



身体周刊



扫码看更多内容

A12-13

齐鲁晚报

2021年6月6日
星期日

医学
健康
服务
科普

□ 美编：马秀霞
□ 策划：陈玮

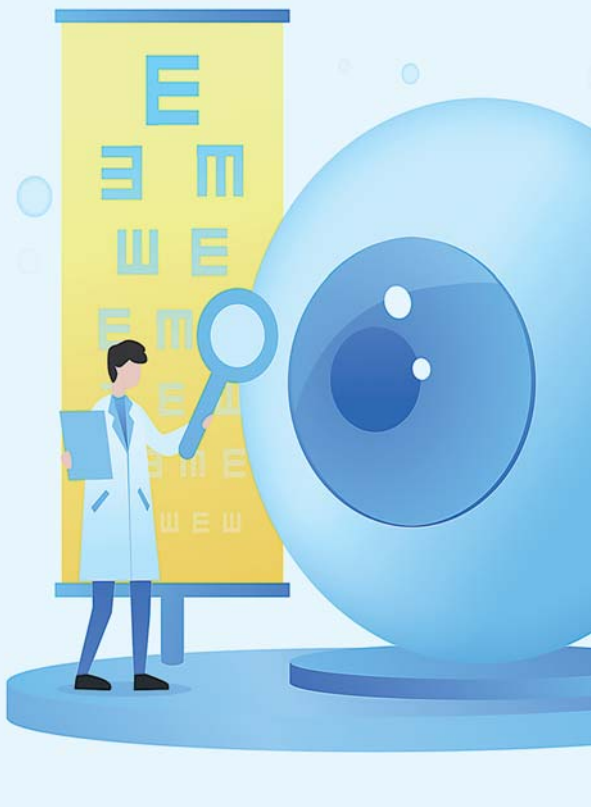
□ 组版：刘淼
□ 编辑：于梅君

壹点问医

6月6日是第26个“全国爱眼日”，今年的主题是“关注普遍的眼健康”。糖尿病眼底病变如何防治？白内障和老花眼如何区分？做激光近视手术会引发白内障吗？针对读者关心的问题，我们请专家一一解答。

糖尿病很伤眼

严重可致盲，定期查眼底很重要



齐鲁晚报·齐鲁壹点记者 陈晓丽

糖尿病是严重影响人们健康的常见病，致残率、致死率仅次于心脑血管疾病及癌症，居第三位。糖尿病可以引起多种眼病，世卫组织曾公布，糖尿病视网膜膜病变已成为导致视力缺损和失明的第二大因素。在爱眼日即将到来之际，山东大学第二医院眼科主任秦雪娇做客壹点问医直播间，和大家一起聊聊糖尿病眼底病变的防治。

糖尿病病程超5年 视网膜病变率高于25%

作为一种全身性疾病，糖尿病对全身各个系统都有影响。长期高血糖会改变人体微环境，损伤血管的内皮细胞和周细胞，继而危害血管健康。

“糖尿病能引起诸多眼病，包括糖尿病性视网膜病变、糖尿病性视神经病变、代谢性白内障、角结膜病变、屈光不正等。”秦雪娇说，其中以糖尿病性视网膜病变最突出，对视力的损害不可逆转，是导致糖尿病患者失明的最主要原因。

秦雪娇介绍，糖尿病视网膜病属于严重的微血管病变，也是糖尿病引起的首位微血管病变。“长期高血糖使眼底处于持续缺血缺氧状态，为了保证血氧供应，视网膜上就会生出许多新血管，但这种血管是病态的，极易破裂。破裂后，大量血液进入眼内，导致视力受损。”

