

得了近视眼,就不得老花眼了?

要说近视眼到底有多痛苦?那可能是如果不戴眼镜出门的话,十米外“六亲不认”,百米外“人畜不分”,一整天都会过得非常坎坷……

然而,生活中经常会听到有人说:“近视眼不会得老花眼”,这仿佛让近视的同学们,心里有了一丝丝安慰,事实真的是这样吗?

什么是老花眼?

老花眼是指人到一定年龄后,眼部的晶状体组织密度增高,弹性下降,睫状肌收缩功能降低,近点远移,开始逐步出现调节力下降,从而出现视近困难。

老花在医学上称为老视,临床症状表现为看近困难,看远可以,可以用凸透镜进行矫正。

近视眼不会得老花眼?

老花眼是一种生理性退化,一般随年龄增长而逐渐加重,因此所有人都会经历,近视患者也不例外。

有些老年人由于晶体密度核性化,表现为近视屈光状态,看近在一定程度上不需要戴老花镜,以为没有老花,而这其实是白内障加重的表现,往往提示需要进行白内障手术了。

老花眼患者需要戴凸透镜,而近视眼患者戴凹透镜。当两者的度数相近时,则患者看近不需要戴老花镜,而看远仍然需要戴近视镜。

近视眼的患者老花时,如果近视度数小于老花度数,则戴老花镜可以抵消一部分度数。反之,可能看近需要戴低度数近视镜,看远则是全矫近视镜。

近视叠加老花的患者,要具体情况具体分析。一般建议去医院眼科,在医生的指导下配镜,可以配看远、看近两副镜或者渐变镜等。

如何判断是否出现老花眼?

大多数人到了40岁以后,晶状体密度增加,眼部调节能力下降,开始出现老视。每个人老花眼的度数不一定,增长情况也因人而异。

他汀类药物治疗的心血管获益远高于肌肉症状风险

有研究显示,他汀类药物可有效预防动脉粥样硬化性心血管疾病,但同时可能会引起肌肉疼痛或无力。对此,一篇发表于《柳叶刀》的研究,通过荟萃分析评估了他汀类药物对不同严重程度肌肉症状的影响,并探讨了在不同类型的个体和不同他汀类药物治疗方案中,任何额外风险如何随时间变

当人到了一定年龄,开始出现老花眼时,往往会有以下症状:

1. 看近困难,看远尚可;
2. 喜欢将读物放远一点或将灯光调亮一点;
3. 感觉近距离阅读看报不持久,会出现眼部酸胀、眼干等视疲劳症状等;
4. 由远处转成看近处时,一时无法看清近物,需要休息调整一会才能看清。

这时,建议去医院眼科检查近视力、调节力、晶状体密度等,做进一步诊断。

得了老花眼怎么办?

患上老花眼,往往会对工作、学习及生活产生影响,建议进行医学治疗。常见的治疗方法有:

1. 进行医学验光,戴老花镜,可以戴单光镜、双光镜、渐变多焦镜等;
2. 进行老花激光治疗;
3. 摘除天然晶状体,植入多焦点人工晶体。

如何保护视力?

老花是一种生理性退化,我们无法避免或治愈,但是可以尽量延缓。在日常生活中,大家要重视对视力的保护,注意事项如下:

1. 多吃含维生素C的水果,抗氧化,减慢晶状体的天然老化过程;
2. 可以进行调节训练,比如翻转拍,可以增加调节幅度,改善眼部症状;
3. 避免长时间近距离工作学习,避免过度接触电子产品;
4. 多运动,保证每天超过2小时户外活动,进行远眺,放松眼部肌肉;
5. 养成良好的阅读习惯,用眼卫生,合理的饮食和睡眠;
6. 定期6到12个月进行医院眼科健康体检,同时保持血压、血糖正常,避免全身疾病引起眼部疾病。

综上,老花是一种生理性退化。随年龄的增长,所有人都无法避免,近视眼患者出现老花时,建议及时去医院眼科进行配镜。

(据《中国老年报》)

化。

结果表明,他汀类药物治疗所引起的肌肉症状风险远低于已知的心血管获益。而且,在接受他汀类药物治疗的受试者中,大多数(>90%)肌肉症状报告并非他汀类药物所致。他汀不耐受不再应该是妨碍治疗的原因。

(据《新京报》)



刘广宇: 摆脱抗生素发展中医儿科

刘广宇,内蒙古自治区中医医院儿科主任,主任医师。

刘广宇原在耳鼻喉科工作,诊治的疾病多是上呼吸道感染,就是我们老百姓理解的需要用到“消炎药”的疾病,如急性慢性扁桃体炎、急性慢性鼻炎、急性感染发热等,患者中不乏低龄患儿。刘广宇将《伤寒杂病论》的理法方药应用于抗感染治疗中,收到了意想不到的效果。在中医诊疗的过程中,逐渐摆脱了唯抗生素、激素的魔咒,中药的疗效有时甚至超越了“二素”。刘广宇开始渴望能带出一个传统的中医团队,一个以中医诊疗手段为主的医疗团队——这就是我们现在看到的内蒙古自治区中医医院儿科医护团队。经过三年的打磨,中医疗法已经逐渐被越来越多的患儿和家长接受,从固执的“抗炎退热唯输液论”到坚持喂中药退热,从依从性很差、很焦虑到耐心服药等待疗效,患儿家长的观念在慢慢地发生着改变。

在刘广宇的诊疗范围里罗列了十几种疾病,往往都不是一个系统的病:比如小儿消化系统、小儿呼吸道的疾病、生长发育疾病、神经系统疾病等等。正如她所说:中医是不分科的,真正的中医就是辨证治疗,更多关注病因而非结果,所以叫什么病名不重要,知晓生病的原因更重要,去除了病因,疾病才能真正康复。这就像不改善土壤种不出好庄稼一样,不改变体质,病是不能从根本上治愈的,而中医最擅长的就是调整体质。有了一个阴阳平衡的体质,自然“邪不可干”,身体健康。尤其在如今抗生素使用越来越规范、管理越来越严格的大环境下,中医中药的优势更加凸显,得到了更好的发挥。

刘广宇在繁重的诊疗工作之余,还要抽时间进行中医教育,她深入社区宣讲中医治疗的理念,使中医治病、中医养生的理念深入人心,让更多国人对我们的传统医学充满自信和民族认同感。她引导年轻医生转变诊疗习惯,中西通晓,知常达变,迅速成长为优秀的中医人。

刘广宇最大的心愿,就是中医儿科的诊疗理念被更多的家长接受,让更多的孩子受益于中医,让孩子们茁壮成长。

文/草原全媒·北方新报记者 王利军

