

关注“联合国糖尿病日”

# 专家提醒：糖尿病可致盲！ 要像关注血糖一样注意双眼

吴瑞莲

近年来,随着全球糖尿病患者的急剧增加,因糖尿病致盲率也呈大幅上升趋势。糖尿病中含有个“糖”字自然是和糖尿病撇不开关系,它是糖尿病性视网膜病变的简称,顾名思义即由糖尿病所引发的视网膜血管病变。

时值第26个国际糖尿病日即将到来之际,眼科专家在此提醒,“糖网病”病症潜伏周期长,不痛不痒,视力逐渐受损,常常使人忽略这只“猛虎”的存在,广大糖友们需对其引起重视。

## 4大症状预示糖网病的发生

转眼立冬已过,糖友们即将开始一年一度的“熬冬”。因为糖尿病的发生与季节的关系非常密切,而冬季气候寒冷,阴盛阳衰。入冬以后血糖指数不稳定,比较难控制,甚至会有上升趋势,比春夏秋三季明显升高。所以,糖友们最容易在这个时候病情反复或者加重。眼科专家表示,冬季是糖尿病及其并发症的高发季节,而糖尿病患者总是关注血糖和全身性疾病,反而忽视了它对眼睛的伤害。其实糖网病对于眼睛的危害特别大,情况严重的话会导致失明的出现,所以对付糖尿病眼病最好能够早发现早治疗。

糖网病的症状会随着病程的发展有不同的表现。眼科专家解释道,早期糖网病患者视力可能很好。只

有当病情进展到一定程度,出现了玻璃体积血、黄斑水肿、牵拉性视网膜脱离甚至继发新生血管性青光眼等的时候,视力就会出现严重的损害。病变发展十分迅速的患者甚至会出现一夜暴盲。因此,糖尿病患者一旦出现视物模糊、眼胀、眼前黑影、双眼复视,应及时就诊。眼科专家发现,很多糖网病患者都存在一个普遍的误区:他们知道糖尿病,单纯地以为控制好了血糖,自身没有任何症状,糖尿病的并发症就不会“找上门”,视网膜就不会发生病变,也根本没有定期检查眼底的习惯。更多的糖尿病患者是从来都不知道糖网病,只看内科医生,一直忽视了眼健康。

在眼科专家看来这种想法是错误的。糖尿病患者只知道一味的控制血糖,忽视糖网病,当发现视力问题才猛然惊觉,原来糖尿病对眼睛

产生的影响不会随着血糖稳定而治愈。但这时候往往已耽误了糖网病的治疗良机。

其实,糖尿病一经确诊就应该立即检查眼底,并保证每年检查一次,必要时可以做眼底荧光造影,这是尽早发现糖网病的最佳方法。患病五年以上的糖尿病病人,则应增加频率,每半年检查一次。一旦眼前有黑色漂浮物、蝌蚪、蜘蛛网似病变,应马上就诊。此外,妊娠期间,糖尿病眼病也是糖尿病妇女的一个重要问题。因此,所有的妊娠糖尿病妇女最好每3个月做散瞳检查眼底一次,以保护视力。

## 早发现早治疗,赶走糖网病

比起强盗的大张旗鼓,糖网病开始时更像小偷,起病之初你可能不会感到有任何症状,然后当视力轻度下降和其他轻微反应出现时,你又会以为都是些小毛病而已,不当作一回事;随着病情发展,看东西变得明显模糊,才病急乱投医。就这样,糖网病慢慢“偷”走了你的视力,最后摇身一变成为无情杀手,让失明来的如此猛烈。

有些糖网病患者经治疗后,视力有所恢复,术后视力稳定,于是就放松了警惕,干脆不再去医院复查了,并且也没有严格控制血糖。

一段时间后,就会发现糖网病又“卷土重来”,这就是对糖网病缺乏基本的认知的表现。眼科专家强调,视力不是评价自身糖网病是否痊愈的标准,广大的糖网病患者应当走出这一误区。对糖网病患者来

说定期复查,也显得尤为重要,切不可掉以轻心。

眼科专家建议糖友们,趁完全入冬前给自己的眼睛做个全面的检查谨防糖尿病“夺”走视力,让自己过一个无忧的冬天。

### 专家简介



**宋蓓雯**  
眼底病专家 副主任医师  
擅长眼表疾病(白内障等)、眼底视网膜疾病(视网膜裂孔、视网膜血管性疾病、视网膜脱离、糖尿病性视网膜病变等)、玻璃体疾病(玻璃体积血、玻璃体混浊等)、黄斑疾病(老年性黄斑变性、黄斑裂孔、黄斑前膜等)的诊疗。



**李勇**  
副主任医师  
上海市眼科学会白内障学组成员、上海长宁区眼科质控专家  
擅长于各种类型视网膜变性、黄斑疾病、视网膜血管疾病、玻璃体疾病和白内障疾病等诊疗。在眼底内科学科治疗领域进行了大量工作,具有丰富的临床治疗经验。

## 眼科义诊通告

11月14日是世界糖尿病日,为此,本报联合相关机构推出“警惕糖尿病致盲”专场活动,教您如何防范因糖尿病引起的眼部疾病。活动期间,本着“便民惠民”的原则,特开通(免挂号费、免部分检查费、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。

爱心提示:本次义诊采用电话/短信预约报名的方式

■义诊预约电话:185-1636-0379

■义诊时间:2017年11月16日 上午8:00

■义诊短信报名:编辑短信“义诊+姓名+联系方式”发送到18516360379

■地址:上海市长宁区虹桥路1286号(10号线宋园路2号口)

