

黄斑变性易致盲 保住视力是根本

上海交通大学附属第一人民医院眼科孙晓东教授在“爱眼日·光明行”老年黄斑变性科普活动上指出,在与年龄相关的众多眼病中,比白内障还棘手的是老年黄斑变性,又称作年龄相关性黄斑变性。他介绍,老年人发现视力下降后,可通过方格自查表来辨别是否患有黄斑变性,与老年常见的白内障导致的视力下降作初步区别。具体方法是,看围棋棋盘或者画一个方格表,捂住一只眼睛,另一只眼单眼盯着看,如发现表格发暗、发黑、直线变曲线,应警惕黄斑功能受损。

黄斑变性究竟是怎么回事呢?孙晓东教授解释,首先黄斑是眼底视网膜中央一个重要的解剖结构,约1平方毫米,但是就这么小的一个区域汇聚80%的视觉信息,是视力最敏锐的部位。老年黄斑变性正是因为黄斑区视网膜细胞产生病变而引起的一种眼底病,正因为病变在最重要的黄斑区,所以对视力的影响才会巨大,它是导致50岁以上人群重度低视力和盲的主要致病因素之一。而且随着年龄增加,患病的危险显著增高,据一项10000多名社区居民参与的调查显示,70岁以上患病率达到20.2%,即每5个人里有1位是黄斑变性患者。

孙晓东教授介绍,老年黄斑变性可分为干性和湿性两个类型,干性最常见的症状为轻度视力模糊,物体变形,严重的情况视野中出现中心暗点,不加控制便会发展为更

在眼科门诊,总能见到不少老年就诊者,各自都由一两名中年家属陪同,使得本不宽敞的就诊区域被挤得满满当当。这些因视力损害不能独立出行、生活能力受限的老人常常自责:“老眼昏花,拖累家里人……”同为老年期出现的视力下降,眼病不同视物各有特征。以视物模糊、扭曲变形、视觉中心蒙上黑影等症状为主的眼病,很有可能是眼睛的黄斑出现病变。



严重的类型,即湿性老年黄斑变性或者彻底萎缩。湿性黄斑变性主要表现为脉络膜新生血管形成,侵入视网膜下,导致黄斑区视浆液性或出血性的盘状脱离,最终形成机化瘢痕,导致中心视力的严重丧失。很多老年患者因此降低了生活自理能力,易发生骨折,易产生抑郁情绪,视功能障碍愈益明显。

除了运用方格表初步判断以外,确诊黄斑变性需要接受眼科专

业检查,主要有眼底荧光素及脉络膜血管造影、眼底数字照相、光学相干断层扫描等。必要的检查可为临床治疗决策提供足够的信息。

老年性黄斑变性的治疗被眼科界公认为最难治疗的疾病之一。孙晓东教授介绍,临床上治疗湿性黄斑变性过去主要方法是光动力疗法和激光等,但这两种疗法只能稳定病情,难以改善视力并且容易复发。针对湿性黄斑变性的机理,

疝气术后还会复发吗？

疝气,俗称“小肠气”,是很常见的疾病,可见于任何年龄段,以老年男性多发。手术治疗是唯一的治愈手段。目前,双层修补装置的无张力疝修补术受到越来越多国内外专家的推崇及认可。疝气也是比较容易复发的疾病,据临床数据显示,腹股沟疝术后复发率在4%~10%左右,最易复发的时间在术后半年至一年内。患者需要做好术后复发的预防,避免早期过度负重,加强腹肌锻炼,合理调节饮食,积极防治增加腹压的慢性病,最关键的是戒烟。

校宏兵

「科普」活动

6月22日上午9:00-11:00,上海市第十人民医院在外科综合楼一楼大厅举办疝气科普咨询活动,由疝和腹壁外科疾病诊治中心主任校宏兵教授主持,欢迎患者参加。

身材高大、阳光帅气的张先生结婚快2年了,夫妻生活一直正常,可是爱情的结晶却始终没有降临。经检查妻子一切正常,而张先生的精液常规检查结果显示为精液中无精子,张先生简直不敢相信。为了生育,小两口该怎么办呢?

