

别忽视眼睛的求救信号

冬季,虽然大家会注意为身体各个部位保暖,但很多人会忘了眼睛……实际上,眼睛也怕冷,很多眼部疾病的症状会在冬季表现得更加明显。在眼科临床门诊中,常常会有患者因为“眼痛”而就诊。“眼痛”到底是由哪些因素引起的?哪种情况需要及时就医呢?

带状疱疹:免疫力低易感染

带状疱疹是由水痘-带状疱疹病毒引起的急性感染性皮肤病。眼部带状疱疹常表现为三叉神经所支配的眼睑皮肤区域出现灼热感或神经痛,可伴有眼红、畏光、流泪等症状,同时可有轻度乏力、低热等全身症状,局部淋巴结可有肿大及压痛。随着病程进展,受累皮肤可见群集性水疱样皮疹,但仅局限于一侧,不跨越正中线。对免疫力较低的人群,具有传染性。以局部及全身抗病毒

药物治疗为主,辅以止痛药物缓解疼痛,为避免后遗症,可用营养神经药物。

结膜炎:常伴有分泌物增多

结膜炎是眼部结膜受到感染或刺激引发的炎症,病原菌可以为细菌、病毒或真菌。结膜炎引起的眼痛,通常还伴有眼红、流泪、分泌物增多、眼睛痒等症状。

有些结膜炎无需治疗即可自愈,但大多数情况下要使用相应的药物或者眼药水进行治疗。并且细菌性或病毒性结膜炎有一定的传染性,在生活中应注意避免用手揉眼睛,勤洗手,将毛巾等会接触眼部的物品与共同生活的家人或朋友区分开以避免交叉传染。

麦粒肿:眼周会出现红肿

麦粒肿是在眼睑或结膜上长出的红色小包块,是一种炎症性病变,除了会引

发疼痛症状外,还会使患者眼部周围出现明显的红肿。

麦粒肿应使用消炎的眼药水及眼药膏点眼,若红肿范围扩大或一直无法消退,则可能需要手术治疗。

青光眼:会出现头痛恶心

青光眼是由于眼球内的房水循环及引流障碍,导致眼球内压力升高,从而使眼部出现疼痛。当眼压急剧升高时,患者会出现明显的眼部胀痛,同时可能还会伴有视力下降、头痛、恶心、呕吐等表现。

此时应立即到眼科就诊,检查眼压以及眼部是否存在青光眼相关改变。使用降眼压眼药水、甘露醇输液或是前房穿刺等方法尽快使眼压降低,以避免对眼球造成永久性损害。

视神经炎:眼球转动时更痛

当发生视神经炎时,患

者除了出现眼球疼痛外,通常还会伴有视力下降、视野缺损或是色觉改变等视功能障碍,眼球的疼痛可能会在眼球转动时发生或加重。此时应及时到眼科或神经内科就诊,以排查视神经炎症的原因,并控制炎症的发展。

眶上神经痛:避免吹风受凉

眶上神经痛是指眶上神经分布范围内,即眼眶上缘的持续性或阵发性疼痛。一般起病比较急,可单侧或双侧发生,眶上切痕处有明显压痛,通常与吹风受凉、过度劳累、感冒、外伤、鼻窦炎症等因素有关。

可以采用热敷、止痛药物、针灸、理疗、穴位按压等中医治疗;若仍无法缓解,可以选择局部封闭或神经阻滞治疗。避免寒冷刺激、注意休息、健康饮食、加强锻炼等有助于避免其发生。(摘编自《北京青年报》)

温馨提醒

报纸好看,也不要一口气全读完。读了半小时,请休息5分钟。

莫名胸痛 竟是软骨异常增生

58岁的李女士莫名胸痛3年,平躺时症状更明显,原来是剑突异常增生所致,最后经微创手术解除了病痛。

剑突综合征是胸骨剑突软骨组织增生及周围组织无菌性炎症病变,主要特征是剑突异常增生,一般为既往外伤或慢性劳损所致。由于剑突为游离于上腹壁的骨性结构,当该结构异常增生时,可刺激局部组织引起不适,这也就是造成该患者上腹和胸部莫名疼痛的原因,有可能与上腹部的其他一些疾病相混淆。(武汉市中心医院杨春湖院区胸外科主任医师 刘勇)

脚后跟裂口,警惕脚气作怪

“最近脚后跟变得像锉一样,脱皮裂口还流血,是天气干燥的原因吗?”最近,刘女士很苦恼。到皮肤科就诊,医生检查后表示,刘女士患上的是角化过度型脚气。“脚气不是会脱皮还很痒吗,为啥我的脚一点都不痒?”

