医技/新民健康 新民晚報

眼睛酸胀、头痛? 记下那些你不知道的小秘密

《爷爷的老花镜》、《老花镜 的故事》,每每学校布置了感恩 亲人题材的文章、小童同学和 她的同学们总是第一个想到老 花镜,感恩那个戴着老花镜的 爷爷/奶奶,着重描绘那个代表 着回忆、衰老也极具象征意义 的物件。但是当小章同学上了 初中以后,有些吃惊的是,爸爸 竟然也偶尔会戴上老花镜看东 西。眼科专家陈旭主任指出,现 代化的加剧让更多的人都出现 了提前老花的现象。在40至45 岁就出现了眼睛酸胀、头痛、近 距离视物困难的症状。大量长 时间的诉距离用眼, 让所有人 的眼健康都受到了前所未有的 威胁, 各类致盲眼病跟随着眼 睛酸胀而来。陈旭主任表示,没 有人想在自己正当壮年时便天 天带着老花镜,也没有人愿意 后半生在浑噩、模糊的世界里 度过。那么,就跟着陈旭主任一 起学习如何对付"眼睛生病了" 这件事吧。

眼睛酸胀头痛 不一定是老花

陈旭主任介绍说,所谓"老花" 是眼内晶状体调解能力无法跟上我 们视物所导致的近距离阅读或工作 困难的情况。虽然说老花是人体机 能老化的一种现象, 但是长期看近 处的东西, 无形之中加剧了这一情 况。其实,多数的人在40至45岁左 右眼睛会悄悄出现"老花"。多数情 况下,不为人们所察觉,仅仅有细 小字迹模糊不清、眼睛酸胀、头痛 的症状。

那么,很多人就会说,既然眼睛 胀、头痛说明用眼过多,那么尽量注 意调解不就好了。但是,陈旭主任表 示. 眼睛胀和头痛是伴随着生理性 的改变而产生的生理性改变。很多 情况下,并不会随着我们所谓的"注 意"而有所好转。

与此同时,眼睛胀,头痛并不一 定就是老花,还有可能是青光眼所 导致的。陈旭主任强调,青光眼是一 种严重的致盲眼病。它症状中的眼 睛疼、眼睛胀与视疲劳、老花是及其 相似的。因而很多时候都会使人习 惯性忽略以致后期的盲症。

因此, 切莫小看了眼睛酸胀、 头痛的症状。通过科学的方式在眼 睛酸胀的时候就判定疾病, 要远比 罹患青光眼而不自知要强多了。患 者和医者也可以有更多的时间和主 动性去遏制疾病的发展。

你需要了解青光眼的误区

陈旭主任表示,由于青光眼并 非十分常见,因而很多人都会存在 着关于青光眼的误区。希望读者们 可以谨记这些误区,帮助自己、身边 的青光眼/疑似青光眼患者。

■误区一: 只把"恶心呕吐"当作肠

陈旭主任解释说,青光眼中有一 种叫做"急性闭角型青光眼",发病时 除了有眼睛胀痛外,还有恶心呕吐的 症状。患者往往都会前往急诊科、消 化科、心内科等科室就诊而忽视眼科 症状,造成疾病诊治的延误。

■误区二:罹患了眼病,需要带墨镜

青光眼患者由于其眼内房水循 环障碍,眼内压增高,致使视神经坏 死、野缺损。如果戴上墨镜,就会因为 光照减少、瞳孔放大,加剧眼内房水 循环障碍, 使本来就已经很高的眼 内压讲一步增高,不但使病情恶化, 增加病人的痛苦,其至造成失明。

■误区三:眼压正常就不是青光眼了 青光眼是以视神经损伤和视功 能损害为特征的一组疾病, 眼压是 -个主要影响因素。但由于每个人 的"耐受"程度不同,有些人眼压高 -些也仅仅只是高眼压症, 另外-

告别"时代印记" 不再拿起老花镜

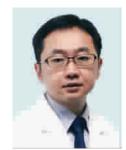
些人眼压正常,但已经是青光眼了。

针对老花,人们总是在提及老 花镜时,想到老者。然而,陈旭主任 表示,老花镜仅仅只是"时代印 记",现代科学已经可以帮助患者 消除这个"时代印记"了。可以想 象,不久的将来,更多的孩子们印 象里两鬓花白的老者们都不再拿 起老花镜,而是都有着清澈的眼 神。科技改变未来的景象延伸到了

