

两眼茫茫,不复灿烂必须要吃的“定心丸”

城市化的建设,让我们的生活更加多姿多彩,生活有了更多的色彩和保障。随着大众对生活质量要求的提高,一切都在朝着精益求精发展。但是,早一批的社会改造者已经步入了中老年。多彩的生活还来不及去享受,就出现了两眼茫茫,不复灿烂的情况。眼科专家陈旭主任指出,中老年人群已步入白内障、老花等眼科问题的高发年龄段,东西模糊、重影、眼睛胀痛的情况时有发生,但却总不敢看医生。一方面,是因为多数人觉得老来眼花是一种正常现象;另一方面,怕看病也是特别普遍的一种现象。陈旭主任表示,疾病与害怕是人的正常生理反应,而害怕多数源于对事物的未知。因此,他建议大众多多了解疾病,正面与其“迎战”,是给自己吃颗“定心丸”的最好方法。

叶雪菲

重新定义“复明”

白内障和老花是两种不一样的眼科问题,陈旭主任解释说,绝大多数的人总是把这两种问题混淆在一起了。大众普遍觉得自己眼睛糊就是老花,很长时间以后发现自己的眼睛变得越来越差,罹患了白内障。

其实区分白内障和老花,我们每个人都可以做到,你需要的就是一份报纸。当你把报纸放在眼前30cm左右的位置时,如果眼睛看不清上面的字,需要把报纸往远处放才可以看清,那就是老花。

当你拿着报纸,放下报纸都一样模糊的时候,罹患白内障的可能性更大。当然,还有一种情况就是患者不仅出现了老花还同时罹患了白内障。陈旭主任指出,遇到这样的情况,患者就很难自行判断疾病了。这时,患者就需要前往医院就医,借助眼科学仪器帮助对眼病做出诊断。

陈旭主任指出,现在生活水准

越来越高了,有白内障,眼睛也花得厉害,看书读报时都得戴眼镜,觉得很麻烦的时候,很多中老年人都在思考的一个问题是:有没有一种方法,在解决白内障的同时,把老花和近视问题都去掉呢?答案是肯定的。

据陈旭主任介绍,老花医学上又称老花眼,发生的机理是晶状体硬化,弹性减弱,睫状肌收缩能力降低而致调节减退;而白内障的发病机理也是晶状体的浑浊导致的遮挡视线。因此,白内障的诊疗在置换晶状体的时候,可以同步解决老花的问题,这也就是多数中老年人思考问题的答案。

白内障的诊疗一直被定义为复明,但是生活水准提高了,中国的医疗水平也提高了。越来越多的人渴求的是更加便利、清晰的“复明”,而眼科学也恰恰回馈了我们的需求。

给眼睛选择适合的“镜头”

很多医生都喜欢把我们的眼

睛比喻成一台相机。这是为什么呢?

陈旭主任说,这是因为相机的成像模仿了人类视觉系统。为了能够模仿人类视觉可以调近调远,还设计了各种各样的相机镜头。这也就是为什么为了捕捉远近相宜的唯美照片,许多摄影爱好者总是带着“长枪短炮”的原因。

但是,陈旭主任已经表示,白内障和老花都是晶状体的问题,当诊疗去掉了眼内的“变焦器”时,应该怎样看清东西呢?

这时候就需要给眼睛选择一个适合的“镜头”。陈旭主任表示,在这件事情上,眼科学也加入了仿生学的技术,仿制了眼内的晶状体,还如法炮制了“长枪短炮”,白内障患者就可以根据自己的需求选择适合自己的“镜头”了。如此,患者就可以把远近相宜的唯美世界尽收眼底了。

针对老花患者,陈旭主任还强调,千万不可购买路边摊上的老花镜。他说,廉价的老花镜对老年人的危害很大。劣质老花镜不仅起不到弥补调节功能减退作用,还会因为镜片透光效果差、放大倍数不均匀、度数不准确、瞳孔距离不对称,佩戴后会出现眼痛、恶心、呕吐等症状。

