

常流泪、眼屎多，或是泪道阻塞

◆ 本版撰文 吴瑞莲

据了解，泪道阻塞是泪道疾病中的一种，最典型的症状就是眼泪常“夺眶而出”，从婴幼儿到老年人都有可能发病，但临床研究发现，泪道阻塞一般多发生于中年之后，老年人发病要多于青年人和儿童，其中50岁左右发病率最高，达到75%-80%。

上海爱尔眼科医院泪道专科主任范金鲁介绍，随着年龄的增长，中年之后，人便开始进入老年，泪器发生老化，泪腺组织萎缩，分泌功能减退，容易出现泪道阻塞等泪道疾病；另外老年人泪小点变小，容易外翻，经常导致泪小管功能不全，容易发生泪溢，引发慢性泪囊炎等疾病。

患有泪道阻塞的患者常常眼泪不由自主的流出眼眶，眼睛终日湿湿的，长期处于潮湿环境中，极易发生炎症，如慢性泪囊炎、慢性刺激性结膜炎等，而眼泪流过的下眼皮和面部也容易产生湿疹性皮炎，甚至还会出现眼角流脓的现象，患者长期擦拭眼泪，容易导致下眼皮外翻，更加重泪溢现象。不仅给患者带来不适，影响视力，更会使泪囊内滋生大量细菌，对眼睛造成潜在威胁。

家住普陀区金沙江路的孙阿姨，今年56岁，两只眼睛经常流眼泪，并且眼睛旁边的皮肤都是血红色，孙阿姨觉得这种情况有2年多了，除了总要擦眼泪，也没什么其他的不方便，不用去医院。范金鲁主任

介绍，其实像孙阿姨这种情况并不少见，很多老年人对眼睛总流泪或眼角流脓的情况都不太在意，认为没什么大的影响，就算流脓也误认为是眼屎，从而忽略了病情，等到开始视物模糊，积脓增多，肿起脓包才想到要去专科医院检查。

范主任提醒，老年人身体机能下降，代谢功能减退，极易患眼疾，泪道阻塞就是其中一种，在临床中，常常遇到一些中老年患者，认为年纪大了视力差一些，流泪、眼屎多都是自然的，因而忽视了眼睛的病变，延误治疗而造成严重后果。因此提醒老年朋友们，若有眼睛长期流泪的情况，请尽早到医院检查，避免疾病带来严重后果。



老爱流泪需明确病因 不可擅自滴眼药水

在徐汇区上班的刘先生，眼睛常常泪流不止，一个40多岁的大男人每天流泪，真是觉得丢人，他以为是每天上班对着电脑的原因，导致眼睛疲劳，便非常注意眼睛的保健，常滴眼药水缓解疲劳，可是他却发现流泪的情况更加严重了，到医院检查后，才知道是慢性泪囊炎。

范金鲁主任对此指出，流泪是人体正常生理现象，但如果眼泪过多就是一个大问题了，切不可像刘先生那样盲目的去滴眼药水或者采取其他不合理的措施。范主任指出，引起眼睛常常泪流不止的情况多为泪道疾病，但泪道疾病也分为很多种，引发的原因不同，所对应的处理方式也有所不同，所以要明确导致泪流不止的情况之后再进行治疗。

范主任介绍，导致泪流不止的泪道疾病一般为慢性泪囊炎、急性泪囊炎、泪道堵塞等。其中慢性泪囊炎较为常见，一般中老年女性最容易发病，患者泪液无法排出，长期积累在泪囊内，久而久之就容易出现泪液溢出，甚至是流脓的现象，但其轻度时对患者的影响并不大，很容易被忽略，但是需要引起

重视的是慢性泪囊炎极易转变为急性泪囊炎，很多慢性泪囊炎患者都是在疾病转变为急性泪囊炎之后，才引起重视并就医检查，因为急性泪囊炎症状比较明显，患者的眼皮底下、鼻子两侧会出现红肿，甚至发热，有疼痛感，此时应及时去医院检查。泪道阻塞也会导致眼泪溢出眼眶，就是人们说的常常流泪，若不及时治疗，非常容易感染。

