

白内障真是中老年人“专利”吗?

一谈起白内障,很多人最先想到的是中老年人群,对于很多年轻人来说,感觉还十分遥远。确实,白内障多发于40岁以上的中老年人身上,但这不代表年轻人就不会患上白内障。眼科专家董珺说,许多人会认为,只有随着年龄的增长,机体逐渐老化,才会患上白内障。其实白内障的诱因很多,年龄增大,机体衰老只是其中一部分。

白内障发病正逐步年轻化

据董珺医生介绍,目前白内障是主要致盲因素之一。除遗传基因、体内脏器疾病诱发外,年轻人的不良生活方式、营养失调、接受辐射过多等原因直接导致了白内障发病的年轻化趋势。年轻人之所以容易得白内障主要原因是高度近视,加之在电脑屏幕前工作、娱乐,长时间受电子辐射的伤害,眼睛里的晶体组



正常视觉



白内障视觉

织逐渐失去原有的功能和代谢平衡,造成晶体浑浊,引起高度近视继而引发白内障。

为此,想要阻止白内障向年轻化发展的趋势,一定要从调整生活方式做起,例如,尽可能多接触自然光线,使用电脑要注意休息。另外,自己也要提高警惕,如白内障早期症状就是视力减退、屈光改变、看东西重叠、眩光,此时就要赶快看医生了。董珺医生建议,高度近视患者要注意用眼时间,每隔半年检查一次眼底和玻璃体情况,平时多吃深绿色的蔬菜,如菠菜、芥兰等,避免眼睛受阳光中紫外线的损害。

早发现早治疗 揭开眼前的“帘”

简单来说,所谓白内障,就是因为各种各样因素导致的晶体浑浊,光线被浑浊的晶体干扰,不能投射在视网膜上,也就看不清东西了,常见的症状是视力下降和视物

模糊,此外,还可能出现视野缺损,色觉改变,对比敏感度下降,炫光,单眼复视,暂时性近视等症状。这就好像是在窗户前拉上一层窗帘,也就和窗外的风景无缘了。

现如今,许多中老年人都有着不少的顾虑,不仅自身不清楚白内障和青光眼等其他眼病,而且还在因为自己看不清东西给儿女添麻烦而自责烦恼。董珺医生强调,白内障不及时做手术会引发急性青光眼,导致眼病愈发严重。

据了解,有些老人不愿意给儿女添麻烦或者以为病情不严重,非要等到看不见了才治疗,最终错过黄金手术时机,白内障逐渐加重,引发了急性青光眼,导致不可逆性失明。

董珺表示,白内障在形成及发展的过程中,晶体混浊不断吸水膨胀,体积增大,推虹膜前移,向前推挤眼内房水外流的结构前房角,导致房水外流受阻,出现房水蓄积,眼压升高,即青光眼急性发作。

患者表现为眼睛胀痛、视力下降、眼红,往往还伴有头痛、恶心呕吐等,因此有些病人一开始还以为自己得的是内科疾病,到内科就诊而延误病情。

对此需要尽快处理,可先用药物降低眼压,尽可能开放前房角。如果就诊及时,大部分患者高眼压的症状会得到缓解,视力提高。但这绝不意味着疾病已经治愈,因为导致青光眼发作的病因依然存在,如不继续采取正确方法处理,今后还将反复发作,直至视力丧失。

以当代的医学技术水平而言,还没有找到有效药物让浑浊的晶体重新变得“晶莹剔透”。

董珺提醒,一旦发现自己出现视力下降和视物模糊,不妨试试交替遮盖一只眼,观察自己的视力有没有显著下降,必要的时候最好到眼科就诊,做一个系统检查。早检查早治疗是很重要的,不要等到视力衰弱了再治疗,为时已晚。

吴瑞莲

听眼健康讲座 与专家面对面交流

为退休的中老年群体可以有双明亮健康的双眼看世界,了解眼部保养、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“夏季护眼眼健康系列讲座”。每日电话报名前30名读者可参加本次讲座。

