

终日“以泪洗面”需警惕泪道阻塞

◆ 吴瑞莲

你身边是否有这样的人?总是迎风流泪,手里总抓着纸巾擦眼睛;没有伤感,却不分时间、场合地挂着两行清泪,眼皮经常红红的;即使在室内也“眼泪汪汪”,终日“以泪洗面”……眼科专家范金鲁教授指出,这些人的“流泪”均为泪道阻塞的典型表现,他们大多身患泪道阻塞而不自知,应尽早就医。

泪道病人正逐渐向青年人和婴幼儿扩散

泪道阻塞是眼科最常见的疾病之一。其主要症状为眼睛长期泪流不止,或伴随眼角有脓性分泌物。尤其是一些从事农村基层和户外工作的人,更容易得泪道阻塞。

范金鲁教授指出,这些人虽然最容易得泪道病,但也最容易忽视泪道病的危害,单纯的泪道阻塞没有红肿、疼痛等不适,流眼泪对于他们而言只是小“麻烦”,能够忍受,他们不觉得会耽误工作和生活,不少病人甚至认为泪道阻塞不是病,不需要治疗,其实这非常危险。

临床研究发现,泪道阻塞一般多发生在中年以后,老年多于儿童和青年,50岁左右发病率最高,占75%~80%;女性较男性的发病率高,女性病例占77%,男性病例占23%。但根据近几年门诊来看,泪道病已经不是中老年人和女性的专利,它正逐渐向青年人和婴幼儿扩散,门诊比例正逐年上升,需引起重视。

据介绍,泪道就是供泪水排出的器官,可是泪道堵了,就如同下水管堵了,含有细菌的泪水只能堵在泪囊中,久而久之,这些“死水”中的细菌含量越来越高,像“臭水沟”一

般,稍有不慎就会感染泪道黏膜组织,分泌出粘性分泌物。随着粘性分泌物越来越多,排出的管道被堵住,泪囊会越撑越大,面部肿起脓包,红肿、胀痛,急性发作形成囊肿,如果此时没有控制住炎症的扩散,可想而知,这颗“炸弹”便会爆炸,后果不堪设想。

范教授提醒,如果发现自己有爱流眼泪的毛病,应及时就治疗,早期控制住病情,可避免病情扩散带来的烦恼和痛苦。那么如何判断自己是否有泪囊炎症呢?范教授建议,可用手指挤压内眼角位置,有脓性分泌物流出,可判断泪囊已经发炎,但发炎初期,分泌物较少时,挤压也不会流出,还需到专业医院检查,方可确诊。

超微创鼻内镜手术帮助摆脱流泪烦恼

王先生发现自己左眼迎风流泪的情况已经持续一年之久,冲洗泪道不通,还有少量脓性分泌物。范教授指出,阻塞和炎症是泪道病治疗的两大难点,阻塞导致炎症,炎症加重阻塞,这两个问题碰到一起就很麻烦,像王先生的情况,最根本的问题是阻塞,只要阻塞解决了,泪道病也就迎刃而解。

类似王先生的情况,范教授表示,可以通过鼻腔内窥镜做泪道微创手术,这是目前上佳的选择。若是做泪道激光,形成假道的可能性极大,会增加治疗难度。另外,泪道探通也易造成假道,属于严重的医源性损伤。

范教授强调,不论做什么治疗,都要依照泪道自身的生理结构与显微解剖特点。泪小点直径0.2~0.3mm,泪小管直径0.3~0.5mm,泪囊长约12~15mm,宽约4~6mm,鼻泪管长约18毫米,在这么细小的位置做激光治疗,并且看不见内部病变具体位置,激光的高温有2000度,虽然有一定的成功几率,但引起并发症、造成损伤的几率也相对偏高。

