

高考后,学生扎堆“摘镜”

专家提醒:术后千万别揉眼

◆ 本版撰文 吴瑞莲



■ 蔡劲锋主任正在手术中

据了解,每年高考后和征兵体检前,都是近视眼激光手术的高峰期,许多人都希望通过准分子手术等方式“摘镜”。上海爱尔眼科医院准分子专科主任蔡劲锋提醒,手术的安全性和效果固然重要,可是术后保养不当的话效果会大打折扣,就像皮肤只清洗不擦护肤品,洗得再干净,不注入功效性的营养,皮肤只会越来越糟。

他表示,第一,近视手术后最需要注意

的是按医嘱按时滴眼药水。

第二,要防外伤,切记近视手术后不要揉眼,术后当天不要自行去掉眼罩以防并发症;由于角膜瓣完全愈合牢固需要一段时间。1-3个月内应避免游泳及球类等活动,避免外力碰撞术眼,以防伤及角膜。

第三,要防污染、防异物、防感染:近视手术后6周以内是关键。术后3天不要洗头,以后洗头洗脸时不宜将水溅入眼内,防止脏水

进入眼内,不宜揉眼;术后一周内眼部不要使用化妆品并避免异物进入眼内,引起感染;术后1周内不进夜总会及舞厅,不进食刺激性食物(以免加重眼部不适),1周后饮食无特殊要求。为了减轻眼部不适,术后外出时可戴上挡风眼镜或太阳眼镜;术后3月内不要到灰尘较大的环境中活动,以防沙粒入眼。

第四,近视手术后一周内尽量减少电脑操作、少看电视、少看书。术后请注意用眼卫生,避免长时间近距离使用眼睛的精细工作,避免长时间阅读,看电视等等,以免引起视力疲劳,影响手术效果。

Q&A

■ 面对入伍之后持续的高强度军事训练,手术患者能确保安全吗?

蔡劲锋:目前的大量临床病例都能证明,准分子激光手术完全可以确保眼部安全。入伍军人对眼睛的视觉质量要求很高。所以在选择近视手术方式的时候,不能仅仅只看设备和价格,更需要注意的是手术医生的手术经验和相关资质。

■ 近视手术会不会有疼痛感?

蔡劲锋:近视手术全程仅需10分钟,而手术安全并且没有疼痛感,第二天视力就能恢复正常,也不用住院,手术安全性毋庸置疑。但做准分子手术前,需要做详细全面专业的检查,以便排除手术禁忌症,例如糖尿病,角膜厚度小于450um。



■ 张玉发主任正在探望瘫痪病人

脊髓损伤是脊柱损伤最严重的并发症,往往会导致肢体严重的功能障碍。脊髓损伤不仅给患者本人带来身体和心理的严重伤害,还会对整个社会造成巨大的经济负担。日前,刚刚荣获2013年度“百佳模范党员”称号的著名脊柱外科专家、上海开元骨科医院党支部书记张玉发主任医师,率领医院骨干医生一行7人,参加了浦东残联组织的“浦东新区中途之家”公益活动,开展送医上门、为民服务。

活动日首先来到的是位于浦东合庆的一位病人家中。这位患者因为盖房子时从高处摔落,致高位瘫痪已卧床16年,张主任为他检查时发现,因长期卧床,病人身体左半边的压疮非常严重,他一边手脚麻利地为他进行检查,一边和颜悦色地为其家人进行心理疏导。经过一番知心交谈后,病人及其家人的脸上露出愉悦的神情……是啊,能够给予病人生理的康复及心理的安抚,是医者们的最大成就感!

马不停蹄,一行人紧接着前往地处张桥的另一位患者家中进行探访。不巧,这位居民刚刚外出。等到居民坐着轮椅折返回来,看到医生们在家门口耐心地等他时,心中的感激之情溢于言表。张主任为他进行完检查后,笑着说:“你的精神状态很好啊,虽然下半身瘫痪毫无知觉,但是生活完全可以自理,是瘫痪病人的好榜样啊!梅雨天到了,要注意勤换衣裤避免压疮……”

脊髓损伤者残疾程度重、自理能力差,但他们的心灵却渴望着能融入社会,实现人生价值。“中途之家”模式搭建了一座病人与医院之间的桥梁,为使脊髓损伤者从病床尽快回归到社会的温馨大家庭中,医者们的爱心和良好的工作作风似春风化雨,在一定程度上缓解和改善了医患关系。

『中途之家』模式为脊髓损伤者送温暖

蹲点开抢免费专家咨询号

本市各医院临床一线医务工作者为广大就医人群贴心准备“红包”——免费专家咨询号,有需求的读者可拨打新民健康工作室热线:021-62476396,时间:周一至周五10:00-17:00。报名截止日期:7月9日(周三)12:00,也可发送短信“专家+姓名+联系方式”至15001961787报名。