义诊备案编号:长卫登字(2017)第0029号

## 杨铁毅:用精益求精诠释工匠精神

吴瑞莲 曹黎静

成为一名卓越的外科医生,是第二军医大学附属公利医院骨科主任杨铁毅教授的儿时梦想和人生追求。在他看来,外科医生更是医生中的工匠。今年,杨教授被评为2017“浦东工匠”。在近30年的职业生涯中,他用那悬壶济世的仁爱之心、处变不惊的心理素质、准确无误的操作技能、精力充沛的强健体魄、果敢耐心的工作作风,诠释着一位外科医生的工匠精神。

针对锁骨骨折传统手术治疗带来的长疤痕和感觉缺失会给患者带来生理和心理的创伤,杨教授根据锁骨的解剖学特点,在国际上首创锁骨骨折微创手术,避免传统手术缺陷。

骨盆后环骨折微创手术治疗,因风险大、难度高,一直是临床医生面临的技术难点,杨教授依据骶1椎弓根和骶髂关节间恒定的解剖关系,研发了“骶髂螺钉导向器”[专利号:

CN201020224935.5],极大提高手术安全性和精准性,成为公利医院首例成功实现临床转化的国家发明专利,并获2015年中华医学会骨科年会“十佳最具价值创新设计大奖”,及浦东新区科技进步一等奖等。

脊髓神经娇嫩,手术风险巨大,为提高手术的安全性和精准性,杨教授从2004年在上海率先应用显微镜技术开展精细化脊柱外科手术。目前,他已成为中国医师协会骨科医师分会第一届脊柱显微外科工作组委员,并成功举办显微理论和实操的继续教育学习班。

今年6月,杨教授还隆重倡议:向全国征集10例家庭贫困脊柱疾病患者,为全国因病致贫患者提供慈善援助手术治疗。一直以来,杨铁毅教授用“精益求精、追求卓越”的工匠精神,诠释着医者仁心的情怀,默默地守护着病人。

本版块活动为公益活动,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。

## 上海夕阳红口腔门诊创始人施国良先生提醒您 固定牙的苦恼与无奈

讲起宁波的施国良先生是上海夕阳红口腔门诊的创办人,幼小时,外公外婆的悉心照料和陪伴,在他的心里播下了善良和爱的种子,在他的记忆深处,总浮现出晚年外公外婆旧疾缠身的牙齿对他们所造成的种种困扰,然而要解决这个问题却非易事。

为此,施先生特考虑老人所需,依托自己20多年的丰富口腔保健管理经验,创办了专为老人行口腔门诊,只为病老人们的幸福晚年,贡献一份自己的力量,让更多老年人拥有最美的夕阳,更多的口福。



夕阳红创始人 施国良先生

生活中缺牙、少牙的牙齿修复一般是二种方法,一种是固定牙,另一种是活动义齿。固定牙修复体的材料多数用烤瓷和全瓷,在制成成品后的固定牙内冠里涂上胶,粘在备好的基牙上,俗称固定牙。这种固定牙在一般情况下,镶上后很快能够适应,感觉还好,甚至很长一段时间都没什么问题,让人感到自信。

几年过后,不知不觉中部分老年朋友的固定牙开始随着年龄增长、牙龈生理功能的变化逐渐出现问题——崩瓷、断裂、内牙酸痛、牙龈发炎等,但这只是刚刚开始。随着固定牙使用周期的增加,年龄增长、口腔机体免疫力下降,固定牙自然老化等,使用过程中可能出现的问题越来越多、越来越明显,最终或可造成固定牙脱落,完全失去了固定牙原有的、预期的功能。

为什么会这样问题呢?其实还有一个原因——固定牙内的金属是和牙龈组织密贴在一起,而牙龈生理反应是不接受金属的!医

学上叫“排斥”。举个简单例子,人手指头戴上金戒指,完全没有问题,戴上不锈钢戒指就不一样了,没几天,戴戒指的部位就会发红、发痒、皮疹、溃破等,这就是人体组织排斥。所以,牙龈也不例外,同样会出现副作用,牙龈发黑、溃疡、糜烂、肿痛、口臭等,而长期牙龈腐烂,并不是一个简单的现象,严重的还会造成更严重的牙龈疾病和其它口腔疾病。

前些年,确有不少人盲目跟风而选择了自己并不特别了解的固定牙,而当自己日后碰到这些问题时,才体会到苦不堪言。不过,材质优良的固定牙是没有这些问题的,也不会出现以上不适症状,完全可以安心使用。

但是,如果您选用的固定牙在使用过程已经或多或少地遇到了以上问题,建议您尽早和专业的牙科医生取得联系,及时寻求牙医的帮助,寻找合适的补救方法!也许牙医并不一定能够完全满足您所有的要求,但一定会给您一个好的、合适的建议供您参考。

(文:石亦华)

原料好源自以色列! 技术强 中科专利制备! 浓度高 每粒含番茄红素24.5mg!

## 中科专利产品 中科牌番茄红素胶囊

马上拨打电话1元申领

中科开展“专利产品”大型体验活动,仅需支付1元即可获得价值198元的中科专利产品,无需支付其他任何费用,赶快拨打电话报名申领吧!

报名条件:年满60周岁以上,凭本人身份证领取,终身限领取一次,因人数众多,需电话申领预约,按约领取。

申领内容:中科牌番茄红素1盒  
市场建议零售价:198元/10粒/盒

报名 021-62275509  
电话 021-62278795

荣获国家发明专利:  
番茄红素微胶囊的制备方法  
专利号: ZL201210397726.4

服用方便 每天一粒

【保健功能】增强免疫力  
【适宜人群】免疫力低下者  
【不适宜人群】少年儿童、孕妇、乳母

南京中科药业有限公司 出品