此外，泪小管和泪小点病也容易引起眼睛泪流不止，如泪点外翻，此时下泪点离开了眼球，眼泪无法流入下泪点，所以只能流出眼睛外面，造成泪流不止的现象。另外，外伤、感染或睫毛等进入泪点或泪小管，会导致其变得狭窄或闭塞，这种情况也会使眼泪溢出，引起泪流不止的情况。

虽然泪流不止泪道病常见的症状，但导致泪流不止的原因却不仅仅只有一种，不可以一概而论，医生是根据患病原因来确诊，并采取治疗，所以如果有泪流不止的症状，应该尽早到眼科医院进行检查，找出导致泪流不止的根本原因，对自己的眼睛负责，配合医生进行治疗，早日康复。

眼外伤后经常流泪 当心泪道病作祟

众所周知，眼泪对身体的最大益处，在于眼泪有助于排出人体的某些毒素。但你是否知道，眼泪的排出如果出现异常，就预示着眼睛出现了不同程度的疾病，如果处理不当，将引发更严重的后果。

范金鲁主任指出，人的眼泪异常可由多种疾病引起，比如结膜炎、泪囊炎、干眼症等等，不同的流泪异常症状，所患的疾病也有所不同，具体情况要根据患者的症状表现和专业检查才可判断。

范主任表示，如果是患者受过外伤，撞击等，然后出现眼睛流泪的症状，那可能是受伤导致的泪小管或鼻泪管损伤，建议到医院做详细检查，然后吻合泪小管，应注意避免感染。还有的患者是由于疾病史、眼部手术失败等导致的流泪不止，这种情况更需要到医院进行检查，甚至需要进行二次手术。

而有些人平时眼泪少，情绪变化时也没有眼泪，这种情况不要当成是所谓的“泪点高”、心肠硬，他很有可能是干眼症。干眼症还可有眼部干涩和异物感、烧灼感、痒感等症状，应到医院做泪液学检查，尽早进行治疗，

以防发生角膜并发症。

“若单眼或双眼经常流脓、眼睛发红、眼屎多，且流出的脓液是黄白色，那么这种情况应首先搞清是结膜炎引起或是泪道病引起。”范主任介绍，如是轻度结膜炎，一般医生会开眼药水，用一段时间就可治愈，中度或中度结膜炎就要听医生的治疗了。但如果是泪道疾病中的泪囊炎或者泪小管炎就要做手术了。

若双眼一直流泪，无法控制，有时还会有流脓现象，上眼皮外侧会出现红肿等表现，那么这种情况应考虑泪道阻塞的可能。范金鲁主任说道，泪道阻塞老年人与新生儿比较容易发病，建议到医院确诊后再做进一步检查。若是泪道阻塞建议做鼻腔内窥镜吻合术，不建议做泪道激光，如果治疗失败，可能会引发流脓现象，还要进行二次修复。

“很多人觉得去医院太麻烦，非要等发生疼痛难忍，甚至肿包等明显症状再就医，根据人体的生理反应，出现疼痛或肿包等明显症状时，疾病一般都已经比较严重了。”范主任提醒，眼泪如果出现异常，不要忽视，尽早到专科医院检查。

摔跤老人的“隐形杀手”——骨质疏松症

当老年人不慎摔倒，“扶不扶”不仅考验人类道德观，而且还是“技术活”！在国家卫生部门发布的《老年人跌倒干预技术指南》中特别提出：发现老年人跌倒，不能急于扶起，视视实际情况进行及时处理，如果扶得不对，反而“好心办坏事”，不当的扶助会加重骨折或出血。上海市优势专科，开元骨科医院创伤外科陈亚冠主任认为，造成扶不扶摔跤老人尴尬场面屡现的背后存在着“隐形杀手”——骨质疏松症，在我国60岁以上人群的骨质疏松发病率为1/3，遗憾的是，大多数人对于这个“隐形杀手”存在着认识的误区。

