

揭秘：不为人知的四色致盲眼病

◆ 吴瑞莲

随着科技进步和医学水平的提高，诸多传统致盲性眼病已被攻克，人们健康意识也逐步提升。然而新的眼部疾病谱以及新的挑战随之而来，年龄相关疾病、代谢相关疾病的发病率却迅猛增长。目前，我国几种与老年人相关且致盲率较高的眼部疾病，以“白黄蓝红”四种颜色作为标志，“白”代表白内障，“黄”代表老年性黄斑变性，“蓝”代表青光眼，“红”代表糖尿病视网膜病变与眼睛血管相关的疾病。著名眼科专家宋蓓雯主任指出，这四种眼病与老年人关系密切，已成老年人眼部健康的主要威胁，应该给予高度重视。

四类致盲性眼病需警惕

“白”是指白内障。白内障是老年常见眼病，是我国一大致盲因素，是多种因素综合作用引起晶状体发生老化，从透明变混浊的一种退行性病变。眼部晶状体的浑浊就好比一扇窗帘，遮盖住了窗户。而白内障的严重程度就好像窗帘的厚薄雾一样。如果不及及时治疗，一旦引起其他并发症，例如青光眼和各类眼底疾病等，就会导致永久性失明。因此，对于中老年人来，当发现视力下降或视物模糊时，就应该主动到医院检查，取出浑浊的晶状体，抹掉像窗户上的薄雾，还患者清晰视界。

“黄”是老年性黄斑变性，黄斑是视网膜的一部分，同时也是视网膜上看东西最敏锐的部分，人们看东西时最中心的视力就是由黄斑负责的，一旦黄斑部位发生疾病就会严重影响视力。症状表现为视野中心出现模糊暗点，导致阅读或做事需要更多的光线。晚期模糊暗点变得更大更暗，视力下降，严重时可

以致盲。近年来，黄斑变性的患病率不断上升，且随患者的年龄增加而升高，已成为我国老年人群不可逆视力损伤的主要原因。

“青”是青光眼，人的眼球像气球一样，为维持其外形和功能需要一定压力，但这个压力有一个正常范围的限值。当眼压升高，超过眼球所能耐受的范围时，会造成视神经损害，导致视野缺损，进而发展为青光眼。眼压增高持续时间越久，视功能损害越严重，如不及及时治疗，视野可全部丧失甚至失明。

宋蓓雯主任提醒，青光眼是不可逆的，但早期干预和治疗是可以减缓病情恶化的。急性闭角型青光眼如得不到及时治疗，24-48小时即可完全失明。而原发性开角型青光眼虽进展缓慢，但若不及早采取干预措施，持续高血压将引起视神经损害和视野缺损，本来还有希望恢复健康的眼睛，拖到最后变的无计可施，最终亦会导致失明。

“红”是以糖尿病视网膜病变为代表的血管相关性眼病。视网膜病变是糖尿病眼病中最严重的并发

症，也是致盲的重要原因之一。宋蓓雯主任强调，在Ⅱ型糖尿病患者中，四成人会出现视网膜病变，一成的人 would 丧失视力。而且，糖尿病视网膜病变的患病率随病程和年龄的增长而上升。一般来说，糖尿病病程超过10年者五成存在视网膜病变。

在糖尿病眼病导致视力丧失或盲之前及早发现和治疗，是控制糖尿病眼病的最好方式。因此，宋主任建议所有的糖尿病患者除了关注血糖，不要忽视眼科检查。至少每年一次散瞳检查眼底；如果有严重的糖尿病性视网膜病变，需要较频繁地散瞳检查。正确及时的干预可以使九成以上的糖尿病患者避免失明，只要积极配合治疗，完全可以保护好

眼病要做到早发现、早治疗

随着年龄增长，步入中年以后，人体某些机能也会逐步退化，眼睛当然也不例外。事实上，许多疾病与我国老龄、代谢相关疾病密切相关。我国致盲性眼部疾病谱极具中国特色，这与我国老龄/代谢相关疾病迅猛增长的流行病学特点相一致。然而四大致盲眼病公众知晓率很低，有大量患者得不到及时诊断与治疗。宋蓓雯主任解释，由于这些眼病与年龄相关，即使出现症状也易被误以为年老所致，因此常常被忽视或误诊，从而导致严重后果。

所幸的是，目前许多的医疗及手术技术，可以帮助中老年人获得

健康视力，而且许多眼疾可以经由早期发现、治疗，而得以避免与减轻，宋主任建议50岁以上人群每年定期检查眼底，以尽早发现病变并采取积极干预措施。很多眼底疾病起病隐匿，早期症状不明显，通常在发现时已对患者视力造成不可逆转的严重危害，因而提高疾病知晓率、诊断率和治疗率至关重要。