同样,通过那么细的泪小管插进管子,看似操作简单,但最可怕的后果不是手术失败,而是撕裂泪点,或插管取不出来甚至断在泪道里。

据介绍,鼻腔内窥镜下泪囊造孔术是一种超微创手术,借助鼻腔内窥镜系统将手术区域放大200倍以上,可以看清泪囊的病变性质、鼻泪管阻塞的原因,根据患者自身情况,量体裁衣,在轻松无痛的状态下进行个性化手术,较大限度地避免了无谓损伤,是目前治疗此类疾病创伤较小的方法之一。

新民健康推出眼科免费专家咨询号

新民健康工作室特别推出“免费送专家咨询号”活动,本期推出的专家分别是泪道病专家范金鲁、眼表及眼眶病专家许龙华,有需求的读者可拨打新民健康工作室热线021-62476396(10:00-17:00),或发送短信“专家姓名+报名者姓名+联系方式”至18917328756报名参与。

医生简介

范金鲁 泪道病专科主任、中西医结合泪器学组委员、中国医师协会内镜分会理事、世界内镜医师协会中国协会理事、内镜与微创专业技术全国考评委员会理事
擅长:从事泪道疾病的诊断及手术治疗30年,尤其擅长先天及各种原因造成的泪道阻塞或狭窄,功能性溢泪,急、慢性泪囊炎,泪道激光、插管与外路鼻腔泪囊吻合术后溢泪、流脓等泪道疑难杂症的治疗。



许龙华 眼表及眼眶病专科主任

擅长:原上海五官科医院整形外科主任,从事眼部整形、眼表及眼眶疾病诊治近40年,尤其擅长眼睑成形、翼状胬肉、上睑下垂、眶骨骨折、眼眶肿瘤、活动义眼、脸外翻等疾病的诊治及相关眼部整形。



青春痘严重 别怕,我们来解决!

◆ 余兰

痘痘发于体表,问题却在体内,针对性内调才是祛痘的正确方法。我在祛痘过程中经常发现,许多发痘痘的人心理都出现了问题:不肯出门,不肯上班,脾气越来越古怪,甚至家里来客人也会躲起来。父母对此非常担忧,慕名而来,寻求祛痘的方法。

一般在经过一段时间的内调后,脸上痘痘好了很多,心情也逐步变好,走出了精神低谷,对未来生活又重燃了希望。在这里专家帮他们找出了发痘的类型,针对性内调,身体调好了,痘痘也好了。家长和孩子从心里感到高兴,这也是对我最好的报答。我能走到今天,不欺骗,不误导消费者,靠的是祛痘内调真本领,奇迹掌握在自己的手中。如果不管是什么类型的

痘痘,千篇一律吃一样的中药,擦一样的祛痘产品,这样不负责任地祛痘,让很多发痘痘的人失去信心。

祛痘绝不是千人一方,万人一法,需因人而异,找准发痘痘的关键因素。我从医院辞职出国深造,回国后从事专业祛痘事业。20多年来在祛痘方面有独到的技术功底,根据痘痘的类型真正使体内开了、展了、舒了、通了。把很多人外面吃错的中药,都拨乱反正。所以许多十分严重的痘痘、痘坑、痘印,到了我们这里都完美祛除了。

新民健康祛痘热线:021-61220588

工作时间:每周二、三、六、日,上午9时至下午4时

暖暖手脚 选款汤饮过寒冬

◆ 尹晓云

天气一冷,有些人就感觉全身发冷,手脚冰冷,手脚冰冷和心脏血管有很大的关系,一旦心血管系统的功能出现障碍,就会影响血液运行输送,造成手脚冰冷的情形,所以有这个症状的人要注意排除器质性的疾病如冠心病、心衰等。

但是很多人没有这方面的疾病也会很容易在寒冬出现手脚冰冷,像一些比较瘦弱的老人,特别是女性更容易出现这些症状。这其实是气血不足、阴阳失衡导致内寒痹阻,再加上天气寒冷就会加重手脚冰冷。