陈亚冠主任指出，疼痛是原发性骨质疏松症最常见的症状，以腰背部疼痛为多见，疼痛沿脊柱向两侧扩散，仰卧或坐位时疼痛减轻，久立、久坐时疼痛加剧，一般骨量丢失12%以上可出现骨痛。研究发现，髋部骨质疏松性骨折(又称脆性骨折)患者一年内

致残率高达50%，死亡率高达15%-33%。而在存活的髋部骨折患者中，即便骨折后一年，仍有1/4的患者不能恢复活动能力。这无疑会给患者本人及其家庭带来极为沉重的生活和经济负担。

弯腰驼背被大部分人视为人类逐渐衰老的自然现象，其实，驼背恰是椎体压缩性骨折的典型症状。陈主任介绍，脊椎椎体前部负荷量大，尤其是第11、12胸椎及第3腰椎，容易压缩变形，使脊椎前倾，造成驼背，老年人因骨质疏松造成的椎体压缩，身长平均会缩短3-6厘米。

绝经女性人群属骨质疏松高发人群。因为女性到了更年期后，随着卵巢功能的减退会导致雌激素水平下降，使骨的吸收和重建失去平衡，骨质逐渐变脆，骨质密度下降较快，很容易发生骨质疏松症，这也是为什么摔跤老人中的大多是老太太而不是老大爷的根本原因，而摔跤后导致的骨折就是退行性骨质疏松症最常

见的症状。

如何防止摔跤后引发的严重骨折？陈亚冠主任认为，预防骨质疏松仅仅补充钙和维生素D远远不够，还要进行抗骨吸收治疗和促骨形成的多面治疗，因此骨质疏松症的就诊宜早不宜迟，骨折后应及时到专业骨科医院进行积极治疗，待骨折逐渐愈合后，不能因为害怕再骨折而逃避康复锻炼。骨骼康复需要运动刺激进行恢复，可适当进行一些慢跑、打太极拳、快走等运动，这些运动对骨骼产生压力，可增加骨质密度。此外，如果发现老人跌倒后出现肢体疼痛、畸形、关节异常、肢体位置异常等情形，第一要想到可能发生骨折；如果出现腰背部疼痛，双腿活动或感觉异常及大小便失禁等，可能是腰椎部位出现损伤。出现这些情况时，如果没有相关专业知识，不要随便搬动，以免加重病情，正确的做法是，立即拨打“120”急救电话。

蹲点开抢免费专家咨询号

由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：8月13日(周三)12:00。



范金鲁

范金鲁 主任医师
擅长：泪器疾病的诊断及手术治疗；通过鼻腔内窥镜下泪道微创手术治疗各种原因造成的泪道阻塞、慢性泪囊炎等泪道疑难杂症。



肖荣宗

许龙华 副主任医师
擅长：眼表、眼眶疾病的诊治及相关眼部整形，尤其上睑下垂、活动义眼、泪道阻塞、眶骨骨折、眼眶肿瘤、角膜移植、眼睑成形等疾病的诊治。



许龙华

肖荣宗 副主任医师
擅长：中医小针刀治疗颈椎病、肩周炎、网球肘、屈指肌腱狭窄性腱鞘炎(弹响指)、足跟痛(跟骨骨刺)、第三腰椎横突综合征、腰椎间盘突出症、增生性膝关节炎、膝关节侧副韧带损伤、颈源性头痛、眩晕等。



陈亚冠

陈亚冠 副主任医师
擅长：具有丰富的骨科临床经验，擅长骨科常见病、疑难病的诊断、治疗，尤其骨质疏松症、骨关节炎、创伤性四肢骨折的诊疗。