

眼疲劳原因有多种 眼药水不是抗疲劳良药

眼泪 才是眼睛最好的护理液

□晚报记者 詹莉莉

6月6日是全国“爱眼日”。眼睛是人类心灵的窗户,但是眼下,拥有一双健康明亮的眼睛却成为不少人的梦想。我们经常看到:身边的上班族,包里除手机、钱包、纸巾等必需品外,还要随身装上瓶眼药水,或在办公桌上放上一瓶。尤其是许多长期使用电脑的人,更是喜欢到药店自行购买眼药水,当眼睛不舒服时就点几滴,似乎感觉很舒服。但是最近眼科专家却提出了反对意见:眼药水原则上能不用就不用,尤其是对于单纯性眼疲劳,眼药水绝对不是必需品。

滥用眼药水弊病多

许多人没有眼疾也习惯经常点眼药水,或者眼部不适,不经确诊就点眼药水,这都是不合适的。

专家介绍

经常滴眼药水,眼药水中防腐剂成分可破坏眼表结构,产生刺激症状。

不经诊断自己经常使用眼药水带来的不良后果:

- 抗生素眼药水**
针对细菌、病毒、真菌、衣原体感染等。如盲目长期使用抗生素眼药水会引起耐药菌株的产生。
- 糖皮质激素类的眼药水**
可能引起感染性角膜穿孔、继发性青光眼等严重后果。
- 含有肾上腺素的眼药水**
这种强力收缩血管的药物,影响眼的代谢,很可能加重眼病。

专家提醒:
用任何一种药物都应有针对性,要在医生的指导下,按疗程用药。

从事文字工作的冯先生每天需要长时间面对电脑写作,为了爱护双眼,他每天都要使用滴眼液。可是前段时间,冯先生却感到眼睛出了毛病,使用完滴眼液后,眼睛不仅干涩、球结膜充血,而且感觉很疲劳,停

止使用后症状会好转。前天,冯先生的眼睛还增加了新的毛病,使用滴眼液后,眼睛就疼得厉害:“会看不清东西,总感觉有雾状东西糊住眼。”无奈之下,他求助于医生。就诊中,医生作出“眼药水中的防腐剂长

期腐蚀所致球结膜充血的“干眼病”的诊断”。郑州市中医院博爱眼科中心主任医师杨曙光说:“接诊中像冯先生这样的患者有很多,绝大多数都是从事电脑工作的人。由于长时间面对电脑屏

幕,经常会出现眼睛干涩、异物感、眼睛酸胀、视物模糊等眼疲劳症状,这个时候滴一点眼药水,刚开始的时候是可以缓解一下不适和疲劳的,也正因为如此,很多人逐渐对眼药水产生了依赖。”

案例 滥用眼药水致干眼症

诊断 眼疲劳原因有很多

光不正的人,包括近视、远视、散光等,由于眼睛没有得到很好的矫正,从而造成眼睛疲劳。这类患者看东西比正常人容易累,滴眼药水是不能解决问题的。

目前眼药水分为抗细菌型、抗病毒型及保护角

膜型等多种类型,必须对症使用。另外,抗细菌型的眼药水大多数都含有防腐剂,这是全国眼表疾病学术会上已确定的事。“临床发现,长期使用含有防腐剂的眼药水,其中的防腐剂会破坏眼结膜囊内的正常生理环境,对眼角膜及

结膜造成损伤,引起上皮细胞脱落,轻的会造成干眼症,严重的还会导致角膜溃疡、穿孔或者糜烂,甚至失明。”杨曙光说,自行到药店随便购买,乱用眼药水、洗眼液,非但保护不了眼睛,还易对眼睛造成伤害。

提醒 眼泪是最好的护眼液

眼泪蒸发。干眼症者应找出发病原因,一般发病原因是外部环境造成的,比如长时间盯着电脑看、坐姿不正、近距离与电脑接触等。所以,屏

幕要和人保持30~50厘米的距离。看电视或电脑半小时后,应走到窗前眺望远处5~10分钟。多看绿色也能放松视神经。做眼保健操、热毛巾湿敷也能够缓解眼

睛干涩。此外,用沙参、麦冬、菊花、生地、草决明各等量混合,每次取10克,沸水冲泡代茶饮,也能有效预防干眼症的发生。

名医在线

勇攀骨病医治高峰

访河南亚太骨病医院院长王瑞

□晚报记者 詹莉莉/文 赵楠/图 通讯员 王占锋

在采访前,记者了解到,河南亚太骨病医院院长王瑞是上海医科大学骨外科硕士,致力于骨坏死、强直性脊柱炎、类风湿性关节炎、颈椎病、腰椎病、膝关节炎、骨髓炎、骨结核、骨肿瘤等骨病的理论与临床研究,尤其在骨坏死研究和治疗方面积累了丰富的临床经验,有很高的造诣。

初见王瑞院长是他的办公室里,虽然环境有些简陋,但满屋的书籍散发着浓厚的学术气息。王瑞院长性

格随和,让采访的气氛顿时也轻松和谐不少。

王瑞毕业于上海医科大学,当时,作为一位医学高校骨科专业的高材生,完全有机会像他的同学一样留在上海或出国发展,而王瑞却选择回到自己的家乡河南发展。

“做出这样的决定是事出有因的!”王瑞表示,在上海读大学的时候,经常有河南老乡千里迢迢找他诊治骨科顽疾。由于和上海、北京等发达城市相比,河南的医疗条件至少要落后5~10年。尽管骨病发病率高,患者异常痛苦,但是整个社会对此关注较少,治疗手段落