另外,廉价的镜片材质,由于光学质量得不到可靠保障,会产生透光率差,光学中心位置偏离。眼镜存在的质量问题,主要体现在眼镜的度数、散光的轴向、瞳距、瞳高等方面,如有一项不准,都会严重影响眼睛的健康。

多多了解疾病 才能让它远离你

陈旭主任提示广大中老年人,人们对疾病的恐惧源于对它的不了解。所谓知己知彼,才能百战不殆。我们对疾病了解越多,越能够知道该怎样预防,怎样抓住它的典型症状,怎样配合治疗。作为一名眼科医生,陈旭主任提倡,防大于治是医

疗的根本。近年来,中国医疗在大众科普方面做了很多。其目的就是希望市民能够自我建立防护墙,而不是像鸵鸟一样,拒绝诊疗。

针对眼科来说,中老年人应当养成良好的用眼习惯,控制每天看电视、电脑的时间;在强光下使用墨镜进行防护;多食用叶黄素丰富的食物等等。老年生活丰富多彩的今天,可不要让眼疾成为阻碍。



陈旭
副主任医师,医学博士,硕士生导师
原上海复旦大学附属耳鼻喉科医院眼科专家,从事眼科临床工作近二十年,独立完成白内障、老花、散光、青光眼等手术数万例。发表SCI论文、中华眼科论文及国内核心期刊10余篇,承担复旦大学中山医院青年课题一项,长宁区科委课题一项,参与国家自然科学基金课题一项。多次在全国眼科会议上发言,并承担多项教学任务,2017年在全国眼科年会荣获“白内障手术大师”称号。
临床擅长:白内障超声乳化术;飞秒激光白内障手术;高端人工晶体植入术;各类青光眼;老花、散光、近视的诊疗

眼科义诊通告

经相关部门批准,上海爱尔眼科医院举办“全民护眼,关EYE升级”义诊活动。活动期间,本着“便民惠民”的原则,特开通(免初诊专家挂号费、免视力、眼压检查费、免裂隙灯、眼底镜检查费、免专家会诊费等)多项绿色通道,向广大群众提供专业眼科咨询及检查服务。

- 爱心提示:本次义诊采用电话/短信预约报名的方式
 - 义诊时间:2018年6月8日(周五)上午8:30
 - 义诊预约电话:185-163-60376
 - 义诊短信报名:编辑短信“义诊+姓名+联系方式”发送到185-163-60376
 - 地址:上海市长宁区虹桥路1286号(10号线宋园路2号口)
- 义诊备案编号:长卫登字(2018)第0095号
本版块活动为公益活动,不向参加者推荐医疗服务或者其他商品,相关信息仅供参考。

上海拜博口腔知名种植专家魏兵提醒您 松牙、残根残冠,莫一拔了之!

文/魏兵

据不完全统计,60岁以上老人患各种口腔疾病高达90%以上,口腔疾病可使很多中老年人牙龈红肿出血、过早丧失咀嚼功能,降低生活质量。还可引起消化病、糖尿病、心脑血管及并发症,严重影响身体健康。其中牙齿松动、残根残冠问题更是成为困扰广大中老年朋友的头号难题。

经常有患者问:“我不想拔牙,牙根还能用吗?”“牙齿松了,可以不拔掉吗?”……大多数情况老人都很抗拒拔牙,一方面都希望松牙、残根能保留,另一方面拔牙也有一定的禁忌症,比如高血压脑病、脑中风或心绞痛等等。因此,如何处理松牙、残根残冠就显得至关重要。

其实,对于松牙、残根、残冠并不是“一拔了之”,一般都会采取能固定则固定,能保留则保留的原则。不管是松牙还是残根残冠,它们都有它存在的价值,跟人类的眼睛一样珍贵,而且任何假牙都无法取代真牙的功能,我们应该有效地保存它,珍惜它,提高生活质量,最大限度地保留。

