

防治近视 暑期头等大事

有数字显示,目前我国学生近视发病率居世界第二,人数居世界之首。由近视眼及其并发症致盲者,已占所有致盲病因的第三位。

眼睛是心灵的窗户。这句话大家都非常熟悉,但看到上面的数字,不知道您会有什么样的想法。其实有什么样的想法不重要,重要的是我们将如何用行动控制孩子的眼镜度数不再加深。

晚报记者 董亚飞 张玉韩

假期养养眼睛

尽量让孩子放松并控制用眼时间

记者在西郊一家医院采访时获悉,往年的寒暑假都是儿童近视的高发期,其原因是作业繁重,还有一些家长盯住假期补课的“大好”时机,进行各种补课、培训,让孩子的眼睛持续在紧张状态,另外,玩电脑、看电视没有节制,这些都使孩子的眼睛长期疲劳,看东西也变得很模糊,导致视力急剧下降。

相关专家说,学生平时课业负担重,暑期,孩子们应该抓住这个黄金时期,让眼睛从上课时持续疲劳、痉挛状态中解放出来,得到充分休息。这样也可以防止假性近视向真性近视转化,减缓近视发展。所以,暑期本不该是近视的高发期,而应该是学生保养和保护眼睛的最佳时期,青少年学生们不妨利用这段时间好好养养眼睛。

因此,提醒家长,假期应尽量让孩子放松,控制孩子的用眼时间,让他们免于长时间阅读、书写;还要避免他们长时间操作电脑,特别是玩游戏的孩子,一定要严格控制游戏时间。另外,也是治疗斜弱视、散瞳验光、调换合适眼镜的最佳时机。

准分子手术

给眼睛手术是至关重要的大事

“几年前我就听说过准分子手术。”某大学学生张力说,但那时自己还在上高中,加上平时学习很累,需要用眼的时间比较长,所以一直没做。今年大学快毕业了,马上就要面临就业,一些学长告诉他,一个好的形象对面试很重要。因此,他想利用现在这个时间做激光准分子近视手术。

近日,记者在各大医院眼科了解到,前来咨询准分子手术的大学生较多,他们大多是为了良好的形象或是应对找工作时单位的面试,因此希望通过手术可以快速、彻底地治疗近视,而激光准分子手术无疑成为他们的首选。

眼科专家介绍,青少年有强烈要求摘除眼镜的愿望,但给眼睛手术是至关重要的大事。做准分子手术要符合以下手术条件,首先年龄在18~50岁,不过针对一些特别的病例,比如说屈光参差、弱视,因为弱视的矫正是在12岁以下,如果双眼相差250度以上,戴框架眼镜,不能耐受,可考虑手术。另外,有些50岁以上的人也要手术,主要是为了方便开车等,需要很好的远视力,这样也可以做。

其次,屈光度数稳定两年以上,每年验光不要超过50度,,近视在100到2000度,远视、散光在600度以下,都可以做。

但有一些潜在因素的,暂时不要做。眼底疾病如网脱、出血,这些最好也不要做。糖尿病、胶原病、严重疤痕体质的人,也需谨慎。



佩戴隐形眼镜

要考虑自己的孩子是否特别需要

采访中,记者了解到,有些家长认为,一旦给孩子戴上框架眼镜,孩子的眼球就会突出,影响孩子眼睛的美观,或是担心孩子好动,戴框架眼镜不安全等因素,最终选择给孩子佩戴隐形眼镜。

专家说,在选择佩戴隐形眼镜时,要考

虑自己的孩子是否特别需要。因为隐形眼镜在使用时安全性要求比较高。尤其是年龄比较小的孩子更不能佩戴隐形眼镜,原因是他们不会很好的养护,据报道国内佩戴隐形眼镜导致重度角膜炎的病例屡见不鲜。

数字化角膜塑形镜

有效遏止近视度数和散光度数的加深

相关人士说,中国青少年近视人群比例非常惊人,而近视发展到高度近视还可以遗传。不近视的,注重“预防”即可,而已近视的不单要注重“矫正”,更要注重“控制”,要控制中、低度近视不向高度近视发展。而国际上认可的三种近视矫正方法中,只有角膜塑形镜是在矫正近视的同时,还可以阻止近视度数和散光度数的加深,这对控制青少年近视度数不继续发展和减少未来遗传性近视发病率有重大意义。

据了解,河南科视推出的数字化角膜塑形镜不同于一般的产品,其根据佩戴者眼部数据量眼定制,一人一镜。利用无创物理方法矫正近视,安全可逆,不会给人身造成任何伤害,

是目前全球范围内首选应用的近视矫正方法。

由于该产品应用的一些技术目前国内暂未掌握,所以成品全在美国本土定制,由美国Euclid公司量眼定做的高科技产品,采用与人眼具有良好相容性的高透氧、高湿润的材料(美国FDA认证为夜戴材料)。通过夜间睡眠时佩戴,对角膜形状给予无损调整,重塑角膜正确形状。可以使600度以内的近视患者1~2周内达到5.0以上的裸眼视力,并且有效遏止近视度数和散光度数的加深。适应年龄达6~40岁。彻底避免了手术强行改变眼球结构所隐藏的巨大风险,是国际上矫正近视安全、方便、高效、无后遗症的首选方法。

