



# 不同年龄段的常见眼病，你都知道吗？

眼科医生呼吁：定期眼部检查能有效避免致盲眼病发生

本报记者 王璐 通讯员 周巧

眼部疾病，跟年龄、遗传、生活方式、身体其它疾病等息息相关，贯穿了生命的全周期。近日，记者采访长沙爱尔眼科医院院长、青光眼诊疗专家段宣初教授，他为大家梳理了各种年龄段最常见眼病的防治策略，希望大家关注眼健康，护好“心灵之窗”。

## 0~18岁：

### 远视、近视、斜视、弱视

国家卫健委数据显示，2022年全国儿童青少年总体近视率为53.6%。而在幼儿园幼童中，远视和散光带来的弱视等问题也不少见，弱视如在6岁前没有治愈，以后可以治愈的机会将大大减小。此外，儿童斜视也较为常见，将影响外貌、视力、视功能发育。

**防治策略：**段宣初教授表示，目前有“三驾马车”防控近视：户外活动（每天2小时）-角膜塑形镜（白天不用戴眼镜，减缓近视加深）-低浓度的阿托品滴眼液（预防近视发生发展）结合起来近视发病率和进展速度会大大降低。

此外，其他常见儿童眼病，早期筛查很重要，刚刚出生、出生后3个月以及3岁是视力筛查的三个关键时间点，除此之外，建议儿童及青少年每3~6个月做一次眼科检查，患有斜弱视、屈光不正的孩子应按照医生建议定期复查。

## 20~50岁中青年：

### 青光眼、眼底病

青光眼作为全球首位不可逆性致盲眼病，严重损伤

患者的视功能。我国40岁以上人群青光眼患病率高达2.5%，致盲人数估计有567万。

青光眼以原发性青光眼为主，由于发病大多数慢性隐匿，或有虹视、头痛、眼睛酸胀等症状，有2/3的青光眼患者在初诊时已发展到了中晚期。

**防治策略：**“青光眼通过常规眼部筛查可发现，我们医院每年在准备做近视眼手术的人群中都能筛选出一部分青光眼患者。如果发现早、积极治疗，患者视力是能得到有效保护的。”作为青光眼诊疗专家，段宣初教授表示，青光眼的主要治疗方法有三种：药物、激光、手术疏通房水引流降压。对于难治性青光眼，如新生血管性青光眼、角膜移植后继发性青光眼等，长沙爱尔眼科医院现已率先开展微创、超声、微脉冲等国际先进治疗术式，给广大难治性青光眼患者带来福音。

此外，段宣初教授建议：有青光眼家族史的人群40岁以后需每年进行眼部检查。高度近视特别成年后近视眼度数持续加深，高度远视，高血压、糖尿病等全身疾病等都是青光眼高危因素，需引起警惕，遵医嘱定期复查。青光眼一旦确诊会跟随患者一生，因此需定期随访。

## 60岁以上老年人：

### 白内障、眼底病变

随着年龄的增长，人体晶状体的功能老化，可能受到另一个常见致盲性眼病“侵袭”，它就是白内障。据

了解，白内障60岁以上患病人群达60%左右，到了80岁患病率可高达90%，这也意味着，随着人口老龄化的加剧，“白内障”人群将显著增加。白内障是可以通过手术复明的，但如手术不及时，不仅治疗难度加大，且恢复慢，治疗效果将大打折扣。

**防治策略：**“我们建议中老年朋友每年定期到院检查，白内障患者一般视力在0.5以下的，晶状体混浊就可考虑手术治疗。”段宣初教授介绍，现在白内障治疗采用的是超声乳化摘除合并人工晶体植入，切口最小不到3毫米，长沙爱尔眼科医院最早引进飞秒激光辅助白内障手术，可精准制作切口、撕囊和预劈核，损伤越来越小。另外人工晶体也在不断发展，可以满足看远、看近、看中等多方面要求。目前该院每年能成功治疗5000余名白内障患者。

此外，为提高常见眼病诊疗能力，长沙爱尔眼科医院每年都会举办眼科医生学术会议或通过医联体培训基层医生，通过天心区眼健康联盟，每周派专家到社区卫生服务中心坐诊进行对口扶持。对于高龄、瞳孔小、糖尿病合并高度近视或合并青光眼等复杂眼病患者，长沙爱尔眼科医院搭建了疑难眼病诊疗平台，现已引进十多位全国知名眼科专家到医院定期坐诊，诊疗范围包括疑难眼底病、青光眼、复杂眼外伤、眼眶病与眼肿瘤等，在眼部病变复杂时会采取多专家联合会诊模式制定更加安全有效的综合诊疗方案，护航大众眼健康。