除了出血，视网膜新生血管还会形成纤维血管膜，长期牵拉视网膜，可能造成牵拉性视网膜脱离。此外，新生血管还有可能向眼球前部生长，形成虹膜及房角新生血管，导致青光眼。

“糖尿病视网膜病变受病程长短、年龄、血糖(糖化血红蛋白)水平、血压水平、血脂水平、吸烟等多因素影响。”秦雪娇介绍，有研究发现，患糖尿病5年，视网膜病变率约为10%—25%，病程超过15年的人群中，糖尿病视网膜病变率则超过80%，而且会更严重。

可采用药物、激光 或手术治疗

糖尿病视网膜病变大致分为非增殖期和增殖期。在非增殖期，患者几乎没有任何症状，但病变已经开始，当病变累及视觉最敏感的部位——黄斑，患者就会感到视物模糊、眼前有黑影飘动、视野范围变小等，严重者甚至完全失明。

“早期治疗相对简单，可以通过改善生活方式、口服改善微循环的药物，做好血压、血糖、血脂等基础疾病的治疗，减轻对眼底的影响。”秦雪娇说。

对于重度非增殖期糖尿病视网膜病变、增殖期糖尿病视网膜病变以及糖尿病性黄斑水肿，患者的视力已经损伤，可以采取激光或眼内注药治疗，

防止病情进一步发展。

“如果已经发生玻璃体出血，视网膜牵拉等，应尽早进行玻璃体切割手术，可挽救部分视力，但治疗效果不如早期好。”秦雪娇表示，对于糖尿病黄斑水肿，可以结合眼内抗新生血管药物治疗，能取得一定的治疗效果。

做完手术是否还会复发？秦雪娇表示，大家所说的复发，其实是指眼底是否会再次出血，这主要取决于血糖控制状况。“如果发生再出血，可以用药治疗，促进血液吸收，同时还可以采用简单的玻璃体腔冲洗等措施解决出血问题。”秦雪娇说，对于已出现糖尿病肾病的患者，由于经常透析，血液处于低凝状态，再出血的可能性较大，有些可能需要再次手术。

很多人一听说要做眼睛手术就特别紧张，想通过单纯服用药物来控制病情。对此，秦雪娇解释说，如果是玻璃体出血较少，服用药物可促进出血吸收，再配合激光，能够暂时不做手术。但是，随着病情发展，眼部新生血管膜的纤维化程度会不断提高，对视网膜牵拉较大，病情恶化，再做手术复杂度、治疗费用也会大大增加。

确诊糖尿病后 要定期做眼底筛查

受糖尿病发病年龄影响，眼底病变已不是中老年人专属，也严重危害着中青年健康。“我们曾经接诊过十来岁的糖尿病患者，患者年龄越小，病情越重，全身各种并发症也更多。”秦雪娇介绍。

值得关注的是，目前的治疗手段只能做到控制病情发展，患者已经损失的视力很难恢复。随着病变加重，治疗难度也会不断增加。尽管如此，糖尿病眼底病变并非无药可医，只要坚持早诊早治，绝大多数眼底病变可得到有效控制，避免严重视力损伤。

防控糖尿病眼病，最关键的还是关口前移，预防为主。在根据医生建议规范治疗糖尿病等基础性疾病的同时，要定期检查眼底，进行眼底血管造影、OCT等检查，时刻关注视力的变化。

秦雪娇建议Ⅰ型糖尿病患者，应在确诊五年内开始定期检查眼底，Ⅱ型糖尿病患者应在发病后立即检查眼底，并且坚持每年检查1次。如果患糖尿病时间较长，可能需要根据医嘱进行更频繁的眼底检查。有眼部异常感觉，立即到专业眼科检查治疗，并注意按照医生建议定期随诊。糖尿病眼病的防控是持之以恒的过程，秦雪娇提醒，监控血糖和眼部病变相辅相成，缺一不可。



