

老花度数加深得很快,这可能是早期病变信号——

收好这份护眼指南 别让青光眼“偷”走爸妈的视力

首席记者 曾宇凌 通讯员 海灵 文/图

■受访专家:

潘英姿 北京大学第一医院主任医师、教授,河南科技大学洛阳博爱眼科教学医院疑难病会诊中心专家,中华医学会眼科分会青光眼学组委员,从事眼科临床工作20余年,擅长眼科常见病、多发病及疑难病的诊疗,特别是对青光眼、白内障的诊断和治疗有丰富的临床经验。

殷悦 北京大学第一医院主任医师、教授,河南科技大学洛阳博爱眼科教学医院业务院长,河南科技大学洛阳博爱眼科教学医院疑难病会诊中心专家,从事眼科临床工作30余年,擅长眼科常见病、多发病及疑难病的诊疗,尤其擅长青光眼、白内障超声乳化等显微手术。

“一直以为自己是近视了,不停地配眼镜,后来完全看不见了,去医院一查才知道是青光眼,真是后悔莫及啊!”说这话的人是老刘,今年62岁。

他说,青光眼就像一个手法高超的“神偷”,在他毫无防备的情况下,把他的视力一点一点地偷光了。

青光眼到底是什么?为什么很多老人得了青光眼却不自知?得了青光眼不治疗的话,会失明吗?……在重阳节即将来临之际,“健康君”对话知名眼科专家,一起聊聊青光眼的话题。



它是全球第二致盲因素 却被很多人忽视

一提起老年人的眼疾,很多人会首先想到白内障。有这样一种病,它仅次于白内障,是全球第二位的致盲因素,却被很多人忽视,它就是青光眼。

到底什么是青光眼?潘英姿说,青光眼是一组以病理性眼压增高为主要危险因素,具有特征性视神经萎缩和视野损害的疾病。

潘英姿提醒,千万不要仅以视力好坏来判断眼睛是否患了青光眼,因为早期的青光眼不影响中心视力,多数患者也没有眼球疼痛等异常感觉,所以往往被忽视,等到患者察觉到视力受损时往往已是晚期。

有数据显示,青光眼是导致人类失明的三大致盲眼病之一,总人群发病率为1%,45岁以后为2%,65岁之后为4%至7%,女性发病率要比男性高(比例约为3:2)。

很可怕!

它对视力的损害是不可逆的

得了青光眼,如果一直不治疗会怎样?殷悦的回答简单而沉重:不可逆的失明!

青光眼对视力的损害是不可逆的。这该怎么理解?

有人曾打过这样一个形象的比喻:如果把眼球比作灯泡,青光眼损伤的好比灯泡后面的电线,电线铜丝断一根便少一根,一旦断了,永远不能再生,到最后,这个灯泡永远不可能再亮了。

也就是说,一旦因为青光眼造成视野缺损,缺损的那部分是永远不可能恢复的,最好的治疗结果,也仅仅是维持现有视野。

所以,治疗青光眼,必须做到“早发现、早诊断、早治疗”,因为青光眼不可能自行痊愈,也不会自行终止,千万不要任由其发展下去。

那么,哪些人容易患青光眼?殷悦说,以下6类人群是青光眼的高发人群:

- 1.45岁以上者;
- 2.有青光眼家族史者;
- 3.高度近视的人;
- 4.远视眼的人;
- 5.糖尿病患者;
- 6.患有高血压、动脉硬化的人。

延伸阅读

关于青光眼,这些误区要远离

●误区一:不按时点眼药

不能有症状时才点眼药,没有症状时就不点眼药,从不测量眼压,也不知自己点眼药后眼压控制得怎样。

殷悦提醒:眼压不稳定的青光眼患者,最好每周测一次眼压,即便眼压稳定了,也要一两个月复查一次。

●误区二:眼压正常就一定不是青光眼

眼压高不一定是青光眼,眼压正常不一定是青光眼。这虽然有些拗口,但是真的。

殷悦说,眼压正常并不意味着一定不是青光眼,因为有一种青光眼叫正常眼压性青光眼。这类患者虽有视神经损害和视野缺损,但眼压在正常值内。

很重要!

这些都是青光眼的早期症状

刚才咱们说了,治疗青光眼,最重要的就是“早发现、早诊断、早治疗”,不要等到视野缺损时才治疗。那么,青光眼到底有哪些不容易被察觉的早期症状?

“眼疼、眼胀、头疼、视野模糊,晚上看灯周围有红红绿绿的彩虹圈……”潘英姿说,这些都是典型的青光眼早期症状,一旦出现这些症状,尤其是青光眼高危人群,一定要提高警惕,及时就诊。

如果40岁以前出现老花眼,而且老花度数加深得很快,这也可能是青光眼早期病变的信号。还有一种情况也需要提高警惕:视力不停下降,配戴度数合适的近视镜也无济于事,直到最后像老刘一样被偷光了视力。

出现以上症状时,一定要尽快到医院做检查,做哪些检查呢?殷悦说,首先要测眼压,其次要查眼底、视野和房角。

要记住!

这些坏习惯可能加重青光眼

●情绪波动过大

情绪波动过大会造成眼压增高,加重青光眼的症状,应保持情绪稳定,心情愉悦。

●喝水速度过快

青光眼患者要注意控制饮水量,如果一次喝水过多,进入眼内的房水就会增多,从而引起眼压增高。

●室内灯光过暗

避免长时间看书、写字、玩电脑等,要保持室内灯光明亮,尽量不在黑暗处停留,以免眼压增高。

●冬天围巾过紧

冬天,穿衣服要宽松,围巾不要围得过紧,防止血液回流不畅,眼压增高。

福利来了:答题送好礼啦!

参与及领奖方式详见01版

亲爱的读者朋友,只要您答对以下三道题,就有机会获得由河南科技大学洛阳博爱眼科教学医院提供的价值147元的“护眼大礼包”,包括视力检查、眼压检查、电脑验光、免散瞳眼底照相、阿姆斯勒方格表检查、裂隙灯检查、眼底检查。

第一题

晚上看灯周围有红红绿绿的彩虹圈,这是青光眼的早期症状之一吗?

A是 B不是

第二题

糖尿病有可能引发青光眼吗?

A会 B不会

第三题

得了青光眼一直不治疗,会失明吗?

A会 B不会