

## 省级临床重点专科推介

# 南阳市眼科医院飞秒屈光手术中心

南阳市眼科医院飞秒屈光手术中心成立于2005年，是率先在我市自主开展飞秒近视手术的科室，是省级临床重点专科。该中心专家团队由知名屈光手术专家、眼科主任医师、高级验光师、高级技师、手术室专业副主任护师等组成，专业技术力量雄厚、手术操作炉火纯青，深受近视朋友的信赖。该中心成立近20年来，已成功完成各类屈光手术近10万台，手术量一直处于市内、省内领先水平。

该中心拥有全套精良的蔡司全飞秒SMILE3.0激光检查手术系统、美国爱尔康半飞秒Contrura Vision系统，开展各类屈光手术如全飞秒近视手术、个性化半飞秒近视手术、表层全激光近视手术、高度近视ICL晶体植入术等屈光手术，能够解决各类近视及屈光不正的摘镜需求。

**全飞秒近视手术** 全飞秒屈光手术以其无需制瓣、切口微小(2毫米)、术后干眼发生率低、安全性高的特点，受到近视朋友的青睐。全飞秒激光具有舒适性好、角膜生物力学更稳定，可轻松快速实现高清视觉

质量等优势。

**半飞秒近视手术** 半飞秒个性化屈光手术是根据患者的角膜特点，定制专属的“个性化”手术方案，适合散光度数较大、瞳孔大小偏离正常值、角膜厚度不一的近视患者。半飞秒个性化具有精确定量分析、精细切削，制瓣过程均匀、光滑，术后视觉质量更佳等优势。

**准分子激光近视手术** 准分子激光手术具有术后视力恢复快、费用低等优点，但也存在术后眼部有疼痛等不适感，除了经济条件有限外，绝大多数屈光不正患者已不再选择该术式。

**高度近视ICL晶体植入术** ICL晶体植入术主要适用于高度近视、超高度近视患者，他们因为眼轴长使角膜变薄，不适合做飞秒激光手术。ICL人工晶体是通过微创手术将其植入眼中，达到“长久矫正屈光不正”的效果，目前已突破2000度近视的大关，是眼科专家广泛推荐的高度近视矫治技术。

南阳市眼科医院飞秒屈光手术中心配备有国家实验室级超净化系统和快速消毒设备，

最大程度保证了手术安全。该中心专家团队以严格的医疗质量、精湛的医疗技术、娴熟的操作技巧，让每一位近视患者得到满意的、高性价比的服务。

### 专家介绍

尹永湘，南阳市眼科医院飞秒屈光手术中心主任，知名近视手术专家，河南省医学会、医师协会眼科分会视光学组委员，市医师协会眼科分会副会长。从事眼科临床工作30余年，擅长各类屈光不正的诊断与治疗，特别在全飞秒激光、半飞秒激光手术、高度近视ICL晶体植入术及老视矫正手术等方面，有较高的学术造诣和丰富的手术经验，成功为数万名近视患者摘掉眼镜，是南阳市首届中国医师节“最美医生”荣誉称号获得者。⑩9

### 联系电话：

61389939 17698870868

中州大道院区地址：中州大道268号门诊楼3楼（金玛特隔壁）



## 细说“百日咳”防治

□南阳市儿童医学中心 刘超翠

### 什么是百日咳

百日咳是由百日咳鲍特菌引起的具有高度传染性的呼吸道疾病，其临床特征为阵发性痉挛性咳嗽伴“鸡鸣”样吸气回声，病程可迁延3月或数月，因此有百日咳的说法。

### 临床特点

吸入含有百日咳鲍特菌的气溶胶，经过一段时间的潜伏期，进入典型百日咳的3个临床阶段：卡他期、痉咳期和恢复期。病程约6周至12周，部分病例更长。潜伏期2天至21天，一般为7天至14天。不同年龄段临床特点不同，0至3月：卡他症状不明显，可能没有阵发性痉挛性咳嗽，仅表现为呼吸暂停、紫绀、抽搐；4月至9岁：频率和程度逐步加重的咳嗽，夜间症状明显，咳嗽后呕吐；10岁以上：迁延性或慢性咳嗽，咳嗽间期阵发性出汗发作，可表现为无症状或仅有轻微咳嗽。

