



还想用眼药水、眼罩、治疗仪、针灸、按摩治近视?专家: 非手术疗法多不可逆转近视



本报记者 陈晓丽

儿童验光须经散瞳才准确

“我女儿才11岁,已经近视了,左眼200度,右眼150度,实在太让人心焦了。”近日,在济南市眼科医院小儿眼科门诊处,济南市民刘女士说,女儿是在学校组织的视力筛查中发现近视的。

刘女士对女儿近视的事实一时难以接受,再加上女儿也不喜欢戴眼镜。这两年来,刘女士带着女儿先后试过按摩、针灸、眼罩、近视治疗仪等办法,也吃过深海鱼油类保健品,但女儿的视力却未见好转。“我也是心累了,先来医院配个眼镜再说吧,要不影响学习。”虽然嘴上这么说,刘女士仍然有些不甘心。

山东省千佛山医院主治医师马宝峰说,像刘女士这样的家

许多家长有过这样的经历:孩子近视了,最初难以接受需要佩戴眼镜的事实,而先千方百计打听治疗近视的办法。据说,就连眼科医生在遇到自己孩子近视时也是如此。父母之心可怜,让人遗憾的是,目前市场上流行的各种治疗近视的办法大多缺乏医学实验依据,当下,近视仍是不可逆转的过程。

长很常见,甚至有的眼科医生在遇到自己孩子近视时也是如此,不过,他还是建议尽早带孩子到医院,由医生使用眼部药物测试,区分真性近视和假性近视。

“将散瞳剂滴入眼睛,如果睫状肌的痉挛症状消失,这种近视就是假性近视,如果药物达不到消除痉挛的效果,就是真性近视。”马宝峰从专业角度介绍,“一般由于疲劳用眼造成的假性近视,可以通过调节用眼习惯慢慢恢复,盲目配镜反而导致假性近视演变为真性近视。”马宝峰表示,确定真性近视后则需要佩戴眼镜。

“坦白地说,现在大部分近视镜验光达不到医学验光的标准。”济南市眼科医院儿童科主任傅特告诉记者,为孩子验光,需要经过散瞳、验光、复光等过程,同时考虑双眼平衡、双眼视功能情况等多个方面,往往需要超过1个小时。

“很多眼镜店验光时,倾向于矫正视力偏高,一般可以达到1.0。其实没有必要,单眼视力在0.8到0.9,双眼视力能达到1.0就行。”傅特表示。

功能性镜片可有效减缓近视程度

1995年,美国食药监局批准将准分子激光用于近视眼矫正,目前,手术仍然是唯一可靠的治疗近视的办法。随着技术不断更新换代,其安全性和准确性也在不断提高。“任何一种手术都有风险,若非职业需要,单纯出于爱美的话,要慎重考虑。”马宝峰认为。

手术之外,市面上治疗近视的办法五花八门,如眼药水、眼罩、治疗仪、针灸、按摩等,主要针对儿童近视。对此,接受采访的多位专家一致表示,这些治疗近视的办法暂时都缺乏医学实

验依据,近视在当前仍然是不可逆转的过程,只能采取手段减缓或防止近视进一步加深,而不能减轻近视,更不可能治愈。

光学矫正近视时,功能性镜片可以成为一个选择。据介绍,近视500度以内、散光150度以内,又没有眼周疾病的人,可以佩戴角膜塑形镜;近视100度以内以及假性近视阶段,可以选择佩戴雾视镜。相对于普通镜片来说,角膜塑形镜和雾视镜可以防止从假性近视演变为真性近视,并有效减缓近视度数的加深。

“许多商业机构开展各种培训治疗活动。”傅特说,他提醒家长,医学上诊断孩子弱视或者视力低下有严格的依据,即单眼最佳矫正视力低于该年龄段平均视力下限,如五岁孩子的正常视力下限为0.6,只要不低于0.6,视力就属于正常,不需要额外训练或治疗。

孕妇运动少 胎儿眼发育不良

现代医学证明,遗传、围产期保健和不良环境因素是导致近视眼发病的三大因素。如今,不少准妈妈几乎不敢做任何运动,甚至需要辞职在家养胎。殊不知,孕妇运动量少会影响胎儿眼球发育,容易导致孩子眼球不圆(散光)、眼球组织不够强韧(易膨大、近视)等问题。

婴儿的眼球壁较薄弱,过早、过度用眼会使眼球过度膨大,眼轴提早拉长,为近视埋下隐患。“不仅仅是玩手机、玩电脑,长时间近距离用眼,无论是看书识字、看电视还是画画都会对视力造成损伤。”傅特说。

不要随便使用眼药水,防止其中防腐剂伤害眼睛;多吃富含维生素A、B、D的食物,例如胡萝卜、动物肝脏等。



本报记者 王小蒙

“我今年才40岁,就体检出来高血压,难不成要做个终生的药罐子吗?”刘先生担心。医生指出,高血压分为原发性和继发性两种,原发性高血压需要终生治疗,但也不等同于终生服药。

有数据显示,我国成年人高血压总患病率为26.6%,这就意味着十人中有三人是高血压患者。

“持续的血压升高会损害

高血压患者要终生服药吗?

心、脑、肾、全身大血管等靶器官,可发生脑血栓、心肌梗死、心力衰竭、肾功能衰竭、主动脉夹层等并发症。”山东省中医院心内科主任医师马建亮说。

山东省千佛山医院急诊内科副主任医师李晓鲁介绍,高血压又分为原发性和继发性,高血压患者通常指原发性的不明原因的高血压。对于继发性高血压,它是由某些疾病如肾病等病症引发的症状,疾病得到控制后,血压会恢复正常。

而对于高血压患者来说,

医生大都建议需要终生治疗。那么,高血压都需要终生服药吗?不少人觉得是药三分毒,会对身体有损伤,所以通常在血压恢复正常后停药。

“终生治疗不等于终生服药。”马建亮说,随着人们年龄的增长,尤其是在50岁以后,一半以上人群都会出现高血压,但有一部分轻型高血压患者可通过注意休息、减重、合理饮食和戒烟酒等,使血压恢复正常。但如果一段时间非药物治疗血压仍得不到控制,就需要进行

药物治疗了。

“尤其是那些靶器官已经受损的高血压患者,基本都需要终生服药治疗,即使血压恢复正常,也不建议擅自停药。”马建亮说,服药一方面是控制血压,另一方面是保护靶器官避免损害加重。一些一线常用降压药,药物的副作用比较小。

“血压波动对身体的损害更大,而对于一些老年人来说,并不见得血压越低越好。”李晓鲁说,持续服药可以让血压保持平稳,发生脑出血、脑梗塞等

危险也可大大降低。

专家指出,高血压患者需要在医生诊断后指导用药,何时停减药物也需谨遵医嘱。

“不要擅自买一些像复方降压片、硝苯地平片等,会有一些副作用加重病情。”马建亮说。

出品:健康工作室
设计:壹纸工作室
本版编辑:徐洁
编:许雁爽
组:郭传靖