



# 身体周刊



扫码看更多内容

A12-13

齐鲁晚报

2022年8月21日 星期日

医学、健康、服务、科普

记者 张如意  
实习生 柳天启 聂书雅

## 干眼症逐渐低龄化 严重者会造成角膜病

最近,济南市第二人民医院眼科门诊经常发生“闹乌龙”现象。来看结膜炎的孩子,往往最后都被送进了干眼症诊室。

7岁的嘉嘉(化名)最近总频繁眨眼,觉得眼睛不舒服,去过多家医院,都被诊断为结膜炎,治疗一段时间却一直不见好。

“直到这个孩子被爷爷奶奶送到我们门诊,才发现是比较严重的干眼症,睑板腺功能也有明显异常。”济南市第二人民医院眼表疾病科副主任医师王巧玲说。

父母白天上班,爷爷奶奶平时溺爱孩子,任由嘉嘉无节制地看电视、玩电脑,时间长了,嘉嘉总觉得眼睛干干的,使劲揉也不管用,用上治疗结膜炎的药也不起作用。

医生得知病情后,首先建议嘉嘉停止不当用眼,并给予人工泪液点眼、雾化熏蒸及睑板腺按摩等治疗,嘉嘉的干眼症状很快缓解了。

“干眼症是多因素导致泪膜稳态失衡,从而产生慢性眼表损害及不适的疾病,以眼睛干涩为主要症状。”山东第一医科大学附属眼科医院(山东省眼科医院)角膜病科干眼门诊负责人李光伟说,干眼症还伴有异物感、烧灼感、眼痒、疼痛、眼红、视疲劳等症状,较严重者,还会引起角膜上皮损害而影响视功能,甚至造成难以复明的角膜疾病。

据统计,近年来干眼症逐渐低龄化。有调查发现,目前在眼科门诊中,30%以上的病人因干眼来就诊,其中,儿童患者并不少见。

## 过度使用电子产品 是儿童干眼主要原因

日本一项研究,调查了写字楼里700多位长期面对电脑的工作者,约89%有干眼病史。对青少年而言,长时间使用手机、电脑等电子产品,仍是引起干眼的主要原因之一。

“除了长期贪恋电子产品的儿童外,初高中生也是干眼门诊的常见病患。”王巧玲说,青少年群体学习用眼比较多,而且现在经常需要用平板、电脑上网课,眨眼次数减少,易造成视觉疲劳;电脑屏幕的蓝光,也会对儿童眼表细胞造成损伤,

# 干眼症开始「进攻」娃娃们

医生:误当成结膜炎治可能引发角膜疾病

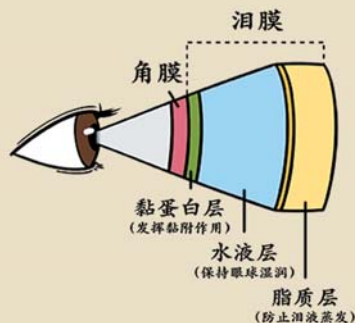


## 壹点问医

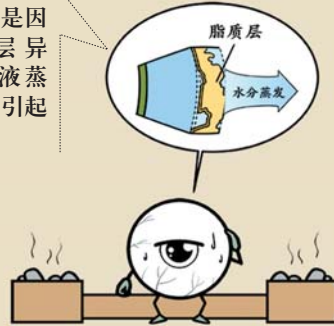
看动画片、打游戏……孩子们在暑期得到了放松,但有些孩子眼睛却亮起了红灯,干眼症悄悄找上门。干眼症在我国的发病率为21%~30%,在青少年群体中已成为常见病。

### 这些人容易“干眼”

- ◎经常看电子屏
- ◎长期戴隐形眼镜
- ◎化妆妆后清洁不彻底
- ◎年龄较大者
- ◎曾做过眼部手术



研究表明,86%的干眼症是因脂质层异常、泪液蒸发过快引起的。



从而加重干眼症状;再加上学习压力、熬夜、情绪等方面的影响,长时间用眼后不注意休息,也会患上干眼症。“从前,干眼症多发于眼部功能衰退的老年人,而现在,青少年使

用电子产品的时间越来越长,干眼症发病率也越来越高,病患群体日趋低龄化。”

李光伟还表示,在炎热的夏季,许多孩子终日待在有空调的房间

内,而空调风不仅湿度偏低,吹出来的风也会加快孩子眼睛前方的空气流速,在一定程度上会加速眼球表面泪液的蒸发,诱发干眼症。

“小孩那么爱哭,眼睛经常水汪汪的,也会得干眼症?”面对家长的疑问,王巧玲说,部分儿童由于年龄较小,对于自己患病的症状缺乏语言表达能力,无法准确表达自己的直观感受。

所以,作为家长,更应多留心孩子的举动,若孩子有频繁眨眼、揉眼的表现,就应引起注意,详细询问,及时就诊。若无并发性炎症,则不需要相关的抗炎治疗,一般使用人工泪液来缓解眼部干燥即可。

不要擅自使用抗生素眼药水,如果不遵医嘱、不对症下药,很有可能加重孩子病情。

李光伟提醒,自行使用冷敷或热敷的方式来缓解眼睛不适也是不可取的。例如过敏性结膜炎需要冷敷缓解,而睑板腺的症状,则需要通过热敷缓解,若不经诊断盲目治疗,会适得其反。