其实,并非所有的脚气都会脱皮、发痒。角化过度型脚气的表现不典型,往往只是干燥、粗糙、开裂,以冬季最常见,皮损表现为角质增厚、脱屑、粗糙,易发生皲裂,严重的话,还会让脚部出现血口子,渗血。但很多人意识

不到这就是脚气,往往以为只是冬天皮肤缺水导致的脚后跟干裂,极易耽误病情。

相比其它类型的脚气,角化过度型脚气患者存在角质层更厚、症状更重的情况。如果怀疑患了角化过度型脚气,要去医院皮肤科进行真菌镜检明确诊断。患者应尽早进行抗真菌治疗,情况轻微的可以外用抗真菌药膏如酮康唑软膏、水杨酸软膏等,肥厚增生明显的可以同时配合口服伊曲康唑等抗真菌药。(银川市中医医院皮肤科副主任医师 雪彦锋)

降糖药为何越用越多

经常有糖友反映:刚患病那会儿,服一种降糖药就能把血糖控制好,之后需要加大药量或多种药物联合才行,再到后来,好几种口服降糖药联用血糖还是降不下来,必须用上胰岛素才行。为什么会出现这种情况呢?

影响血糖的因素众多,涉及自身胰岛功能状况、生活方式、身体胖瘦、应激因素(发热、感染、创伤、手术等)、药物选用等多个方面。无论哪个环节出了问题,都会影响降糖药物的疗效。

2型糖尿病早在诊断之初,患者胰岛功能就已经下降了近

50%,随病程延长,患者胰岛功能继续进行性下降。而自身胰岛分泌功能减退,会使胰岛素促泌剂(包括磺脲类及格列奈类)的疗效减低甚至完全失效,患者胰岛素用量也会越来越大。

因此,一定要注重胰岛功能的早期保护。尽快让患者血糖控制达标,并长期保持血糖平稳,是保护胰岛β细胞最重要的方法。目前认为,对新诊断的2型糖尿病早期实施短程(2—4周)胰岛素强化治疗,有助于修复和逆转患者的胰岛功能。(山东省济南医院糖尿病诊疗中心主任医师 王建华)

长期高血压小心高血压肾病

60岁的荣先生有高血压病史近10年,因无头晕头痛等症状,未予以重视。近期检查发现,他的双肾明显萎缩,已经出现慢性肾功能衰竭,被确诊为高血压肾损伤。“我身体很好,无非就是血压高了些,怎么就肾衰了?”

高血压肾病的降压药物选择不仅要关注血压达标,还需兼顾改善肾脏预后。降压的根本目的是保护靶器官功能、减少心脑血管并发症和降低死亡风险。首选用药为ACEI和ARB,也就是常说的“普利类”或“沙坦类”药物,但

使用过程中应监测血钾和肌酐水平。血压控制不达标者需要在医生指导下加用其他类降压药。

高血压病史5—10年的病友如果出现以下表现,要警惕高血压肾病,包括夜尿频繁;尿中泡沫;面色苍白;疲倦乏力,活动后加重;逐渐出现恶心呕吐、食欲下降等。治疗高血压肾病最好的方式是做好血压监测,坚持规律服药,重视疾病监测和专科医师的意见,让高血压肾病不发生或来得更晚。(广东省中医院芳村医院肾病科、血透室主任 王立新)

别怕坐冷板凳 有人给你递话筒

快乐老人报是个大舞台,大家一起玩一起嗨

所有栏目您都可以参与,有些版面更是只发读者来稿 有各种各样的俱乐部,还有大量免费活动和公益讲座 每个人都能找到自己的圈子和朋友

除了新闻热线,编辑记者的电话、邮箱也放在版头 还有专门的QQ群、微信群,大事小事都能跟我们唠嗑 心灵零距离。



快乐老人报全年定价138元
邮发代号:41-178 全年100期 每周二、周四出版



订阅
方式

中国邮政订热线:11185
中国邮政订网(bk.11185.cn)
微信订:扫描左方二维码
报社咨询热线:0731-88906498