

开学了,眼科门诊的“小眼镜”排成长队

儿童长期近视易引起并发症

■ 本报记者 嵇刊 通讯员 麻云

“魏主任,快看看我家孩子的近视度数有没有下降?”“孩子上体育课还能戴眼镜吗?”“想孩子不戴眼镜可不可以?”最近几天,记者在江苏省中医院眼科门诊看到,许多家长正带着孩子焦急地候诊,门诊排了一长队的“小眼镜”。该院眼科主任中医师魏伟告诉记者:“随着中小学、幼儿园开学季的到来,最近来院就诊的儿童近视患者不断上升,半天时间就接诊了60个左右的小患者。”

网课越来越多 孩子视力不知不觉下降

在魏伟主任的诊室,许多小患者都是“老顾客”,家长们担心孩子视力下降,一般隔3个月到半年左右时间就会来复查一次视力。

浩浩开学后就是二年级了,趁着开学之前浩浩妈妈赶紧带着他到魏主任这里复查下视力,魏伟检查后发现孩子视力度数上升,已经有点近视了。原来,疫情期间妈妈给浩浩报了好几个网课培训班,“平时孩子喜欢画画和书法,之前给他报了绘画和书法培训班,因为疫情在家又给他增报了英语培训班。另外,孩子学校也有一些网课学习的任务,看着孩子自己喜欢,本来还挺高兴的,没想到伤害了孩子的视力”。浩浩妈妈懊悔不已,她特别不愿意孩子这么小就要戴上眼镜。

魏伟分析,儿童近视眼的发病率越来越高,其核心问题是由于孩子长期接触电脑电视或者是手机,导致疲劳现象的频繁产生,从而影响视功能。沉重的课业负担、近距离看书或者是书写姿势不正确、遗传因素、饮食方面如挑食等现象也都是导致近视高发的原因。

近视危害大 长期近视容易引起并发症

魏伟介绍,如今戴眼镜的孩子越来越多,孩子近视之后,眼球容易变形并会突出,眼睑也会变得比较松弛,长期佩戴眼镜的孩子会有眼睛越来越小、鼻子越来越塌的感觉。

近视除了影响外观,更主要的是影响孩子的学习、生活以及性格等很多方面,儿童近视眼容易造成视远物模糊,注意力不容易集中,产生烦躁情绪,影响患儿的学习、生活,有的孩子甚至会因此不自信,对心理也会产生一定的影响。

近视后,由于看近时使用调节较少,而使用集合功能较多,造成调节和



集合功能的不平衡,易造成外隐斜或外斜视。长期近视,持续快速加重,若发展到高度近视,会使眼球的结构发生病理性的改变,容易引发视网膜脱离、黄斑出血、黄斑水肿等严重并发症,导致视力丧失或失明。

近视虽然不可逆 中西医干预可缓解

魏伟表示,虽然从近视的发生原理来说,确诊近视在目前的医疗技术条件下是不可逆的,但通过中西医方法的干预,可以延缓近视发生的时间和减少发展近视的度数,再配合科学合理的预防措施,往往临床效果较好。

在门诊,魏伟主任提醒家长们最多的一句话就是“少用眼,多运动”,反复强调家长们要尽量减少孩子用眼压力,多进行户外活动,严格按照医嘱执行,预防孩子视力不断下降。根据每个孩子视力的不同情况,目前可通过光学矫正、药物调整、手术矫正、视功能训练以及中医特色方法等对近视进行干预,尤其是中医特色方法特别受欢迎。

1. 中医外治

(1)中药外敷。省中医院内制剂增视敷药,具有活血化瘀、促进血液循环、改善眼部营养的功效,对于治疗近视眼疗效确切。通过中药眼罩,也可以有效地缓解眼部疲劳,促进眼部血液循环。魏伟提醒,中药外敷可根据孩子的视力情况和个体体质、喜好等进行选择使用。

(2)穴位按摩(眼保健操)。孩子们在学校里经常做的眼保健操就是运用了中医穴位按摩的原理,孩子没近视之前,就可以采取预防保护措施,已经近视的孩子也可通过做眼保健操缓解眼疲劳,从而减缓近视的发展进程。

(3)耳针或耳穴压豆。中医认为人体的五脏六腑、五官九窍是有机的整体,它们通过经络相互联系,穴位刺激、

经络调节可以促进脏腑对眼睛气血的供应,是防治近视行之有效的方法之一。耳针或耳穴压豆,操作方便,无明显副作用。

(4)中药代茶饮。“益气增视方”,大人孩子都可以用,该方由魏伟教授献方,由人参、当归、决明子等中药组成,每天1包,将茶包加适量沸水闷泡30分钟,取汁代茶饮即可(孕妇、外感发热者禁用)。还可以配合艾灸刺激眼周穴位、外敷眼罩等扶正益气,进行青少年近视防控。

2. 用眼习惯

(1)改善用眼姿势。家长们要培养孩子正确的用眼姿势,眼睛离书本一尺、胸部离桌缘一个拳头、握笔写字时手指离笔尖一寸。

(2)增加户外活动。每天增加60分钟左右的户外活动可以有效预防近视的发生和发展,这也是目前最经济有效的近视防控措施。

(3)控制电子产品的使用。避免电子产品陪伴孩子。非学习目的的电子产品使用单次不宜超过15分钟,每天累计不宜超过1小时,使用电子产品学习30~40分钟后,应休息远眺放松10分钟,年龄越小,连续使用电子产品的时间应越短。