预防近视的发生和度数的加深应注意:

把握用眼距离。看书写字的距离要在33厘米以上,家长要检查孩子的桌椅高矮比例是否合适。

走路或乘车时不要看书,由于行车震动易引起视觉疲劳。不要躺着看书,一方面不能保持合理的距离,另一方面也难得到合适的自然采光和人工照明,视力易疲劳。

掌握近距离用眼时间。对于戴眼镜者应在看书一个小时后停下来,摘掉眼镜向远处看或者到户外活动一会儿,比如锻炼身体、散步等,应尽量减少用眼的时间。

暑假期间正是紫外线较强的时期,紫外线对眼睛的伤害更明显。户外活动、外出旅游时也要注意眼睛的防护。

温馨提醒

求医问药,对百姓来说,是绕不开的事情,说不完的话题。因此,为了更好地为大家服务,我们将开设《为了健康》栏目,如果你在医疗健康上遇到什么问题,有什么看法,都可以与我们联系,我们也会邀请相关专家加盟,提供权威信息,我们的记者也将会对各类信息进行整理、反馈。为了健康,让我们一起努力。

电话:13703906788、13938268521

医疗资讯

高血压到底怎么治

研究发现,根据通脉降压学说证实:人体脉络中的细微络脉(被称为络脉)不通是高血压、脑溢血、脑梗、冠心病突发的根本原因。而传统的治疗方法和药物只能解决主脉的淤阻问题,根本不能进入细微络脉进行疏通,反而加重络脉负担,导致络脉痉挛老化,络脉阻塞的现象就会频繁发生,血压就会上下波动,并伴有头晕、胸闷、心悸等。一旦遇到情绪激动、天气突变等诱因发生瞬间阻塞,就可能引发整个气血运行受阻甚至停滞,就会突发脑血栓、脑溢血、冠心病、脑梗等。

珠海传统医学研究所所长张桂英教授依据唐代瑰宝《五行脉络图》文献记载的医治“经脉”的配方,指导研发出从“疏通络脉”入手治疗高血压的国家新药——脉舒平茶剂。

脉舒平独含生物活性物质穿络活性肽,具有两大功能。第一是高渗透;脉舒平以饮茶的方式直接进入人体络脉系统,独含的“穿络活性肽”大小仅为红细胞的1/20,能迅速渗透穿过仅能通过一个红细胞的最细微的络脉,将阻塞在络脉中的血液垃圾、自由基或脂质斑块吸附清除并随人体代谢排出,彻底打通络脉。

第二大是修复滋养全身络脉:在打通络脉的同时,穿络活性肽全面滋养络脉系统,修复痉挛、硬化的络脉,使全身气血运行通畅,进一步促进血液的新陈代谢,长期服用,高血压不复发,并可杜绝冠心病等发生。

据悉,国家医疗部门已在全国设立“通脉降压与高血压治疗”专家咨询机构。咨询电话为:0371-60503962

颈腰椎病 治一个好一个

2006年4月,“第六届世界中药骨科学术交流大会”在马来西亚新山市举行;会上,来自我国以及美国、韩国、德国和我国台湾省、香港地区的百余名专家认为,颈部不但要支撑头脑,还是消化道和呼吸道的起始部位,而它内部的脊髓还是大脑与全身神经联系的必经之路;病情严重或治疗不当,都会造成生命危险。

据了解,由我国研制生产、依据千年彝药古方,首次将彝族三大骨伤圣药——灯盏花、紫丹参、滇三七配伍使用的紫灯胶囊,被与会专家推荐为唯一符合颈椎病“专药专治”的标准药物;紫灯胶囊独含从多种生物药中提炼而成的“透骨活性肽”,能借助人体的生理代谢通道,迅速穿透骨质进入骨内,彻底溶解骨刺和回缩椎间盘突出;同时修复受损的血管和神经;药效高,安全可靠。广大颈椎病患者在使用紫灯胶囊后,体会最深的就是疼痛、麻木等症状消失的快,脖子、腰一天比一天舒服,病根一除颈椎病就全好了。

服用当天:脖子微微发热,颈椎部位轻松舒服,感觉脖子僵硬感缓解。

服用半个月:可以做少许转动,疼痛感减弱,头晕大幅缓解。

服用1个月:颈肩酸痛、手脚麻木明显减弱,头晕、失眠、耳鸣等症状明显改善。

巩固1疗程:颈椎活动自如,疼痛、酸胀消失,头痛、头晕、手脚麻木完全消除,睡眠恢复良好,精气神好。

详情请咨询:0371-61330300

妙手回春止疼痛

参加过国际培训的程大夫,手法独特的王彦昌大夫采取最先进的办法,活血止痛效果特别好,愈合不复发。尤其是对颈椎病、腰椎间盘突出症、骨质增生、风湿及类风湿性关节炎、强直性脊柱炎、慢性腰腿疼、骨折后遗症有最新最独特的方法,花钱少痛苦小,还有少见的平衡针疗法,重病一针见效,轻病21针治好。

乘车路线:32、62、K62、90、94、909、7、130路公交车到花园路与新柳路站下车即到
联系电话:13939087120、15515595530、15515595531