

眼前有“小飞虫”在飞,就是飞蚊症吗?

飞蚊症是怎么回事?

飞蚊症,眼前见黑点飞舞,犹如飞蚊,由此得名。在医学上的说法是:玻璃体混浊,是玻璃体内的不透明物体投影在视网膜上产生的。有些说法认为“飞蚊症”就是“白内障”,其实是错误的。

白内障和玻璃体混浊是两回事,是眼球的两个不同部位出现了问题。眼球和照相机的结构很相似,白内障相当于照相机的镜头变混,而玻璃体混浊相当于照相机的暗室变混了。

飞蚊症分为生理性和病理性两种。大部分的“飞蚊症是生理性退化。玻璃体在正常状态下是透明的胶冻状态。随着年龄的增长或者本身有高度近视,玻璃体会随之老化,原来的凝胶状态会发生部分“液化”,出现细点状、条状、网状等混浊物,随着眼球的转动而飘浮游荡。当光线进入眼内时,这些混浊的阴影透射到视网膜上,人们就会看到“飞蚊”。病理性的飞蚊症多伴有炎症、外伤、出血或者由全身疾病导致,是一种较严重的玻璃体混浊,可能对视功能造成影响,通常需要积极治疗原发病。

哪些人更容易得飞蚊症?

近视,尤其是高度近视患者,发生飞蚊症的概率比正常人高很多。这是因为近视患者的眼轴比正常人长,一般成年人的正常眼轴在24.5mm左右,

蚊子,一种令人心烦的生物,尤其当它在人的周围飞来飞去时,更加令人讨厌。

飞蚊症,一种看起来和蚊子有点关系,但实际上与蚊子本身没有关系的眼部疾病。

飞蚊症之所以被称作飞蚊症,是因为它的临床表现,即人的眼前出现像蚊子一样飘来飘去的黑影。

而高度近视患者眼轴能够达到30mm。

近视患者眼轴变长意味着什么呢?

简单来说,人的眼球近似于球形,眼轴就是眼球从前到后的长度。近视患者眼轴变长,眼球这个“球体”也被撑大,尤其是高度近视患者。

由此会对视网膜造成明显的牵拉,视网膜持续变薄,就有可能导致视网膜病变,更容易引起飞蚊症的发生。除了近视患者,高血压、糖尿病患者也需要警惕飞蚊症的发生。高血压患者容易出现眼底血管病变,从而引起飞蚊症,比如中央静脉阻塞引起玻璃体出血。糖尿病患者容易出现糖尿病视网膜病变,与正常人相比,更易造

成飞蚊症。

建议以上这三类人群平时不要过度用眼,少看电子产品,定期到眼科做相应检查,一旦出现病变,及时进行治疗。

治疗飞蚊症的方法有哪些?

治疗飞蚊症先要排除是否由其他疾病引起的,如果是,需要积极治疗原发病。比如眼底血管病变引起的,积极治疗血管病变;高血压引起的静脉阻塞,需控制血压,治疗静脉阻塞;糖尿病视网膜病变,需控制血糖,治疗视网膜病变。

如果飞蚊症不是原发病引起,而

是由玻璃体液化混浊造成的,比如老年性玻璃体混浊、高度近视眼单纯性液化混浊等,患者可以在医生的指导下服用含碘的药物或者食物。

这种方法能够缓解一部分症状,但完全治愈的可能性并不大。根据患者情况,医生可能还会建议激光治疗,激光能够将玻璃体内混浊的部分雾化掉,能够帮助一部分患者完全治愈,另一部分患者虽然无法完全治愈,但能有效缓解症状。(本报综合)



《中国生殖健康报告》发布 首次详解近50年来我国生殖健康数据

新华社北京电(记者 田晓航)1月20日,中国计划生育协会联合中国人口与发展研究中心在京发布《中国生殖健康报告》。这是我国首次对20世纪70年代初以来生殖健康有关数据进行全面梳理解读。