(4)保障孩子睡眠时间。要尽量保障孩子的睡眠时间,小学生每天睡眠10小时、初中生每天睡眠9小时、高中阶段学生每天睡眠8小时。

(5)让孩子多吃鱼类、水果、绿色蔬菜等有益于视力健康的食物。

(6)另外,家长要做有心人,早发现早干预,发现孩子经常眯眼、斜眼、歪头看东西,上课看不清楚黑板、频繁眨眼、皱眉,看书写作业时眼睛贴得很近等迹象时,要及时到正规医疗机构检查,遵从医生建议进行科学的近视干预和矫正。

仁医直播间(31)

超声检查: 小探头,大奥秘



■ 通讯员 杜丽娜 董菊
本报记者 何佳芮

幽暗的诊室,一台彩超仪、一罐耦合剂、一刀卫生纸,一个专注于屏幕并用的医师,构成了被称为“透视眼”的超声波检查的工作场景。

什么是超声检查呢?据江苏省人民医院超声科副主任杭菁介绍,“超声检查就是利用超声波的技术对人体进行检查的方法,包括B超以及彩超,还有现在有弹性成像的超声等等,它能够较为清晰地显示人体的内部结构及其变化情况,以此来判断有无病态变化的产生及异常物质的存在”。

什么是介入性超声呢?“介入性超声是指超声引导下的各种穿刺与治疗,主要包括穿刺活检、抽吸、引流、超声引导囊肿穿刺抽液硬化治疗、血管瘤硬化治疗等,它属于微创技术,相当于用一次精确的小手术来替代大手术。”

“各种介入性超声技术目前已逐渐渗透至临床各专业领域并广泛开展,在某种程度上可以达到与手术相媲美的效果。”杭菁说,“超声检查的范围很广,非常便捷、迅速、有效,与其他检查相比价格也较便宜,检查方向与角度也很灵活,可用于筛查疾病或者复查。”

针对超声检查是否会对人体产生危害的问题,杭菁回答:“超声检查发射的超声波是一种高频率声波,没有放射性,正规超声检查设备的超声输出功率都有严格的控制,不会对人体产生危害,对孕妇和胎儿也是非常安全的。”

由于超声检查是一项依据超声波的反射原理,对组织脏器进行图像采集、图像分析的检查技术。杭菁提醒,“在做超声检查时,就会有一些源于声波特性而造成的限制需要临床医生和患者注意,比如声波不能穿透气体、金属、骨质结构等问题,这也需要受检者在检查时做好相应的准备。”

【专家介绍】

杭菁



扫描二维码
可观看完整视频

副主任医师 医学博士
江苏省人民医院超声科副主任
江苏省超声医学工程学会副秘书长
中国抗癌协会肉瘤专业委员会委员

下期预告

江苏省人民医院肾内科主任邢昌赢谈慢性肾脏病

江苏首例! 新方法治疗肺动脉高压

■ 通讯员 王倩 程守勤 本报记者 杨羽

先用最新的血管内影像学技术——光学相干断层显像(OCT)技术,“侦查”肺动脉腔内血栓的形态、性质以及血管腔内的结构变化和范围,然后精准选择最合适的球囊扩张闭塞的肺血管,使其恢复畅通,以达到治疗肺动脉高压的目的。近日,东南大学附属中大医院呼吸与危重症医学科章锐锋主任团队、介入与血管外科秦永林主任团队紧密联合,在江苏省内首次采用OCT引导下的球囊肺动脉成形术,成功为一名慢性血栓栓塞性肺动脉高压患者施行了介入微创治疗,取得了显著疗效。

据该院呼吸与危重症医学科张立

副主任医师介绍,患者是一名45岁的男性,6年前诊断出急性肺栓塞,一直抗凝治疗,4年前逐渐出现活动后胸闷气短,平地行走100米即喘息明显等症状。右心漂浮导管检查平均肺动脉压为52毫米汞柱,肺灌注显像提示双肺多发节段性分布的放射性缺损区,确诊为慢性血栓栓塞性肺动脉高压。4年来患者病情逐渐加重,发展成稍动即喘,夜间端坐呼吸,连一些基本的日常活动都无法耐受。

章锐锋介绍,该患者病情重且复杂,药物治疗已达极限,如果再增加剂量,只会徒增药物不良反应,对患者的症状改善作用不大。专家团队反复会商,决定采用光学相干断层显像技术+球囊肺动脉成形术为患者治疗。专家

先借助最新的血管内影像学技术,利用近红外光源,通过导管技术,提供肺动脉腔内的二维截面图或三维重建图,显示出机化栓子的形态、性质以及血管腔内的结构变化和范围,据此精准指导选择合适的球囊施行介入手术。

术后,患者当晚胸闷及夜间端坐呼吸症状明显改善。一周后患者接受了第二阶段手术,顺利开通了左下肺段和亚段动脉。该患者平均肺动脉压由术前48毫米汞柱降为35毫米汞柱,肺血管阻力也明显下降,双下肢浮肿消失,可下床自由活动并可自行登三层楼梯。据悉,此次江苏省内第一例OCT引导下的球囊肺动脉成形术成功完成,将为慢性血栓栓塞性肺动脉高压患者的治疗开辟一条新路径。