流泪满面小心泪道阻塞

◆吴瑞莲

时间如白驹过隙,转眼间2016年已接近尾声,新的一年即将到来。在新的一年里,你是否还在因流泪而烦恼?你身边是否也有这样的人?总是迎风流泪,手里总抓着纸巾擦眼睛;没有伤感,却不分时间、场合的挂着两行清泪,眼皮经常红红的;即使在室内也"眼泪汪汪",终日"以泪洗面"……泪道病专家范金鲁主任对此表示,这些人的"流泪"均为泪道阻塞的典型表现,他们很可能身患泪道阻塞而不自知,他建议在一年的开始要去除沉疴,摆脱宿疾,笑着面对新的一年。

泪道病易缠上 基层工作者与中老年人

泪道阻塞是眼科常见的疾病之一。范金鲁表示,其典型症状为眼睛长期泪流不止,或伴随眼角有脓性分泌物。尤其是一些从事农村基层和户外工作的人,更容易得泪道阻塞。

范主任指出,这些人虽然容易得泪道病,但他们也容易忽视泪道病的危害,单纯的泪道阻塞没有红肿、疼痛等不适,流眼泪对于他们而言只是小"麻烦",能够忍受。他们认为并不会耽误工作和生活,不少病人甚至觉得泪道阻塞不是病,不需要治疗,其实这种想法非常危险。

范主任介绍,泪道阻塞一般多发生在中年以后,老年多于儿童和青年,50岁左右发病率较高,女性较男性的发病率高。泪道病已经不是中老年人和女性的专利,它正逐渐向青年人和婴幼儿扩散,比例正逐年上升,需引起重视。范主任强调,不论什么年纪,发现流泪症状都应及时到眼科检查。

看似"小病" 却带来许多烦恼与尴尬

"很多患者认为,流泪又不是病,擦擦就好了,最多烦恼一点。"范主任说道,其实这个观念是错误的。如果只有流泪症状的泪道病,虽然不痛也不痒,但也确实给患者的生活带来了很多烦恼和尴尬。"患者的情绪将因此受到影响,总被人误认为是不分场合的流泪,或者太过感伤。并且流泪需要经常擦拭眼睛,尤其是冬天寒冷干燥,很容易导致眼皮红肿、甚至糜烂,皮肤感染。"范主任坦言,就是这样一种看起来不大的"小病",常常将人折磨得苦不堪言。

其实人在清醒的时候,眼睛会一直分泌出泪液,保护眼睛,那么分泌出的泪液去哪儿了呢?范主任对此解释说,一部分被蒸发掉了,另一部分泪液会随着内侧眼角位置的小孔流入泪道,然后进入鼻腔,所以眼睛跟鼻腔之间是相通的。"泪道就像是眼睛的下水道,如果下水道被堵住了,脏水就会全部溢出来,这就是大多数人眼睛莫名其妙流泪的原因。"

他进一步介绍说,如果有些市民除了流泪,眼角还流脓,那么就是泪囊内有炎症。"泪囊炎症比单纯的流泪要麻烦很多。"当使用指尖轻压大眼角和鼻梁交界处时,便会有大量液体从眼角流出,这就是泪囊炎的典型症状。当脓液较多时,没有及时擦拭,糊在眼睛周围的睫毛上,则就会阻挡视线,看东西总是感觉眼前模模糊糊,好像总是有眼屎擦不干净一般,给人一种很不卫生的感觉。不仅如此,相较那些眼部环境健康的人来说,脓液长期附着在眼睛上的患者,脓液还会污染角膜,从而诱发角膜炎症的几率将大大提升。除此之外,泪囊炎症如果没有及时消除,很可能急性发作,分泌出大量的脓性分泌物,聚集在泪囊内形成囊肿,使眼角下的皮肤有明显的红、肿,还可能有疼痛感,无法睁开眼睛及患侧视力障碍,不能正常工作、休息,此时为疾病危险期,很可能已经错过最佳治疗时机,应立即配合医生参与诊治。

范主任表示,泪囊炎症的治疗难度较高,首先,这是因为泪囊出现严重堵塞,消炎药水根本无法滴入其中。其次,市面上很多诊疗干预都是采取清除脓液的措施,可谓治标不治本。复发的可能性非常高。他认为,只有解决了泪囊狭窄以及如何让眼泪保持常年通畅才是解决了泪道疾病的根本。"这样做,不仅可以使眼泪正常分泌,还能让原来的泪道得到及时的消炎治疗。"