据介绍,报告系统回顾了我国近50年来的计划生育历程和生殖健康发展道路,分析了其变化、趋势和面临的新挑战,并围绕我国避孕节育措施的

发展变化、人工流产的状况及避孕模式的国际比较进行总结分析。

根据报告,多年来,我国通过制定完善法律法规、开展宣传教育、全面提供生殖健康和计划生育优质服务,显著提升了广大群众生殖健康水平。

专家表示,随着性生活年龄提前,生育意愿降低,生育孩子数量减少,需要避孕的时间拉长,人们对计划生育的需求大大增加。报告指出,当前我

国生殖健康领域面临避孕服务等方面的新挑战,基层计划生育服务能力需要提升,服务质量有待提高,开展好生殖健康服务依然任重道远。

“生殖健康是全民健康的基石。”中国计生协专职副会长姚瑛在发布会致辞时表示,完善生殖健康服务体系,提升服务质量和水平,是强化国民健康制度保障、建设健康中国的重要内容。

高血压患者 不能犯的低级错误

徐秉

近期,《新英格兰医学期刊》发表了一份病历。

一位58岁女性,高血压患者,平时吃氨氯地平、赖洛普利、氢氯噻嗪降压。可近段时间,她突然感到剧烈的头疼、眼睛看不清东西,上医院检查。一检查把医生吓出一身冷汗:她的血压高达242/134mmHg。

她不是吃着降压药吗?血压为什么突然这么高?

其根本原因是这位女性犯了个低级错误,她没有按照医生要求来服降压药,只是“偶尔有依从性”,想起来的时候才吃一次药,并且近3周由于各种原因没吃降压药。

在医学上,我们把血压大于140/90mmHg称为高血压,而当血压大于180/120mmHg,被称为“高血压急症”,可能导致患者眼睛失明、脑中风、心肌梗死、心力衰竭。全身动脉压在70~180mmHg波动时,肾脏可以调节自己血流量,但超过这一范围,还可引起急性肾功能衰竭。

因为不坚持用药而导致高血压急症,并不是个例。有研究者随访了112名高血压患者(5个失访),随访时间16年。研究结果表明,随访期有13名患者发生高血压危象,13人中有10位是因为没有坚持服用降压药,患者依从性差,是导致高血压危象最重要的原因。

可吃药不是儿戏,谨遵医嘱、按时吃药,才是患者应该做的。

冬季留神“三温差”

成都市第二人民医院副主任医师 宁蔚夏

严冬,寒风凛冽,冰雪交融,冷空气引起的温度变化堪称一年之最,此时若有不慎,不仅容易引起上呼吸道感染等呼吸系统疾病,还极易导致中风、心肌梗死等心脑血管疾病发作,对于老年人而言,应注意以下三种状态下的温度差,加强自我保护。

内外温差。在我国北方,寒冬室内往往使用不同的取暖设备,特别是取暖设备好、温度高的室内,常常与室外形成了非常大的温差。此时需要注意,进入室内时,要适时脱去外衣,不致体温过高;外出时则应及时穿好或增添外衣,并戴好帽子、手套、口罩、耳罩以及围巾等。而在南方一些气候潮湿而又寒冷的地区,由于门窗大多封闭不严,室内外气温相差不大,取暖设备又很少使用,在室内尤其是久坐时,

则应注意加强保暖,多活动身体,以防感冒和冻疮的发生。

浴室温差。冬天洗浴时,不仅浴室内外有温差,而且人体在入浴前后与浴水也有温差。因此须注意,居室与浴室温差不要超过5摄氏度,浴室温度不可过高,浴水温度不宜超过41摄氏度,洗浴完后要及时穿好衣服,这对于居室温度不是很高的老年人格外重要。

起床温差。指的是盖被与室内的温差。针对室内相对寒冷的空气,起床时需要注意的是,醒来后不要急忙从被窝里出来,最好将室温升高后再慢慢起身,尤其是冬天,凡事都要给自己留有适应余地。特别是年老体弱者,宜躺在床上闭目养神数分钟,或在床上轻缓地伸伸懒腰,或做些微小的活动,然后再起床,以确保平安。