蔡劲锋 副主任医师

擅长:屈光不正(近视、远视、散光)及斜弱视的矫正,尤其擅长激光近视手术及各类高端人工晶体植入



刘立森 主任医师

擅长:近视、远视、散光、干眼症的诊断。对眼科常见病、多发病、疑难病的诊断和治疗有丰富的经验。



顾功臣 视光学组高级验光技师

擅长:各类小儿屈光不正及斜弱视矫正,尤其擅长渐进片、RGP及角膜塑形镜的检查和验配。



刘瑜 视光学组高级验光技师

擅长:熟悉各种屈光不正及常见眼病的诊疗,擅长各类疑难光度,儿童验光,双眼视功能的检查,以及各种框架眼镜。



张玉发 主任医师

擅长:四肢骨折的手术治疗,腕关节置换,腰椎间盘突出症,腰椎管狭窄症等手术治疗



田建军 副主任医师

擅长:多种微创技术治疗颈椎腰椎间盘突出症、椎管狭窄等。

儿童配镜需警惕五大误区

您的孩子配眼镜是否做过散瞳验光?孩子的眼镜是否总是选择最好的镜片?孩子视力不好是否请眼科专家做过检查?是否曾经给孩子配过隐形眼镜,或贪图方便到附近的眼镜店配镜?这些问题看似简单,可是并不是每个家长都很重视。专家提醒,儿童配镜需要避免一些观念的误区,家长应更多地关注孩子的视力健康,配镜时就应准确验光,选择最适合孩子的眼镜。

误区一 不散瞳就可以配眼镜了

假期一到,忙坏家长,抓紧时间给孩子安排了各种各样的学习班,可是孩子视力又不好,大部分家长就会选择附近的眼镜店进行配镜,做个电脑验光就可以了,去医院配眼镜还要做散瞳太麻烦了,于是一些家长就自作主张,为孩子选择了电脑验光配镜。

专家点评:上海爱尔眼科医院视光中心高级验光师顾功臣指出,首先,孩子的假性近视往往会“欺骗电脑”造成假的检查结果,其次孩子的远视眼,高度散光也会使电脑检查时感到“力不从心”。顾功臣说,临床上低龄儿童一定要散瞳验光,这样才能反映孩子眼睛的真实视力情况,不通过散瞳验光仅仅靠电脑检测的结果配眼镜会对孩子的眼睛造成

许多的危害。

误区二 配眼镜不用做眼科检查

许多的家长发现孩子的视力不好,往往为了省事,带孩子到街上的眼镜店用电脑验光后,就为孩子草率配了眼镜。部分家长认为孩子配镜就是配镜,不需要到医院检查眼睛。

专家点评:高级验光师刘瑜说,学生视力下降的原因有许多种,有时并不一定是由近视和近视散光引起的。一些眼底病变也表现为视力下降。因此,在验光前应进行系统的眼科检查。许多视力障碍的儿童在验光前检查发现存在弱视、斜视、先天性白内障、先天性青光眼、先天性眼底病、先天性眼球震颤等疾病,许多家长发现孩子视力不好,往往误认为是孩子患了“近视眼”,有些孩子到医院检查视力时才发现了以上眼病,但是已经错过了最佳的治疗时机。家长也因此追悔莫及。

误区三 贵的眼镜一定最适合孩子

目前市面上镜架镜片品种很多,价格相差很大。不少家长在为孩子挑选镜片时,一味追求价格昂贵,认为只有贵的眼镜才是最好

的,最贵的眼镜才适合孩子的眼睛发育。

专家点评:刘瑜说,学生选择眼镜的最主要的前提要适合自己,不要一味追求时尚挑选无框镜架或者打孔镜架。10岁以下的孩子配镜时可以选择软边有保护鼻托的眼镜架子,10岁以上基本可以选择全框镜架。

孩子选择镜片应该首先考虑树脂加硬眼镜片,玻璃镜片易碎,容易对孩子眼睛造成损伤。树脂镜片主要要求散光轴位精确,所配的光度一定要准确,镜片上不能有划痕,不能有气泡和杂质,配制的孩子眼镜片度数一定要符合国家颁布的质量检测标准。屈光度的误差应该在国颁标准的要求范围之内。

误区四 为了美观给孩子配戴隐形眼镜

部分家长认为一旦给孩子戴上框架眼镜,孩子的眼球就会突出,影响孩子的眼睛的美观,因此给孩子配戴了隐形眼镜。

专家点评:在隐形眼镜的配戴问题上,顾功臣表示,这是一个老生常谈的问题,他建议,在选择配戴隐形眼镜时,要考虑自己的孩子是否特别需要。学生则完全没有必要选择

配戴隐形眼镜,因为隐形眼镜的安全性在使用时要求比较高,一些不科学的使用方法都会给角膜带来严重损伤。

误区五 眼镜一定要强调双眼度数一致

很多家长配镜时为达到美观的矫正效果,盲目追求双眼度数一样,其实这也是不正确的。

专家点评:刘瑜提醒:“每个孩子双眼的屈光度是不一样的,临床上我们把孩子双眼屈光度超过100度-150度的称之为屈光参差,其中100度以上的散光和150度以上的球镜的参差,都可能会造成孩子双眼影像不等,导致视觉质量的下降,医院的验光师为孩子验光后,小儿眼科医生还要根据孩子眼睛的具体情况试眼镜,每个孩子耐受双眼屈光参差的程度是不一样的。”

刘瑜建议,为了避免配镜时碰到不必要的误差,为了使孩子能够佩戴一副准确无误的治疗眼镜,专家建议家长应给孩子尽量选择大医院的配镜中心或有医学验光配镜的眼镜店验光配镜。