## 换季时节应预防 结膜炎引起的干眼症

对儿童来说,诸多眼部不适症状,不仅会影响生活质量,其引起的视疲劳,还会加速近视的进展,因此,如何有效地预防干眼症,是每位家长务必了解的知识。

日前,有中国疾病预防控制中心的专家建议,针对2岁及以下儿童,不建议看各种屏幕。

李光伟表示,对于青少年儿童,首先要减少连续用眼的时间,尤其是避免长时间使用手机、平板、电脑等电子产品。即使使用,一次不要超过30分钟,中间休息十分钟左右,休息时可进行远眺。

因为远眺时,眼球处于放松状态,眼部肌肉也能得到放松,可以让超负荷工作的眼睛得到有效休息。

坚持良好的作息习惯,避免熬夜。另外,还要养成良好的饮食习惯,做到均衡饮食,多补充富含维生素的瘦肉、动物肝脏及蔬菜水果等,减少辛辣、油腻及甜食的摄入。

特别注意的是,在当下即将换季的时候,也要预防因气候变化引起的过敏性结膜炎,过敏性结膜炎会通过损害角膜细胞及睑板腺功能等,诱发干眼症。

家长若发现孩子近期出现眨眼频繁,揉眼、眼干及眼痒等症状时,应及时到眼科诊治。

# 常流鼻血要当心,鼻腔也会长肿瘤

## 鼻腔鼻窦癌起病隐匿,多数患者就诊时已不是早期

记者 秦聪聪

## 长期慢性炎症刺激 可能导致鼻腔鼻窦肿瘤

山东省耳鼻喉医院鼻科中心主任纪宏志介绍,鼻腔鼻窦的恶性肿瘤相对少见,占全身肿瘤的1%~3%,占头颈部肿瘤的5%左右,其中鳞状细胞癌最为多见。

“与大多数肿瘤一样,其与遗传、环境污染及生活习惯等因素有关。”纪宏志指出,目前有关鼻腔鼻窦恶性肿瘤的发病机制尚不明确,但是,长期慢性炎症刺激,经常接触致癌物质,暴露于木屑、工业粉尘、石棉、甲醛等环境中,都可能是该病的致病因素。除此以外,吸烟也是鳞状细胞癌的诱因。

由于起病隐匿,认知率低和解剖位置狭小等因素影响,多数鼻腔鼻窦癌患者就医时已不是早期。相关文献报道,鼻腔鼻窦癌患者总体的5年生存率在40%左右。

“病变的部位不同,症状也不相同,比较常见的有鼻塞、鼻出血、脓鼻涕、嗅觉下降、听力下降等,有些患者会存在口腔症状,如张口困难、牙龈或上腭肿块、牙齿松动,有些患者会出现眼部症状,如复视、视力下降及眼球突出等,还有些患者会出

**肿瘤达医**

近年来,恶性肿瘤成为居民健康的主要威胁之一。从皮肤到内脏,从软组织到骨骼,肿瘤可能长在人体的任一部位。

日前,山东省耳鼻喉医院鼻科中心主任纪宏志做客《壹点问医》时介绍,鼻腔虽然是比较狭小的空间,但有着复杂的结构和功能,作为呼吸道的第一道屏障,容易受到外界不良环境和致病因素的影响,因此也会发生肿瘤。

扫码看视频

现面部肿块及面部麻木、头痛,或不伴中枢神经系统功能障碍等。”纪宏志提醒,单就鼻塞来讲,鼻腔鼻窦肿瘤往往会伴有鼻出血、脓鼻涕等,药物治疗后,鼻塞往往不缓解,但这些都不能作为区分两种疾病的可靠依据,因此出现相应症状后,应该及时就医。

## 鼻部疾病患者 要注意积极治疗

纪宏志介绍,鼻子在面部的中线,也是最突出的部分,癌晚期可能导致鼻面部畸形,从而影响美观。更关键的是,鼻腔鼻窦肿瘤会引起鼻腔鼻窦功能障碍,比如通气功能、分泌功能、嗅觉功能等受损。如果肿瘤向周边侵犯,还会引起听力下降、咀嚼功能障碍、吞咽功能障碍等。

对于鼻腔鼻窦癌的治疗,纪宏志表示,外科手术是主要治疗手段,但病理类型和病变范围不同,治疗

方式也不同。比如淋巴瘤、鼻咽癌主要是进行放疗;一些恶性程度高、病变范围较大或者侵犯了重要结构的肿瘤,在手术之前,可能也需要先进行诱导放疗,待肿瘤范围缩小后,再进行手术切除。

“手术方式的选择,也要看肿瘤发生的具体位置和侵及的范围。”纪宏志说,在病变条件允许的情况下,鼻内镜手术是最优选择。它可以在最大程度上,减少对患者的组织损伤和鼻面部毁形,但是,有些肿瘤由于位置特殊,或者不适合内镜手术,就要选择开放性手术。

“不管采取何种手术方式,恶性肿瘤的第一治疗原则,还是力求完全切除,保证足够的安全边界。”纪宏志强调。

当然,由于鼻腔鼻窦的位置特殊,结构和功能复杂,手术不仅要完整切除肿瘤,还要考虑到患者的面容美观和功能重建。

纪宏志提醒,要预防鼻腔鼻窦肿瘤,日常应注意养成良好的生活作息和饮食习惯;患有鼻部疾病的群体,比如鼻炎、鼻息肉、鼻腔内翻性乳头状瘤等,尤其要注意及时诊治和随访;有肿瘤家族史的群体,应重视体检;工作需要长期接触重金属、化学物质等致癌物质的群体,应当注意防护及鼻腔冲洗,坚持定期体检。

美编:陈继玮  
组版:刘梅君