## ■ 门诊新闻

### 吃了干捞粉丝屙“酱油尿” 原是蚕豆病在作怪

**本报讯**（通讯员 杨晖 符晴）长沙3岁女孩萌萌（化名）因进食了一碗干捞粉丝后出现呕吐，第二天早上竟然排出了“酱油”尿，到医院检查诊断为葡萄糖-6-磷酸酶缺乏症，俗称蚕豆病。

“粉丝为蚕豆制品，是孩子发病主因。”长沙市中心医院（南华大学附属长沙中心医院）儿科副主任医师李嘉表示，经过补液、碱化尿液、输注浓缩红细胞纠正贫血、维持水电解质酸碱平衡等对症治疗后，萌萌病情好转。

蚕豆病又叫遗传性葡萄糖-6-磷酸脱氢酶缺乏症，是最常见的一种遗传性酶缺乏病。蚕豆中的蚕豆嘧啶、蚕豆嘧啶核苷、多巴、多巴核苷等物质，会让患者体内红细胞变得僵硬和脆弱，易导致急性溶血性贫血或黄疸。该病3岁以下儿童高发，男性占90%，起病急骤，多在进食蚕豆或者蚕豆制品后1~2天内发生急性溶血，严重者可致死。

蚕豆病作为一种遗传性疾病不能治愈，但可预防，患者不能食用蚕豆和豆腐、酱油、粉丝等蚕豆制品，具有氧化作用的止痛退烧药、抗疟药、磺胺类、呋喃西林类等药物也需谨慎服用。

### 外阴瘙痒难耐 不是“炎症”是“白斑”

**本报讯**（通讯员 李立杰）最近两三年，50岁的王女士总被反复的外阴瘙痒困扰，这种瘙痒一到夜晚更是难以忍受。王女士也多次到当地医院妇科就诊，未提示炎症感染，反复用药均不见效。最近，她来到中南大学湘雅三医院妇科就诊。医生检查发现，王女士外阴大小阴唇甚至肛周局部皮肤变白，形成类似于白化病的皮肤改变，被确诊为外阴白斑。

外阴白斑，医学上又称之为外阴色素减退性疾病，包括外阴慢性单纯性苔藓、外阴硬化性苔藓（萎缩型）等，主要特征是外阴瘙痒，并且外阴白斑引起的瘙痒是顽固性的，尤其是夜间及月经前后加重，有的患者瘙痒严重，甚至直接影响睡眠，还可能伴有性交痛及外阴烧灼感等不适，另外皮肤除了颜色变白，通常还伴有皮肤发亮、皱缩、弹性变差，容易皲裂或脱皮。

外阴白斑除可采用药物类、激光治疗外，还需保持外阴清洁干燥，避免使用肥皂水、开水过度清洗，可使用温开水进行清洁，穿宽松透气的棉质内裤，禁食过敏实物，若瘙痒严重影响到睡眠了，还可以配合助眠的药物使用。

### 女孩先天性无阴道 20岁从未来过月经

**本报讯**（通讯员 曾海燕 阳丽）近日，湖南省妇幼保健院盆底专科接诊了一位河南女孩乐乐（化名），今年20岁的她近一年来暴瘦了5千克多，整天的焦虑压抑让她寝食难安。

原来，乐乐16岁时还没有来月经，被医院诊断为“先天性无阴道”。当时，医生提醒她18岁时要到医院进行手术治疗，可是乐乐心理上不能接受这个事实，直到最近她因为过度焦虑吃不好睡不安，才来到湖南省妇幼保健院盆底专科。接诊医生详细检查后，发现乐乐属于“先天性无阴道并子宫发育不良”。

该院盆底专科主任吴湘介绍，先天性无阴道多属于在胚胎形成期副中肾管发育不良，几乎均合并无子宫或仅有始基子宫（即子宫极小，多数为无宫腔或为一实体肌性子官），卵巢功能多为正常。一旦确诊，应在合适的时机选择手术治疗，一般选择在成年后完成阴道成形手术为最佳，这样能更好地促进患者的身心健康。

吴湘提醒青少年女孩，如果年龄超过14岁、第二性征（如乳房、阴毛及腋毛分布等）未发育，或者年龄超过16岁、第二性征已发育但月经还未来潮，或者正常月经建立后月经停止6个月，或按自身原有月经周期计算停止3个周期以上者，均要及时到医院就诊。

## 中医义诊小分队走入湘潭岳塘区

近日，湖南省中医药文化“三湘行”——湘乡市中医医院义诊小分队12名专家分赴湘潭市岳塘区多个基层医疗机构，耐心细致地为候诊群众把脉开方、按摩施针。此次活动，共为300余名问诊群众进行义诊。据悉，自2021年11月该院成立湖南中医药文化三湘行义诊小分队以来，积极参加公益义诊活动，足迹遍及邵阳洞口、城步、新邵，郴州桂东，以及衡阳县、益阳市、湘乡市潭市镇等地，积极传承发扬中医药文化，并方便人民群众看病就医。

通讯员 林琪 摄影报道

