

# 聚焦两岸飞秒屈光白内障研讨会 助推眼科医疗质量

◆ 张筱琳



■ 两岸飞秒屈光白内障及老花晶体置换手术暨最新趋势 VERION 研讨会在沪圆满落幕

为进一步提升国内白内障技术质量,让更多眼科医师了解最新白内障科技的发展趋势,一场由太学眼科集团、上海瑞东医院共同举办的“两岸飞秒屈光白内障及老花晶体置换手术暨最新趋势 VERION 研讨会”近日在上海举行,就屈光白内障手术技术与老花晶体置换术的最新技术与趋势进行了全面交流与探讨,近两百位医师参会。

会上,两岸白内障手术权威专家一起分享与探讨白内障暨老花晶体置换术的最新趋势。运用飞秒激光及数字化的自动导航系统,使得白内障手术趋于“无刀化”“智能导航化”。此新颖的技术给患者带来了完全不同的体验,让整个白内障手术变得更安全、更精确、更舒适,也为广大民众提供了一种高标准的选择。

## 老花眼趋于年轻化 应提早引起重视

40岁的林女士因工作需求,每天要面对电脑10几个小时,让她经常性头痛,甚至影响工作。她看遍了神经科、内科、脑科,甚至也尝试了中医针灸,都未能找出头痛的原因。直

至后来眼科就诊,才发现罪魁祸首原来是老花眼。

有资料显示,出现老花眼的平均年龄有逐渐下降的趋势,甚至已经下探至35岁,使得老花眼不再是老人的专利,而是轻熟龄男女都需要面对的课题。眼科专家林丕容教授解释道:“这和现代人们过度使用电子产品的生活习惯及工作环境有很大的关系。”他表示,一般民众容易忽略了眼睛的老花问题,轻度老花,可能会造成眼胀眼痛的情形,而度数较深的老花,还可能引起眉心胀痛、头痛、晕眩、恶心等症状。如果发生看不清手机字体或在长时间阅读时容易感到眼睛发胀、酸涩,头晕等不适,建议尽早到眼科专科就诊,通过专业的医学检查及治疗,从而改善视觉质量。若是碰到上述症状,切勿自行判断或在一般的眼镜店随意配镜。

眼科中心主任李俊医师说明,随着年龄增长,老花是不可避免的生理现象,平均年龄只要超过40岁,就有可能出现老花。一旦出现老花,手机、名片、菜单等小字都会变得模糊不清,再加上若有近视,则看远、看近都很吃力。许多人都是配两副甚至更多副眼镜换来换去,来解决近视加上老花的问题。但现在可通过老花近视激光技术,同时矫正近视或远视、老花和散光。

## 解决白内障问题 或可减少老人跌倒骨折风险

白内障是一种眼内晶状体的老化现象,好发于55岁以上老人。眼科中心吴玉伟医师解释,眼睛内部负责屈光及焦距调节的晶状体结构,健康时是透明清澈的状态,但因为老化、外伤、紫外线或其他因素变混浊甚至硬

化,导致光线和影像无法被传送到视网膜上,造成视觉模糊。由于白内障的发生,发展是不可逆的,目前为止尚无任何药物可以治疗,因此,白内障最有效的治疗方法就是手术。此外,视力不佳也容易导致骨折跌倒,国外研究指出,白内障术后的老人在术后1年内可减少16%髌骨骨折的风险,充分显示白内障手术对于老人视力健康的重要性。

以往的白内障患者只能选择单一焦点、球面的人工晶体,术后还需要戴老花或近视眼镜,而且若有散光问题也很难克服。眼科中心医师廖华萍博士指出,现在新型多焦点散光人工晶体,可同时解决白内障、老花、近视或远视、散光等问题,因其非球面设计,能克服像差问题,提升对比敏感度,有助夜间视力,让视觉质量更佳。