感兴趣的读者可拨打新民健康会员服务专线 021-80261680(10:00-17:00),或发送短信“专家+姓名+联系方式”至13818853479报名参与。

新民健康特邀专家简介



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疗。

李勇 副主任医师

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疗。

口腔义诊公告 关爱健康从“齿”开始

为加强与广大群众对口腔健康的防范,华驰口腔及多名牙科专家举行“健康口腔,修复失牙大型义诊活动”。活动期间特别开通(免挂号费、免检查费、免费诊疗方案、免费拍片)等多项绿色通道,向广大牙齿缺失、假牙佩戴不适、烤瓷牙使用不适、及牙病痛患者提供专业的口腔咨询服务。

缺牙会把好牙“拉下水”?

很多缺牙患者都以为:只要牙不痛,缺一颗两颗不要紧,要知道,口腔中的牙齿,上下左右对称分布,各司其职。其中,门牙切断食物、大牙则是磨碎食物。一旦牙齿缺失,均衡被打破,其余好牙的负担就会加重。牙齿功能下降,牙龈萎缩,因此会加速其余好牙的脱落。

叶雪菲

爱心提示:为确保义诊质量,本次义诊采用电话预约或短信报名的方法。义诊预约电话:021-60538498 义诊报名短信:编辑短信“晚报+姓名+联系方式”发送至:1893 0224 117 义诊时间:7月23日 地址:上海市黄浦区西藏南路758号金开利广场4楼 黄字备登字(2016)第100271号

义诊专家介绍



江中明

原长海医院颌面外科副主任 第二军医大学获博士学位发表学术论文20余篇,擅长种植牙,处理各种牙列缺失



周志英

原牙防所主治医师、中华口腔医学会会员擅长活动义齿疑难处理,固定义齿修复。

名医坐堂

读者提问:

肝病患者可以饮酒吗?

上海交通大学医学院附属新华医院消化内科主任范建高教授回答:长期过量饮酒不仅会导致酒精性肝病、脂肪肝,也会成为病毒性肝炎和肥胖性脂肪肝患者的肝损伤的“帮凶”,长此以往肝硬化和肝癌的发病率也越来越高。此外,许多年轻人习惯熬夜,这对肝脏健康有不少影响。生物钟对于人体健康包括肝脏健康很重要,熬夜会导致内分泌紊乱并可导致肝损伤加重,睡眠太少者易发胖和出现代谢紊乱及脂肪肝。

好锅配好油 免费抱回家

国仁康为扩大市场推广宣传,特开办“好锅配好油”免费发放活动,现面对上海55周岁以上居民可免费无条件领取**麦饭石炒锅一口**和**野生山茶油一瓶**,实名制申请通过后,即可无条件免费领取,每人限领一份,不可重领,代领参与过本平台其它宣传活动的不可参与本次活动。

报名时间:8:30-17:00

报名热线:400-728-1868

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002萃取的中华灵芝孢子油。 专利号:21 99 123952 0 发明专利:一种灵芝孢子油活性增强方法

中科牌爱特胶囊(100粒/瓶)

以葡萄糖含量高的姬松茸、云芝、香菇、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2元体验计划

关爱市民健康,“中科灵芝2元体验计划”真情起航。符合条件的市民以**2元的价格**获得**总价值960元的**中科牌**灵芝破壁孢子粉2瓶**。

因领取者需符合条件,务必电话预约,否则无效!每人终身限领一次!

活动期限:长期不限领

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——《申请表》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,上海科医药房中科上海健康服务中心十几年来均为广大消费者提供免费灵芝孢子破壁检测观测服务!

服务热线:021-34010789/64311772 网站:www.zhongke.sh.cn

上海科医药房地址:肇嘉浜路526号(近岳阳路) 南京中科药业出品