### 传染源

患者是唯一的传染源，非典型或轻型患者在本病流行中起着重要作用。自潜伏期(2天

至21天)末1天至2天，至发病后6周内都有传染性；病初1周至3周最强。

### 传播途径

主要通过空气飞沫传播，易感者吸入带菌的飞沫而被感染。

### 易感人群

人群普遍易感，包括新生儿(因自胎盘传入的母体抗百日咳抗体为非保护性抗体，不能保护新生儿)。无论是疫苗全程免疫者或自然感染者，均不能提供终身免疫，可能再次感染。

### 如何预防

**管理传染源。**在流行季节，要尽量减少外出，避免到大型的公共场所。因为患儿是唯一的传染源，所以在发现百日咳患儿后应立即上报(对于孩子家长来说，就是向接诊医生如实提供相关信息)，立即对患者进行隔离和治疗以防止本病扩散。

**切断传播途径。**百日咳患者按呼吸道传染病隔离，保持室内通风，被褥及衣服在阳光下暴晒即可消灭病菌。

**保护易感人群。**不仅要保护孩子，对孩子爷爷奶奶的保

护也不能忽视。

**主动免疫——即应用百白破疫苗。**我国的接种程序为3月、4月、5月龄进行初免，18月至24月龄加强免疫1剂，该免疫程序对保护婴幼儿发病起到很好的作用。

我国目前普遍使用的是自主研发的含百日咳毒素和丝状血凝素的无细胞百日咳-白喉-破伤风疫苗，安全有效。

须注意：百日咳疫苗没有长期保护作用，7岁以后每10年应进行一次加强免疫以降低发病率。

有研究表明，3月龄左右未接种百白破疫苗的健康婴幼儿体内并不存在来自母体的抗百日咳特异性抗体，因此罹患百日咳的风险较高。

百日咳具有较强的传染性，病情严重者可危及生命，要做好预防，做到早识别、早治疗。⑩9



## 冬季进补 看看这些好食材

古人认为，冬季是进补的最佳时期，食补可抵御严寒，补充元气。食疗进补既简单又养生，那么冬季进补的好食材有哪些？

**白萝卜** 冬季人体阳气藏于内，阴气充于外，容易郁闭而生痰火。白萝卜性味辛甘，性凉，能顺气消食、化痰止咳、生津润燥。冬季常吃白萝卜，可以有效调理肝火虚旺，清肺热，利肝脏。

**木耳** 中医认为，黑木耳性平、味甘，质滑，入胃、大肠经，有活血止血、补气强身、补血通便、润肺、清涤胃肠等功效。现代营养学发现，黑木耳含有大量膳食纤维，能促进胃肠蠕动，改善便秘。

**白菜** 白菜是冬季最常见的蔬菜之一。中医认为，白菜微寒味甘，无毒，具有清热解毒、止咳化痰、通利胃肠、宽胸除烦、解酒消食、下气等多种功效。

**洋葱** 洋葱性味辛温，入肺经。洋葱含有丰富的硫化物和挥发油，具有刺激消化液分泌、改善肠道功能、预防感冒的作用。此外，洋葱还有抗菌、抗炎、解毒的功效。

**莲藕** 冬天上市的莲藕营养十分丰富，对心脾的补益作用特别突出，还可入肾，是年老体虚者的理想营养品。

**枸杞** 据《神农本草经》记载，枸杞久服“能坚筋骨，轻身耐老”。其性甘、平，能够滋补肝肾，益精明目，长于滋肾精，补肝血。枸杞可入药、入膳，酒浸、泡茶用。⑩9(据《人民日报》)

## 三九时节 学会保暖好过冬

俗话说“数九寒天，冷在三九”，一年中最冷的日子来了。呼吸与危重症医学科专家谢中兰提醒，冬季是心脑血管疾病、呼吸系统疾病、消化系统疾病的高发季节，特别是三九时节，老年人要做好防寒保暖，安全过冬。

**注意背部保暖** 谢中兰说，背为“阳中之阳”“阳脉之海”，是督脉循行之主干，总督人体阳气。老人如背部保暖不好，则风寒之邪通过背部经脉而侵入人体，损伤阳气，使阴阳平衡受到破坏、人体免疫功能下降、抗病能力减弱，易引起旧病复发或病情加重。

**注意脚部保暖** “寒气从足底生。”谢中兰说，足底保暖特别重要，老年人可以选择柔软舒适的鞋袜，平时外出时尽量选择比较宽松的棉鞋，这样可以脚有更多的活动空间，促进血液循环。临睡前用温热水泡脚后按摩脚心10分钟，以增加血液循环、疏通经络，有益于健身增寿。

**注意头部保暖** 中医认为，头是“诸阳之会”，阳气最容易从头部散掉，如不注意头部保暖，很容易引发鼻炎、头痛、感冒、三叉神经痛等，甚至更严重的还易诱发脑血管疾病。因此，谢中兰建议，老人冬天戴一顶合适的帽子是必不可少的，尤其是在外出时。⑩9 (据《商丘日报》)