### 眼科小贴士

**错误观念1:**通过报纸或书本缓缓拿近或拿远来锻炼,可让老花眼恢复正常视力?

**纠错:**缓慢拿近与拿远报纸或书本可以短暂舒缓眼睛疲劳,但若严重老花眼,睫状肌、晶状体已经弹性疲乏,不可能恢复原本的调节力,因此也无法让老花眼回复正常视力。

**错误观念2:**利用针孔眼罩视物,可直接刺激视网膜和大脑,有助于近视和老花的视力恢复?

**纠错:**利用针孔眼罩视物,确实能使一些物体看得更清晰,但这只是短暂物理现象——“针孔效应”,并不能真正使近视和老花视力恢复。

## 关爱患者 安然度夏 高纯度灵芝破壁孢子粉无条件免费送

◆ 张筱琳

很多人认为春季才是癌症患者需要高度警惕转移复发的敏感期,到了夏天便可“高枕无忧”。实则不然,《内经》记载:“夏气之应,养长之道也。逆之则伤心,秋为痾疟,冬至重病”。根据中医传统的“冬病夏治”理念,夏季是癌症患者调理身体不可错过的黄金时期。

针对夏季的气候特点与此时肿瘤患者的新陈代谢规律,中医专家建议,根据节气、时令变化,适时调整饮食,适当配合高纯度灵芝破壁孢子粉的服用,可有效增强体质。灵芝孢子非常微小,有双层坚硬的壁

壳,只有打开这层外壁,其有效成分才能被人体利用吸收。科学实验证实,服用未破壁的孢子,只有10%-20%的有效成分能被人体吸收,而破壁之后有效成分吸收率在90%以上(摘自《食用菌》2013年4月刊《灵芝孢子破壁前后在模拟人体消化环境中活性成分的差异》)。

为了更好地关爱广大肿瘤人群,新民健康联合有关机构将在4月30日至5月10日,面向肿瘤患者免费赠送价值158元高纯度灵芝破壁孢子粉,共计1万份。每名患者凭借3年内肿瘤病理报告限领一份,先到先得。详情请咨询新民健康热线021-62946188。

不是一天两天,150天超长免费体验

迎五一

至少30瓶九鹿回免费吃咯!

上海高博特!不用多说,这五个字一出只要老上海人都知道,近二十年的上海老品牌。九鹿回!也不用多说,知道高博特的都晓得,这是它家王牌产品,从上个世纪畅销到现在的明星单品。真正的好产品,不打广告不做推销,只以口碑定胜负,九鹿回就是这样的好产品。

从盐水瓶到九鹿回,从当初初出茅庐到现在久经考验,历经二十年风风雨雨,高博特始终坚持质量,坚持诚信,坚持给顾客优质的产品和服务体验,我们一直在追求在改进。为了庆祝五一,高博特请您免费吃九鹿回口服液!即日起,前200名打进电话的朋友,只要您成为高博特新贵宾卡用户,九鹿回就可以免费吃!不是送一瓶两瓶,也不是

免费吃一天两天,至多80瓶,400天用量,整整13个月,超过一年的超长使用期!本次活动就是希望让更多的用户能够享受九鹿回给您带来的健康体验。九鹿回效果好不好,免费吃了就知道,只要打一个电话成为我们的新贵宾卡用户,至多80瓶九鹿回免费送您吃!保健就是要日积月累,健康需要您长期保养,只有200个名额,千万不要错过!另外,高博特盐水瓶、九鹿回护肝胶囊、灵芝、蜂胶、缓解视疲劳胶囊等经典产品在迎五一期间也有特价哦!

点评:本次活动仅限高博特新办理增值贵宾卡用户,每人仅限享受一次免费活动。

活动详情请咨询电话:51208848

为中老年人指点迷津,帮您远离猝死和偏瘫!

## 《养命先养心》无条件免费赠送

专家指出:心脏是人体的“发动机”,中老年人常见的高血压、高血脂、脑中风、心脏病,大都因心脏病变而起,因此,养心就是养命!而养心的关键,就是要“激活心动力”!