糖尿病
眼底病变防治
扫码看直播

随着生活方式和用眼习惯的改变，无论白内障还是老花眼，都有年轻化趋势。济南市第二人民医院白内障科主任王晶做客壹点问医直播间，为大家讲解白内障和老花眼的防治。

近视患者也会得老花眼 老花眼不戴眼镜会加重

齐鲁晚报·齐鲁壹点
记者 陈晓丽

力即可恢复。

硬撑着不戴老花镜 反而会加重老花眼

“白内障和老花眼都是中老年人容易出现的，易于混淆。”王晶介绍，老花眼是生理现象，是由于年龄增长，晶状体逐渐硬化，弹性下降，睫状肌收缩能力减弱，眼睛调节(变焦)能力减退，通常到达一定程度后会趋于稳定，不会持续恶化；而白内障是病理性眼病，治疗不及时会引起严重的并发症，有致盲危险。

一般来说，老花眼看近处不清楚，看远处比较清楚；而白内障由于混浊的晶状体遮挡了部分光线，看远看近都不清楚。

有人认为近视的人不会得老花眼。王晶解释说：“其实，近视眼患者也会出现老花眼。近视眼要戴近视镜(凹透镜)才能看远。当老花眼时，看近处物体需要减少原来凹透镜的度数(相当于加上凸透镜)，甚至要摘下近视眼镜才能看清。事实上，既有近视也有老花眼。”王晶提醒，得了老花眼，要及时验配老花镜；每5年重新验光、配镜。

“许多中老年患者，认为自己患上老花眼后，可以通过自身调节变好，所以不戴老花镜。这是一种错误观点。”王晶解释说，眼睛老花的度数会随着年龄增长而增加，一般老花后，按照每5年加深50度的速度递增。硬撑着不戴眼镜，容易视疲劳，反而会加重老花眼。

戴老花镜的老年人如果突然不需要戴老花镜也能看书，并不意味着老花眼不治而愈，可能是由于晶状体硬化和老年性白内障所致，最好到眼科检查。

对于既有老花眼、近视眼又有白内障的人群来说，手术时可选择两焦点、三焦点、连续视程等多焦点人工晶体，手术后不必再佩戴老花镜或近视镜。



白内障老花
眼如何防治
扫码看直播

每年高考结束，都会出现“摘镜热”。近视手术安不安全？会反弹吗？激光近视手术会引发白内障吗？为此，记者采访了山东第一医科大学附属眼科医院(山东省眼科医院)副院长高华。

激光近视手术会引发白内障？ 专家：纯粹是谣言

齐鲁晚报·齐鲁壹点记者 张如意
通讯员 汪心海 王鹏策

高华介绍，常用的近视手术有半飞秒、全飞秒还有表层手术。飞秒LASIK(半飞秒)手术，是先飞秒激光制作角膜瓣，然后掀开角膜瓣，用准分子激光对角膜切削消融，最后再把角膜瓣盖回去。整个手术要用到两种激光，一种是飞秒，一种是准分子，所以称“半飞秒”。

全飞秒激光手术与半飞秒最大区别是不需要制作角膜瓣。直接用飞秒激光制作一个角膜基质透镜，再通过微小切口(2—4mm)将透镜取出，手术过程无刀、无瓣、精确。

还有一种手术方式是表层手术，直接把角膜表层削成“眼镜”，利用酒精或激光进行表层的消融，直接打掉度数。

做激光近视手术有标准，有一条不符合，想做也不允许。以下为

适宜条件，年龄在18—50岁；近视度数两年没太大变化，每年增长不超过50度；没有圆锥角膜、青光眼、重症干眼等眼部疾病；没有糖尿病等影响伤口愈合的疾病。

对于有些近视手术后出现“反弹”，高华说，一般是因为患者近视度数不稳定，每年增长幅度大，即使做手术矫正了，近视度数还会不停增长。还有可能是术后不健康用眼，导致度数回升。

激光近视手术会引发白内障？高华表示，这是谣言。做激光近视手术的部位，只是作用在角膜上，不会穿透角膜，不会触及眼球深层结构，更触及不到晶状体(该结构变化导致白内障发病)。



激光近视
手术扫码
看直播