温暖手脚,大枣生姜是首选。经常喝用大枣、生姜做成的汤饮能改善手脚冰冷的症状。大枣性味甘温,有补中益气、养血安神的作用;生姜性味辛温,具有温中止呕、解表散

寒的作用。两者合用,可以充分发挥姜辛温而行气血、枣甘温而补中气的作用,这样子能共同促进气血的流通,全身的血液循环也就得到了相应的改善,手脚自然也就随之温暖起来。譬如姜枣茶、党参红枣茶、当归红枣补血汤等。

辣椒、胡椒、大蒜、青葱等辛香料,可促进血液循环。利用平常饮食,搭配食用,例如吃炒面、炒米粉时就加点辣椒酱;喝汤时就多加点胡椒粉;吃水饺时,配碗酸辣汤,无形中就多吃进很多辛香料,温暖手脚。

冬天,有条件的老人可以在日常适当喝少量低度的酒,如米酒、糯米酒。酒中适量添加淫羊藿来补肾壮阳,温暖身体,也是不错的选择。

张口抬肩 呼吸困难 胸闷憋气 猝死隐患

哮喘“冬病冬治”事半功倍

冬天是哮喘高发期,冷空气、感冒均可随时引发哮喘。冬季哮喘反复发作令患者苦不堪言,患者可有窒息感、气短、大汗淋漓、呼吸急促、不能平卧,说话不成句,严重者出现意识模糊,如不及时抢救,可危及生命。祖国医学认为,针对哮喘是典型的“冬病”,在冬季发作期间,针对冬天的季节特点及对人体体的影响,对症下药“冬病冬治”,往往可事半功倍。

“冬治”巩固“夏治”疗效

中医认为,人与自然是和谐统一的整体,在疾病的诊治过程中,将平衡人体阴阳与四季气候的特点有机结合,会有事半功倍之效。冬季天气寒冷,寒邪最盛,“冬病”患者阳气更不足,寒邪最易乘虚而入,引发疾病,因此选择在冬季时治疗哮喘,扶正祛邪,调补阴阳,不仅能增强人体抵抗外邪,预防疾病,而且也会对哮喘“夏治”的疗效起到巩固和巩固的作用。

儿童和老人是“重灾区”

冬天,对于免疫力相对低下的儿童和老人而言,更易引发哮喘。由于儿童的身体免疫功能还没完善,对外界刺激最为敏感,冷空气常常能引发感冒、咳嗽,因而引发哮喘,导致胸闷、呼吸憋气。而老年人由于年龄的增长而导致机体免疫功能普遍下降,再加上老年人多有慢性支气管炎、高血压、糖尿病、冠心病等基

础疾病,正气不足,因此老年人更易感冒、咳嗽、支气管炎、肺部发炎,从而引发哮喘。

“冬病冬治”有讲究

传统治疗哮喘往往采用激素,容易产生肥胖、高血压、糖尿病、骨质疏松等副作用。其实,祖国医学对于哮喘的防治早已积累了丰富的经验。中医认为,哮喘病根为“痰饮伏于内,胶结不去”,且患者往往存在肺、脾、肾三脏虚弱的情况。而冬季,人体阳气敛藏,皮肤干燥,毛孔闭塞,尤其适合“进补”,此时通过天气、药物、经络、穴位等的协同作用,利用益气补阳的原理,结合中医穴位注射、敷贴等,常可达到祛外邪、疏经气、清痰涎、调肺脏的作用,事半功倍!

多管齐下控制哮喘复发

祖国医学对于哮喘的防治已有千年历史,证明中医药防治哮喘具有很大的潜力,结合现代高科技,祖国医学辩证施治的理论指导,中药的特点及西方医学的快速便捷,完全可以形成一种既不含激素和不良副作用,又可因人而异、因时而异、因病而异,对症下药的防治方法。在哮喘急性发作时,当患者呼吸困难、张口抬肩、呼吸明显哮喘时,经难发药物作用,迅速缓解患者痛苦。而在哮喘缓解期,则调补肺肾功能,多管齐下,痰饮管理,就可有效控制病情复发。文/孙傲前

上海港华医院 呼吸内科

地址:上海市淮海西路282号,286号 联系电话:021-62940057