正常夫妇婚后不避孕1年仍未怀孕称为不育症,现在不孕不育症的发生率大约每7对夫妇中就有1对,其中50%与男性有关。男性不育的常见原因有少弱精症,无精症,精液不液化等。如果2次以上精液

聚焦医护人员“手卫生”——

洗手讲究时机和方法



各行各业中,哪个行当的手卫生最性命攸关?答案非医务人员莫属。为了加强医疗防护,“什么才是正确的洗手方法”在日前举行的安思尔高峰论坛上得以深入研讨,并普及广大百姓,完善日常卫生行为规范。

正确的洗手方法是在流动水下充分淋湿双手。肥皂液均匀涂抹整个手掌、手背、手指和指缝,揉搓双手至少15秒钟。以“六步洗手”为例,首先,掌心心相对,手指并拢揉搓;接下来,手心对手背揉搓指缝;第三步,掌心对掌心交叉揉搓指缝;第四步,弯曲指关节在另一掌心旋转揉搓;第五步,拇指在掌心旋转揉搓;第六步,指尖在另一掌心揉搓。

普通百姓落实上述洗手步骤已属不易,医务人员的手洗要求则更严格。医务人员哪些时候应该洗手呢?接触每个患者的前后;同一患者污染部位移动到清洁部位前;伤口敷料之后;穿脱隔离衣前后,摘手套后;接触患者物品后;处

抗血管内皮生长因子(VEGF)药物应运而生,随之而形成的抗VEGF疗法也被多个国际临床指南推荐为治疗老年黄斑变性的一线治疗方案,它能够控制病情进展,减少视力丧失,提高患者的生活质量。市一人民医院眼科在国内较早开展抗VEGF治疗新生血管性眼病,同时不断引进和改进眼底病诊断新技术,建立视网膜厚度以及微视野等视功能评估方法,不断提高眼底病治疗水平。

黄斑变性虽然局限于眼睛,但生活习惯和饮食结构对疾病发展与转归亦有影响。孙晓东教授提醒,吸烟是已知的导致老年性黄斑变性的一个主要原因,患者应戒烟;要控制血压肥胖等全身因素;要避免在强烈的紫外线下曝晒,在强光下活动应配戴遮光眼镜;饮食均衡以及减少进食高胆固醇及高脂肪食物,适当补充含Ω-3脂肪酸、锌元素的食物,多吃富含叶黄素的蔬菜,如菠菜、玉米,这是叶黄素的最佳来源之一;55岁以上人群,每年一次眼底检查必不可少。只有改善行为、规范治疗,才能控制黄斑变性,保住视力。

黄斑变性科普手册发布

近年来,老年黄斑变性的诊断和治疗取得了长足的进步,尤其在治疗方面,束手无策的时代一去不复返了。在一些国家由于诊疗技术的进步,老年黄斑变性已经摘掉了首要致盲原因的帽子。为了帮助医务工作者做好老年黄斑变性的科普和规范治疗工作,共同提升公众对老年黄斑变性治疗信心不足的现状,全国首部《老年黄斑变性白皮书》于日前发布。《白皮书》内容涵盖了老年黄斑变性从起病、诊断,到治疗、康复各个方面的科普知识,对于提升公众和患者对疾病的认知,帮助患者及早发现病情,医务人员规范治疗具有积极意义。

由世界健康基金会设计与实施的“老年关爱项目”日前在浦东新区塘桥社区启动。这个为期两年的老年医疗健康公益项目将向社区内的老年人群提供医疗健康援助。值得注意的是,项目引进了新颖另类的针对独居老人和失能老人的音乐疗法。