后,很多骨病患者得不到及时治疗或是找不到地方治疗,从而最终延误或是加重病情。在这样的情况下,王瑞决定改变自己家乡落后的医疗情况,用自己所学习的先进医疗技术,来解除患者的痛苦。

功夫不负有心人,2003年,王瑞与多家医院著名的骨科专家联合在郑州成立了河南省骨病研究所,自己出任所长,并致力于此方面的研究。在经过几年的大量临床观察与摸索后,将临床实践与理论研究有机地结合,努力探索并逐渐形成了一整套治疗骨病行之有效的方案。

因其精湛的医术,“海

纳百川”的胸怀,王瑞的理想开始逐步实现,不仅将许多医术高明的医生团结在他的周围,继续为解除患者病痛和致力于骨病而奋斗着,而且为使更多骨病患者脱离痛苦,2006年10月,在原河南省骨病研究所的基础上申办了河南亚太骨病医院,并于今年3月正式试营业。

如今各类医院遍地开花,但“看病难、看病贵”依然是老百姓普遍头疼的问题,而亚太医院则是省级唯一一家非营利性骨病专科医院。医术高超的王瑞视病人如亲人,把救死扶伤作为己任,只问病情轻重,不管



有钱无钱,遇到困难户就会减收医疗费。“我们就是要让所有的病人都满意,让农民、普通市民、下岗工人、穷人都看得起病!”

问起王瑞看病的秘诀,他笑说,“其实,世上是没有灵丹妙药的,关键是把患者放在心上,三分治疗,七分护理,把患者当作自己的亲人,减轻病人痛苦,

治愈疾病,是我终生所追求的理想!”

在采访即将结束时,王瑞表示,他想通过研究所和医院的综合能力,使亚太医院成为一个国际的科研基地,整合国际国内现有的优势,努力搭建一个学术平台,为早日彻底攻克这些骨科顽疾而努力奋斗。



好视力眼贴 贴贴更清晰

买1盒送1小盒[6包装]

买1周期再加送天堂伞1把

优惠时间

2007年6月4日—15日

适宜人群

中老年白内障、老花眼、黄斑变性、眼底病变、翼状胬肉;青少年近视、远视、弱视等视力不良者;电脑工作者、教师、办公室人员等过度用眼者及由眼部自由基引起的视力下降、眼睛干涩、发痒、酸胀、疼痛、流泪等。

据最新调查显示:在我国有视力残疾者约1200万人,其中老年人约有800万,占率达到70%,是世界盲人最多的国家,占全世界盲人口的1/8。同时,每年我国新增1.5万盲人,这意味着几乎每天每分钟会出现一视新的盲人。“防盲进社区,关注眼健康”已成为第十二届全运会“爱眼日”的主题。在“爱眼日”前夕,好视力眼贴呼吁大家关注我们的眼睛,关注我们的健康。

据眼科专家研究发现:眼睛在代谢过程中会产生大量的自由基,堆积在眼部,日久天长不断在毛细血管中堆积,造成眼部血液循环不畅,营养缺乏,导致眼部素质下降,从而使眼睛出现干涩、发痒、酸胀、疼痛、流泪、怕光、视物模糊等情况;若不及时加以控制,还会引起近视、老花、青光眼、白内障、玻璃体混浊、黄斑变性甚至失明等更为严重的症状。由此可见“眼部垃圾”是引起各种眼部不适的重要原因。

好视力眼贴通过眼外贴敷,直接作用眼部皮肤,采用“清除眼部垃圾”理念,增加眼部血管流量,修复眼部受损组织,滋养视神经,提高眼部素质,全面呵护眼健康,给许多眼部不适者带来了光明和健康。2007年5月29日—6月3日,作为中国国家射击队专用护眼产品的视力眼贴,也伴随中国代表团参加2007年射击世界杯德国慕尼黑站本年度最后一场世界杯比赛,在比赛间隙来自不同国家的运动员都来到好视力体验馆中心进行试贴,试贴后好视力眼贴得到了高度评价,很多运动员对好视力眼贴爱不释手,好视力公司在此也祝愿中国射击队在这次比赛中取得优异的成绩。

免费试贴 真金不怕火炼,好产品不怕试贴,抓住一次机会您将获益终生!您可凭本报或身份证到桐柏路思达超市、丰产路丹尼斯店、北京华联中孚店好视力专柜进行免费试贴。



礼品装 每盒眼贴97元 每四盒一周期

免费体验热线:6369 5880
中国中医科学院医药保健品研制中心科技产业基地生产
中国国家射击队专用护眼产品
中国3.15质量维权金牌服务会员单位
生产基地通过ISO9001:2000国际质量管理体系认证

礼品装 销售地址: 店中店 桐柏路思达超市/北京华联中孚店/丹尼斯丰产路店/紫荆山大楼医药部/正道花园商厦医药部/金博大医药部/商业大厦医药部/世纪联华经三路、丰乐路店/家世界嵩山路、南阳路、经三路店医药部/中环路医药部 药店: 仝德堂连锁店/张仲景大药房/河南省医药超市/河南大药房/本草国药馆/河南幸福人大药房/河南惠发医药/福祿寿大药房/天泽医药/杏林大药房/仲景堂药房/益生堂大药房/经纬国药堂药房/国药大药房等各大药店有售。 药店招商电话:0371-6369 9308