范主任再三提醒,冬季天气寒冷,一些人对冷空气比较敏感,眼睛受到冷风刺激后泪腺分泌能力增强的同时,泪小管因遇冷收缩,便出现了迎风流泪的现象。另外,老年人由于泪腺和泪道功能退化,更容易患上风泪眼。出现迎风流泪、流脓的患者应当及时对泪道疾病采取措施,才能保证自己的双眼远离感染,有个健康良好的外环境。

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"冬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更可获得专家面对面宣教机会。

感兴趣的读者可拨打新民健康会员服务中心热线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

范金鲁

泪道病专科主任、中西医结合泪器学组委员、中国医师协会内镜分会理事、世界内镜医师协会中国协会理事、内镜与微创专业技术全国考评委员会理事

擅长:先天及各种原因造成的泪道阻塞或狭窄,功能性溢泪,急、慢性泪囊炎,泪道术后溢泪、流脓等泪道疑难杂症的治疗。

本板块活动为公益活动,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

中科灵芝系列冬季大酬宾
优惠截止日期:12月31日
更有万元档超值好礼等您来
中科创新牌灵芝孢子油软胶囊(40粒/瓶)
最低可至6折
购买 赠送
8 3
16 7
24 12
黄金新组合
中科牌爱特胶囊(100粒/瓶)
最低可至6折
购买 赠送
5 1
12 3
20 6
中科灵芝2元体验计划
关爱市民健康,"中科灵芝二元体验计划"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几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!
广告
热线:021-34010789/64311772 网站:www.zhongke.sh.cn
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

上海夕阳红口腔门诊创始人施国良先生提醒您
老人装假牙 尽量留下老残牙

在上海,60岁以上的老龄人口已超过300万人,其中有各种口腔健康问题的人比比皆是——不是牙齿掉落、缺失,咀嚼不便、发音受阻,就是牙齿松动、摇晃,疼痛、敏感,咀嚼无力,冷的、热的、硬的食物都不能吃,甭提有多烦心了……但他们在应对这些问题,特别是需要安装假牙或牙冠来应对时,很多人都希望——把口中所剩无几、吃东西十分不便的残牙全部拔掉,直接安装满口假牙就好了!

其实,这样的想法要不得!俗话说:真牙一颗赛黄金!老人装假牙,尽量不要清除所有残牙、残根,去装满口的。

老人装假牙,残牙、残根4大妙用

这是因为老年人口中所剩无几的牙齿多因根基较好才能得以幸存。如果剩牙没有发生病变,切不可随意拔掉;即使是龋坏严重的"烂牙根",也能够通过恰当的处理而得以保留。保留真牙至少有4益处——

健康的剩牙可以作为固定假牙的支撑点,有利于假牙在口腔里的固定,让假牙不易脱落、更为牢固。

残牙、残根与牙槽骨之间的牙周膜中有许多感觉神经,咀嚼食物时,食物的软硬、牙齿的受力大小等信息,都能通过这些感觉神经传递到大脑,大脑中枢神经就会根据这些信息来适当调整咀嚼、咬合力量的大小,确保既能嚼碎食物,又不会使牙齿用力过度,从而避免因硬碰硬而出现疼痛、受伤等。

剩牙、残牙、残根中牙周膜还能在咀嚼食物时缓冲牙齿的咀嚼力,进而保护牙龈,延缓老年人牙槽骨的吸收速度,减少安装假牙后频繁调试的麻烦。

保留剩牙可以直接避免补牙过程中的物理创伤,减少拔牙的恐惧感,对高血糖人群非常有利。

老人装假牙,年轻人多陪同

大多数老人的知识层次、医学保健常识不如年轻人丰富!建议——老人在解决缺牙、牙齿摇晃、疼痛、敏感、咀嚼无力等问题时,多与子女沟通,年轻人也应多参与、多帮衬、多些耐心为父母解释、分析利弊,最终做出合适的选择,让年老的父母拥有更美的夕阳,更多的口福,幸福的晚年!

(文:石亦华)

●国内邮发代号3-5/国外发行代号D694/全国各地邮局均可订阅/广告经营许可证号:3100020050030/社址:上海市威海路755号/邮编:200041/总机:021-22899999转各部
●本报印刷:上海报业集团印务中心等,在国内外7个印点同时开印/上海灵石、上海龙吴、上海金桥、上海界龙/北京、香港、美国洛杉矶
●本报在23个国家地区发行海外版/美国、澳大利亚、加拿大、俄罗斯、西班牙、泰国、菲律宾、日本、法国、巴拿马、意大利、荷兰、南非、匈牙利、新西兰、罗马尼亚、尼日利亚、印度尼西亚、阿联酋、英国、德国、希腊等
24小时读者服务热线 962555
本报零售价 每份1.00元