宋蓓雯主任提醒道，中老年人只有加强眼保健意识，早期发现及治疗，才能避免“心灵之窗”被侵犯；注意饮食的自我调节，回避脂

肪类食物、糖果，多补充蔬菜、水果，并在医生的指导下服用维生素A；自己做时常一些简单的眼部理疗，如眼部穴位按摩、热敷、多转动眼球等；改正用眼习惯，尽量不要在黑屋里呆过长的时间，看书看报看电视时注意自我调节，感到疲劳就要放下休息，不可过度“勤奋”；暴露在强光中要佩戴墨镜，保护娇嫩的视网膜；使用电子产品要适度，不让眼睛超负荷运作；眼睛感觉不舒服和有变化时要及时去专业医院检查，不要延误治疗时期。

■专家简介

宋蓓雯 副主任医师 / 医学硕士

擅长：治疗各种视网膜疾病（糖尿病性视网膜病变、视网膜脱离、中心性浆液性脉络膜视网膜病变、视网膜静脉阻塞、视网膜裂孔等），玻璃体疾病（玻璃体浑浊、玻璃体出血、玻璃体炎症等）及黄斑病变（老年性黄斑变性、黄斑区脉络膜新生血管、息肉样脉络膜血管病变）等眼底眼内疾病的诊疗；各种老年性白内障、并发性白内障及高度近视等病症的诊疗。

眼科义诊通告

经相关部门批准，上海爱尔眼科医院举办义诊活动。活动期间，本着“便民惠民”的原则，特开通（免挂号费、免检查费、免费专家会诊等）多项绿色通道，向广大群众提供专业眼科咨询、检查服务。

□义诊时间：2017年3月17日8:00

□地址：上海市虹桥路1286号（10号线宋园路2号口）

□预约方式：本次义诊采用电话/短信预约

□义诊预约电话：138 1885 3479

□义诊短信报名：编辑短信“姓名+联系方式”发送到138 1885 3479

□义诊备案编号：长卫登字（2017）第0002号

缺牙颗数多、缺牙时间长、牙槽骨萎缩 新方式挑战缺牙难度

便捷舒适拥有好牙其实没那么难

新民健康特邀原九院种植牙专家支招“老掉牙”，电话连线专家更享超值福利 ◆ 叶雪菲

“6年前开始陆续掉牙，但一开始也觉得‘老掉牙’是正常现象，缺了也没及时弄，去年掉牙颗数增多，下颌牙基本掉尽，已无法正常进食，脸庞也因为

没有牙齿支撑而塌陷下去了，和两年前照片相比，感觉自己一下子老了10多岁喽！”

满口老烂牙 每日三餐饱受缺牙折磨

春天，给予万物新生。缺牙中



老年人长期遭受咀嚼无力、食物嵌塞、口腔异味、吃饭不香、消化吸收差等诸多困扰，是否有想过缺掉的牙齿有一天也会如春笋般发芽重生呢？是否梦想着拥有一口好牙找回青春活力呢？

上海口腔医学会口腔种植专业委员会委员、原九院种植牙专家王申表示，目前人们对牙齿缺失的就诊需求，与人的知识水平、生活水平有着密不可分的关系。越是对生活、生命质量追求高的人，对缺牙后的处理就会越及时、

越重视。在上海，越来越多的缺牙者寻求牙医的帮助，希望通过新方式重新获得真牙般坚韧有力的咀嚼感受。

新方式和传统方式怎么选 专家面对面答疑来帮你

牙齿是一个高强度、高频率的受力器官，牙列中有一颗牙齿缺失便意味着三维动力平衡被破坏。因此，即便是缺牙一颗，也需要根据自身情况选择最适宜的处

理方式，更别谈缺牙多颗，半口缺牙，甚至全口无牙的患者了。

缺牙处理新方式的出现让缺牙者收获的不仅仅是一口好牙，更是一份后半辈子品质生活的保障。缺牙多年、缺牙多颗、甚至牙槽骨萎缩的患者，也能通过新方式处理缺牙，不仅舒适、美观，维护得当更能长久使用。

值得一提的是，无论何种处理方式都必须经过正规医院医生的检查诊断才能确定选用哪种方式更适合。

■专家简介

王申

交大医学院口腔医学硕士

2003至2013年任职九院口腔种植科

国际口腔种植学会(ITI)会员

中华口腔种植专业委员会会员

瑞士straumann种植培训讲师

上海口腔医学会口腔种植专业委员会委员

专注于微创、即刻种植,All-on-4种植

原九院种植专家面对面答疑 享超值礼包

本周原九院种植专家王申面对面答疑活动报名火热，如果您有牙齿松动、牙齿缺失、假牙佩戴不适、烤瓷牙失败等情况，均可报名参与。王医生将帮助大家理清缺牙误区、建立处理缺牙的信心。每日超值福利包送完为止！先到先得！

■活动内容：

- 1、原九院知名种植牙专家面对面答疑互动
- 2、免费领取爱牙大礼包(实用口腔护理套装)
- 3、扫二维码报名获赠精美牙刷、牙线

■报名方式

报名热线：021-62476396

或编辑短信“牙齿+姓名+联系方式”

发送至18121287952

扫二维码报名获精美礼品 获取更多惠民信息