"老花镜"这个物件上, 在如今看 来,并非天方夜谭。

光学科技的进步与眼科学相融 合, 让老花眼可以有机会把眼镜戴 到眼睛里,不仅实现了量"眼"定制, 更是那些喜爱放眼世界的旅行族们

陈旭主任指出,这个时代可能 计人们都早早的罹患了老花, 但也 有了相应的科技帮助老花群体不再 拿起老花镜。只要视界还年轻,你便



旭

副主任医师,医学博士,硕士生导师

原上海复旦大学附属眼耳鼻喉科医院眼科 专家,从事眼科临床工作近二十年,独立完成白 内障、老花、散光、青光眼等手术数万例。发表 SCI 论文、中华眼科论文及国内核心期刊 10 余 篇,承担复旦大学中山医院青年课题一项,长宁 区科委课题一项,参与国家自然基金课题一项。 多次在全国眼科会议上发言, 并承当多项教学 任务,2017年在全国眼科年会荣获"白内障手术

大师"称号

临床擅长:白内障超声乳化术;飞秒激光白内障手术;高端人工晶体植 入术;各类青光眼病;老花、散光、近视的诊疗

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,特向广大群众提供专业眼科咨询服务。

爱心提示:本次义诊采用电话/短信预约报名的方式

- ■义诊时间:2018年7月20日(周五)上午8:30
- ■义诊预约电话: 185-1636-0376
- ■义诊短信报名:编辑短信"义诊+姓名+联系方式" 发送到 185-1636-0376
- ■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(2018)第 0102 号

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。

关注"世界肝炎日"

7月14、21日曙光医院大型科普咨询活动

7月28日是"世界肝炎日"。肝炎包括病 毒性肝炎(我国以乙肝为主)、(非)酒精性脂肪 性肝炎、自身免疫性肝炎、原发性胆汁性胆管 炎、药物性肝炎等。肝炎如不及时预防及治 疗,可导致肝硬化甚至肝癌的发生,损害患者 身心健康,并给家庭带来经济负担。

早发现早诊断早治疗是肝病防治的关键。 为此,7月14、21日,上海中医药大学附属曙光 医院肝病科将举办"世界肝炎日"专题科普咨询 活动,特邀请全国知名肝病专家、上海市名中医 王灵台教授,国家千百万人才、上海市领军人才 高月求副院长现场坐诊,活动当天为广大肝病 患者提供现场咨询、讲座、中医体质辨识。

另外对于广大脂肪肝、乙肝、肝癌的患 者,我院目前有多个临床试验项目及临床课 题,欢迎大家前来咨询!

活动时间:7月14日13:00 活动内容:讲座、专家面对面咨询、

中医体质辨识等

活动地点:西院(普安路 185 号)门诊二楼大厅

活动时间:7月21日8:00-11:00 活动内容:讲座、专家面对面咨询、 中医体质辨识等

活动地点: 东院(张衡路 528 号)门诊一楼大厅

_____. 现场专家:

全国知名肝病专家、上海市名中医王灵 台教授,国家千百万人才、上海市领军人才高 月求教授坐诊、肝一科主任孙学华主任医师 等20余位专家。

口腔义诊通告 牙齿缺失怎么办——及时修复是关键 📲

人这一辈子,没了健康,都是白忙!世界卫生组 ■**义诊专家简介** 织对健康提出的十个标准,其中有一条就是:牙齿 清洁,无龋齿,到80岁仍有20颗功能齿。为什么把 牙齿放到这么重要的地位呢? 健康的牙齿不仅是一 个人的门面,更是关系到健康长寿的大问题! 牙齿 缺失后,说话时容易漏"风",面部更显衰老。如果拖 着不装,还会危害其他邻牙的健康。

牙齿缺失的福音,口腔专家面对面

经相关部门批准,华地及多名牙科专家举行口腔义诊 活动。本次义诊旨在便民、惠民、提高市民的生活质量。如有 牙齿缺失的市民清洁的电话报名! 领取免费爱牙大礼句!