特别是残根残冠保存修复,支持形成合理,咀嚼功能恢复好,牙冠修复后,固位较好,大小与天然牙较一致,无异物感,患者舒适,并能有效防止邻牙的移位及对颌牙的伸长,同时,还可利用修复的残根残冠做基牙,进行牙列缺损的修复。因此,残根

残冠的保存修复是延长天然牙的使用寿命、促进口腔健康、提高人类生存质量的有效方法。而松动牙通过科学合理的固定,也可以恢复稳固,咀嚼功能正常,可让牙齿有效保留更长的时间。随着牙齿修复技术的发展,目前的留存率已达到95%以上,实现了美观、功能和组织保健三个方面的整体效果。

当然,松动牙的固定以及残根残冠的保存治疗也有一定的适应症和原则要求,并非所有的松牙、牙根都能够达到很好的利用效果。所以有牙齿松动或残根残冠的朋友最好在专业检查后根据医生的建议来决定拔与不拔。



魏兵女士是拜博口腔(原拜尔口腔)疑难种植总监,副主任医师,拥有中国医科大学学士、罗马琳达大学种植临床硕士学会,她拥有近14年日本口腔医院工作经历,深谙日本齿科在服务、细节上的独特理念。她坚持遵循“治未病”理念,站在患者角度考虑,通过“口腔医生魏兵”的微博号坚持传递口腔科普知识,为民众宣教答疑,目前粉丝数已达上万。

6月9日上午10:30,由上海拜博口腔举办的疑难种植牙咨询活动将在(普陀区中山北路3300号4175室月星环球港)拜博星尔门诊举办。据悉,由魏兵领衔的疑难种植专家团,为市民提供免费的咨询答疑服务,有需求的市民可以准时前往。

“6月6日中国房颤日”之房颤的危害与防控 本周三市六医院大型科普咨询活动

叶雪菲

心房颤动(简称房颤)是临床上最常见的心律失常之一,目前我国房颤患者数量超过1000万。流行病学调查结果显示:房颤是衰老相关的疾病,房颤总人群发病率为0.8%-1.0%,80岁以上人群发病率则高达8.8%-12%。与普通人群相比,房颤可使患者缺血性脑卒中风险增加5倍,心力衰竭风险增加3倍,心肌梗死的风险增加2倍,死亡风险增加40%-90%。并且,房颤导致的缺血性脑卒中具有高致残率及致死率的特点,社会危害极大。

今年6月6日是第6个“中国房颤日”,当天上午,上海交通大学附属第六人民医院心血管内科的临床专家将举办一场针对房颤及相关并发症防治系列临床问题的大型科普咨

询活动,为广大房颤患者提供现场咨询服务,欢迎市民前往。

上海交通大学附属第六人民医院心脏中心心脏起搏与电生理亚专业是我国较早进行心律失常机制研究和开展起搏与电生理介入手术的单位之一,现为国家卫计委心血管介入诊疗技术(心律失常)培训基地。

- 活动安排
- 时间:6月6日上午8:30-9:30
- 地点:宜山路600号上海市第六人民医院门诊大楼一楼(大门口前)
- 领衔专家:魏盟教授、沈成兴教授、李京波教授
- 其他成员:张庆勇副主任医师、黄冬副主任医师、王延鹏主治医师

口腔溃疡 口臭 有治了

美明口香合剂 已到货

主治: 口臭、口腔溃疡、口干、口苦、牙龈咽喉肿痛、便秘、胃灼热痛等。

全市各大药房有售 电话: 62041665

恒德药店各药房 [奉贤] 解放中路20号 [青浦] 城中东路208号 [崇明] 东门路178号等全市各大药房有售。

灰指甲

复方聚维酮碘搽剂 品牌推荐中

伊甲®

用心治灰甲,对抗真菌,有信心! 按疗程使用,灰了指甲,不灰心!

全市各大药房有售 电话: 62041665

恒德药店各药房 [奉贤] 解放中路20号 [青浦] 城中东路208号 [崇明] 东门路178号等全市各大药房有售。