音乐疗法能够延缓大脑功能和身体其他功能的退化。在一定程度上恢复老人的社会及情感功能,减轻孤独感。

老年人的音乐疗法大多以聆听某些经过选择的乐曲为主要形式。具体作用主要是帮助患者减轻压力,改善睡眠状况,改善呼吸系统、消化系统或循环系统功能状况。从事音乐治疗的专业人员向患者介绍一些合适的音乐CD,或者配有图像的VCD、DVD,患者可以回到家中,根据专业人员的指导适时、适量、适式聆听,或配以相应活动。因此,既可以个别治疗,也可以团体治疗的方式进行。

在音乐治疗的过程中,并不是绝对要用老人以前熟悉的老歌,或者一定要用缓慢而抒情的乐曲,只要根据病人的喜好和需求来安排治疗所要运用的音乐材料。根据医学文献记载,有些老年人通过长期不懈地学习有关音乐方面的技能,音乐素养最终能达到一定的程度,这提升了老年生活的质量,也提高了老年人的生存价值感。

虞睿

磁共振精确定量 扫除诊治“盲区”

在磁共振精确定量方面,临床应用又有突破。通过GE医疗新的影像技术,可以在脂肪肝、肾病、强直性脊柱炎等疾病领域给出病变定性的临床诊断,更重要的是给出了定量诊断信息,为正确诊治提供了保障。

以脂肪肝为例。脂肪肝的定量很多时候临床是检查不到的,大部分都是通过B超、CT得到一个初步的印象,只能确定患有脂肪肝,但不能确定程度如何。要想获得精确的定量,在以往包括现在的临床工作中主要依靠超声或者CT穿刺活检,活检常常由于取样标本以及脂肪肝的分布,获得的数据精确性是有限度的。

临床的需求希望影像学检查能够给出定量诊断。随着磁共振技术的进步,已经能够对脂肪肝进行定性检测,包括能够进行全方位精确的测量,这在以前是做不到的。这一进步的意义在于,通过前后摄片比对脂肪含量,精确评估药物疗效。

磁共振精确定量不仅适用于肝脏,还可用于肾透明细胞癌的诊断,以及通过专业参数和指标的检测,对强直性脊柱炎的早期诊断和疗效提供判定依据。

柏豫

「科普」活动

6月22日上午8:30开始,上海市第六人民医院市民健康中心在该院门诊六楼妇产科举办“关爱不孕不育托起生命的希望”生殖医学咨询活动,由该院生殖医学中心陶敏芳教授、滕银成教授带领专家团队现场接受咨询,欢迎市民参加。

(顾海鹰)

男性不育可获逆转

检查无精子,临床上称为无精症。

无精症是男性不育的重要因素。在下丘脑和垂体产生的促性腺激素的作用下,精子主要由睾丸的生精细胞产生,经过附睾、输精管、精囊和射精管排出,因此引起无精症的常见原因可分为睾丸前、睾丸性和睾丸后因素。睾丸前原因主要是下丘脑垂体病变引起激素异常,而导致睾丸生精功能受到影响。辜

丸性因素常见的有隐睾,腮腺炎性睾丸炎,精索静脉曲张,环境、辐射等引起的睾丸生精功能受损等。睾丸后因素主要由精子输出道梗阻引起,如幼年时疝气手术损伤输精管,附睾炎症后梗阻,射精管开口阻塞,以及先天性精囊输精管缺如等。

明确原因后要对症治疗。对于睾丸前低促性腺激素性不育,采用促性腺激素治疗,垂体肿瘤采用手

术或药物治疗,这部分患者大多能获得比较肯定的疗效。对于睾丸因素引起的无精,首先采用去除病因治疗,如果仍然无精,再采用睾丸穿刺活检或切开活检,如果找到精子,就可以采用试管婴儿技术,在体外将精子注入卵细胞,实验室培养形成胚胎,最后放入子宫内。如果是睾丸后梗阻引起的无精,采用手术解除梗阻获得生育能力,也可以采用附睾或睾丸穿刺,获得精子后而行辅助生殖技术治疗,大部分人还是能够生育后代的。

刘章顺 陶敏芳