江中明

原三甲医院领面外科副主任 第二军医大学获博士学位 中华口腔医学会会员 发表学术论文 30 余篇 擅长种植牙,处理各种牙列缺失



李 铭

口腔主治医师、中华口腔医学会会员 数字美牙专家美佳授权医生 擅长全口义齿疑难处理,固定义齿修复 口腔世家、工作经验丰富、有耐心、责任心

□义诊时间:7月13日,20日

□义诊预约电话:6053 8498 □义诊报名短信:编辑短信"晚报+姓名+联系方式"

发送至:189 3022 4117

□地址: 黄浦区西藏南路 758 号金开利广场 4 楼 (近建国新路口)

, 黄卫登字(2018)第 000788 号 黄卫登字(2018)第 000793 号

多食辛辣肥腻、工作压力大, 9臭、口苦口干、胃灼热痛、口 烟酒过量、 有时会出现:口臭、口苦口干、胃灼热痛、口 腔溃疡、肠燥便秘等症状,胃热律亏、阴虚郁 热上蒸所致的上述症状可用养阴口香合剂。

贵州万顺业药业有限公司的高原苗药养 阴口香合剂, 国药准字, 巡用贵州名贵金钗石 斛鲜品人药, 从药材源头把关, 精选十余帐地 道药材而成,具有三大功能: 滋阴生津 行气消积, 用于胃热津亏、阴虚郁热上

銀肿痛 門均热痛等 秘、胃灼热痛等 症。一次30毫升, 服用方法详见说 明书。 OTDY A



全市各大药房有售 电话:62041665

安场縣酸苦参碱胶囊-治肠炎止腹泻 如果您的生活中出现了: 饮食刺激。 紧张就腹痛难耐。反复腹泻,有时还伴有粘 液、脓血等症状、请别忽视! 忠上了急慢性肠 (小肠、结肠、直肠粘膜炎症)、功能 肠易激综合征等引起的腹泻应及早治疗 功能性腹

贵州万赋堂药业生产的安场牌鞣酸苦参碱 胺囊, 质量标准起草单位,用了功能性腹泻, 急慢性肠炎 肠易激意综合征引起的腹泻 有肠炎, 请选用安场帮赖苦参碱胶量。 止腹泻, 老年少儿均可使用。长期腹泻 治肠炎止腹泻.

号,操证·南开东路135号,汇半各钙房,卢湾:上海药磨各药房,近口:四川亚路1519号,大连路961号,关宁:架一各药房 ク、ユニュー (1819年) 大きの (1819年



灰甲不灰心 治疗有方法

引起的甲感染。患了灰指甲的患者在潮湿的环境和 季节,不注意个人卫生或人为的使指甲表而组织不 子》,下述一人上主教人为的使品中表面的原始 所受异物侵蚀破坏,指甲愈加脆弱,更容易感染或 复发、灰指甲变形。发黑(黄)计人难堪,更需及 时治疗、避免传染健康指甲,或其它部位感染。灰 指甲由于顽固难治、患者选药,请认准国家批准的

您有灰档甲、特别灰心! 请用国药雅字药品 學有來信甲,信列英心! 信用兩勿非子夠做 伊甲牌夏方原绯酮磺樣剂(国药州字H52020539), 贵州万顺堂药业有限公司生产,用于甲癣、手癣 足藓、体癣、头癣、花斑癣、并发细菌溶染也可使 用,也用于症。黎虫叮咬、手足多汗症 对真菌 细菌等均有效,还能软化指甲角质层,增强药物皮 肤渗透。涂带本品于集中,坚持使用至新申长出。

每天1-2次。简单又方便,坚持治疗有信心

發輔地址: 黃河南,京康縣第一 医药商店,准海路各药房,除安: 雪光上我区各药房,基均路232号,山药北路260号 地口 四川北路各药房,安元,江土各药房,茶处路216号,长宁,得一各药房,安吃,穿鸡鸡673号及复美各药房,前长,将路622号,养甲金各药房,患有核核末路268号,肠液;长海路149号,宋山,北井(上路各药)

电话: 62041665 56元/盒 规格:60ml/盒