民健康感恩亲情爱牙行动启动 爱牙讲座及专家宣教名额免费申领中

牙齿不给力 缺牙老人只能“吃软饭”

随着年龄的增大，许多老人都开始出现诸如牙齿松动、牙缺失等口腔问题。一旦牙齿出现上述问题，就意味着与美食的“绝缘”。日常生活中，许多老人在出现牙齿缺失后，平时爱吃的食物几乎都不能享用了。食物咬不烂又咽不下，每天只好吃些松软的、易于咀嚼的食物，不少老人只能自嘲是“吃软饭的”。

处理缺牙获健康快乐享晚年

人类只有一副恒牙，一旦破坏再也无法恢复。牙齿脱落后如果不及时处理，不只有无法享受美食的遗憾，还会引起相邻牙的松动，甚至会影响到整个牙齿的生理结构发生变化。其次，牙齿缺失的越多，咀嚼效率就越低，食物没有经过充分咀嚼就进入肠胃系统后，对于中老年人已经逐渐衰老的肠胃器官来说，是一个很大的负担，极易诱发肠胃疾病的发生。武玉锦主任提醒广大牙缺失读者，要及时处理失牙，才能畅享晚年幸福！

科技进步 让缺牙处理更便捷

近年来，随着口腔医学的不断发展，新的牙缺失处理方式层出不穷。口腔专家武玉锦

主任表示：随着最新科技在口腔领域的广泛使用，使得单颗牙缺失、多颗牙缺失等常见牙齿缺失问题都可以迎刃而解。甚至半口、全口缺失、牙槽骨骨量不足等传统意义上的高难度牙缺失病例都可有效处理。患者应选择适宜自身实际情况的牙齿缺失处理方式，来达到便捷处理缺牙的目的。

新民健康携手种植专家开展“感恩亲情爱牙行动”

对于老人来说，一口好牙对于晚年生活的重要性是不言而喻的。本周，新民健康启动“感恩亲情爱牙行动”，携手口腔种植专家武玉锦主任举办牙齿缺失科普讲座及免费宣教活动。成功报名即可免费获得专家讲座及宣教名额，还有多重好礼等你领！

- 上门礼**：七彩健康杯一个
- 感恩礼**：专家为读者免费提供牙健康面对面宣教及建议
- 回馈礼**：凡成功报名并到场的读者还可尊享爱牙礼袋一份（牙膏、便携式小药盒等多重礼品）
- 报名方式**：拨打新民健康工作室电话：021-62892367（工作日期间 10:00-17:00）编辑短信“口腔+姓名+联系方式”发送至：15921864049

为什么说春季治疗鼻炎正当时

新民健康邀你限额限时参加专家宣教

春归大地，花开花落，花粉飘浮，正是过敏性鼻炎的高发季节，但很多读者认为是普通“小病”，可一旦发作，揉鼻子揉到发红，打喷嚏打到落泪的滋味着实难受，严重者还会导致头疼，呼吸困难。耳鼻喉科专家指出，春季气候多变，加上螨尘、花粉增多，容易引发鼻炎。鼻炎病情各不相同，读者应及时就医检查，避免不经诊断自行用药造成的不良反应。

三大症状

耳鼻喉科专家表示，过敏性鼻炎在临床上主要表现为三大症状，第一个是鼻痒，鼻子痒得很厉害；第二个是打喷嚏，打喷嚏有一个特点，就是持续打喷嚏，可以打十个、二十个；第三个是流清水鼻涕，曾经有病人反映，鼻涕像水一样。这三大症状判别是否患有过敏性鼻炎，但是纯粹有症状还不能完全确定患有过敏性鼻炎。

远离过敏原

有的人喜欢养花草养草、养猫狗之类的宠物，如果检测出病人对花草、猫狗毛皮过敏，

那么便可以确认其过敏原为花草和猫狗毛皮，此时应尽量改变生活习惯，转变兴趣爱好，拉开和过敏原的距离，一旦不接触过敏原对你的刺激，你过敏性鼻炎的症状就会减轻。如果你有过敏性鼻炎患病史，一旦出现过敏性鼻炎强烈的症状，专家建议一定要及时去医院救治，针对你过敏性鼻炎的症状及时的用药控制。专家说，过敏性鼻炎没有根治办法，有的患者就认为既然不能根治，便决定不治了，恰恰相反，过敏性鼻炎久拖不治将引发一系列的并发症。

春季治疗正当时

过敏性鼻炎易发时节，采用正确有效的方法进行治疗才可以避免复发。为满足更多读者的迫切需求，新民健康邀请从事耳鼻喉疾病的专家进行宣教。患者如有需要，可以通过以下报名方式（任选其一）获取防治有关鼻炎、咽炎的医学健康科普知识：

- 1.拨打新民健康咨询热线：021-52921348
- 2.发送短信“鼻炎+姓名+联系方式”至18017315556

报名截止日期: 4月16日 15:00 时

特邀专家介绍 武玉锦



副主任医师，资深口腔修复及口腔种植专家。先后在北京、上海知名三甲医院从事口腔临床工作二十余年，是国内最早开展微创种植的专家之一。在复杂口腔种植、口腔常见病治疗和牙齿修复方面经验丰富。



特邀专家



冯勃

耳鼻喉科主任，副主任医师。从医近二十余年，有丰富的临床、教学、科研的经验，在国家和省市级杂志发表学术论文10余篇。擅长耳鸣、耳聋、鼻窦炎、过敏性鼻炎、鼻息肉、慢性咽炎、新症及耳鼻咽喉—头颈部肿瘤等疑难杂症的诊治和治疗。



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、慢性咽喉炎、过敏性鼻炎、慢性鼻窦炎、鼻息肉、鼻甲肥大、声带息肉、新症等疑难病症。多次参加国内国际耳鼻咽喉学术会议及耳鼻咽喉医师培训班，在相关医学杂志期刊发表学术论文20余篇。

本版活动为公益活动，不向参加者推荐医疗服务或者其他商品，相关信息仅供参考