那么,如何巧妙激活心动力?心肌细胞被激活后,高血压、高血脂、脑中风、冠心病,会带来哪些意想不到的改善?《养命先养心》一书将告诉您想要的答案,带您远离猝死和偏瘫!



据悉,《养命先

养心》一书上市一年多来,已经指导了众多的高血压、高血脂、心脏病、脑中风读者,使他们从病痛、迷茫中,找到了科学有效的“养心方法”,体会到心脏动力恢复后,身体带来的巨大改善。

《养命先养心》为您的健康保驾护航,此书一看就懂、一学就会,打开这本书,专家将告诉您“养心”秘籍,让你懂得健康养生,成为一个生活方式健康、生活质量高的人。因数量有限,每天免费发放100本,送完为止!

免费领书热线:400-836-1363

《养命先养心》由中国中医药出版社出版,书号:ISBN 978-7-312-11417-7 送书单位:西康医药生物科技有限公司

张口抬肩 呼吸困难 胸闷憋气 猝死隐患

## 春天别让哮喘缠上你

春暖花开,支气管炎、哮喘也进入了高发阶段。这些患者发作时往往痛苦不堪,咳嗽不止,呼吸不畅,全身大汗淋漓,无法平卧,甚至休克,而且哮喘病情经常反复,缠绵不休。目前大多数患者在治疗过程中存在认识上的误区,认为哮喘无法“根治”,因此在急性发作时仅仅依靠应急药物,不重视缓解期的预防和治疗,不仅痛苦程度和经济负担不断增加,而且还要承受药物的副作用,病情却日趋严重。

### 哮喘发作有征兆

通常哮喘急性发作之前,身体都会出现一定的反应,最常见的就是胸闷、咳嗽、打喷嚏、流涕鼻涕、鼻塞、流泪,甚至乏力、少语、情绪低沉等。有些女性会有“月经期哮喘”,也就是在月经来潮前5-7天哮喘会突然发作。而有很多患者会对冷空气“过敏”,冷风一吹就会诱发哮喘复发。

哮喘患者如不引起足够重视,自行盲目滥服补强身药,或吃止咳化痰药,不仅不能减轻症状,反而会因此延误和加重病情。儿童患者会影响生长发育,甚至发生肺气肿。慢性阻塞性肺部疾病和肺心病;成人患者则会影响就业和工作,严重者会发生猝死。所以,一旦出现哮喘类症状应及时就医。

### 哮喘治疗新理论

其实,祖国医学对于哮喘的防治早已

积累了极其丰富的经验。中医认为,哮喘宿根为“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,因此一旦气候变化,或感冒风寒,或淋雨受凉,“宿痰”为新邪引动,肺脏为外邪侵入,就会引起发病。

随着科技的不断进步,秉承祖国医学“祛外邪,疏肺气,清内痰,调阴阳”的哮喘防治原则,结合了中医“治本”和西医“快速”两者优势的新的哮喘防治理论已得到了国际医学界的高度重视。

### 哮喘缓解期也要坚持治疗

目前国际医学界公认哮喘是“三大必须终身用药疾病之一”,尤其在缓解期时坚持用药对控制哮喘发作意义重大;中医认为,哮喘是一种虚实夹杂的病症,在急性发作阶段,患者往往气促喘鸣,而喉间痰鸣正是邪实为主的实证,此时因宜祛痰、降逆平喘,及时有效治疗。而在哮喘缓解期,则可从补肾、健脾、健脾入手改善病人体质,调节免疫功能,大大减少哮喘的复发。因此,病人应选择有专业背景、有特色专科的医院制订长效治疗方案,这是从根本上控制哮喘的重要保证。

此外,哮喘患者应在冷热交替的季节注意保暖,并适度锻炼,增强体质,提高免疫功能也是预防哮喘的重要环节。

文/孙傲丽

# 上海港华医院

院址:【崇明】崇明区城桥镇城桥南路222号【浦东】浦东新区川沙新镇川沙路1111号

地址:淮海西路282号、286号 联系电话:021-62940057