

知名儿童眼病专家、南阳市眼科医院小儿眼科主任刘小林温馨提醒——

莫让弱视给孩子留下终身遗憾

什么是弱视?眼球无明显器质性病变,而单眼或双眼矫正视力仍达不到相应年龄正常视力者称为弱视。我国弱视标准为矫正视力小于0.8或两眼视力相差两行。弱视严重影响儿童视功能发育,不管是双眼弱视还是单眼弱视,只要错过最佳治疗时机,就可能面临视力终身低下的风险。

弱视不仅会造成患儿视力低下、学习成绩差,长大后还会因视力低下或没有立体视觉影响就业,如:不能从事航天、医疗、军事、机械、驾驶等精细工作。因此对于弱视,一定要做到早发现、早治疗,避免给孩子留下终身遗憾。

知名儿童眼病专家、南阳市眼科医院小儿眼病中心主任刘小林提醒,由于弱视是先天性的,无法预防,同时弱视症状又与近视非常相似,常常会被误认为是近视。为了避免错过弱视的最佳治疗时机,让孩子远离弱视的危害,家长在日常生活中要做到以下几点:

查视力 孩子3岁时,家长就要教会其查视力,并且每半年查一次,观察孩子视力是否达到对应的标准。

善观察 家长要注意观察孩

子看东西时,有无视物眯眼、歪脖、皱眉、凑近看东西、经常走路摔跤等现象,如果有上述情况要及时就医。

早发现 弱视是先天性的眼病,与斜视、先天性白内障、青光眼、上睑下垂、高度近视和高度远视一样,都带有遗传倾向,如果家族中有这些眼病的患者,应尽早带孩子进行眼部常规检查,早期发现异常,早期治疗。另外,早产低体重、有缺氧史的幼儿,母亲在妊娠期服用过某些敏感药物或患风疹的幼儿,也要在孩子成长过程中密切观察眼部发育情况。

早治疗 孩子一旦确诊为弱视,就要立即进行治疗,3岁前是儿童视觉发育关键期,9岁前是视觉发育敏感期,12岁以后视功能基本发育完成。因此弱视患儿千万不能错过视觉发育敏感期,否则治疗效果不理想,造成终身视力低下。

重要提醒

弱视治疗需要科学化和规范化,南阳市眼科医院视功能训练中心,拥有先进的弱视训练设备和经验丰富的弱视训练师,为每个弱视患儿制定科学的、个性化的训练计划,使他们在温馨

氛围中愉快地接受治疗。

温馨提示

家长如果发现孩子看东西凑近或眯眼、学习成绩差、写作业时有眼疼头疼现象或者经常不明原因的摔倒,有可能是弱视在作祟,要尽早去医院做眼科检查,诊断孩子是否有患有弱视。⑩9 (李霞)

专家简介

刘小林,南阳市眼科医院小儿眼病中心主任,副主任医师。从事眼科临床工作近三十年,具有扎实的眼科理论知识和丰富的临床经验,熟练掌握各种眼病的诊治。业务上主攻小儿眼病,尤其对14岁以下儿童青少年近视、斜视、弱视,以及屈光不正等眼病的治疗有较高造诣。对不同类型的弱视进行科学化、规范化、系统化的治疗,有丰富的临床经验,疗效显著,深受家长的信赖和称赞。⑩9

科室电话:63268635

中州大道院区地址:中州大道268号(金玛特东隔壁)



春节过后,皮肤科门诊量明显上升

饮食作息不规律 皮肤遭罪

过个年,要说身体最累的器官,除了肠胃,可能就是皮肤了。春节过后过敏、皮疹、带状疱疹等患者明显增加,多跟春节期间饮食、作息不规律等因素有关。

春节过后,皮肤科患者扎堆 “预料到春节后患者会多,但想着下雪出行不便,没想到从早上8点一直忙到这会儿。”皮肤科专家王修勇无奈地说。

68岁的赵先生是当天病情最严重的。“一开始只看到他脸上有红疹,脱了衣服检查后才发现,他身上的情况更严重,胳膊、胸前、肚子、后背上全是一道道的抓痕,有的结痂了,有的还渗着液,他说这几天晚上痒得睡不着觉,全身都快抓烂了。”王修勇说,赵先生之所以变成这样,是因为他本来就是过敏体质,过年期间孩子们都回来了,他一高兴就喝了点酒,又吃了不少海鲜,导致湿疹暴发,拖到年后严重了才慌忙来

医院。

像赵先生这样因为过敏性皮炎、湿疹来就医的,还有很多,这些患者基本都是春节期间食用过多海鲜、酒、辛辣食物等诱发了皮肤问题。

这些皮肤病多发,还有一种“难言之隐”

当天上午,王修勇共接诊30多名患者,除了过敏性皮炎和湿疹,还有好几名带状疱疹患者。

过个年,咋就患带状疱疹了?王修勇说,带状疱疹属于急性感染性皮肤病,本来就容易在冬春季多发,尤其是每年春节前后,主要诱因是劳累、睡眠不好等,引起免疫力低下,导致潜伏在神经根的带状疱疹病毒“死灰复燃”。

比起带状疱疹的痛,有一种“难言之隐”更折磨人——肛周湿疹。患者吴先生走进诊室后,憋红了脸告诉王修勇说:“那儿又疼又痒好几天,快难受

死了……”当天,跟他一样因为肛周湿疹来就诊的,还有4人,年龄最大的72岁。王修勇说,春节期间刺激性食物吃太多,再加上熬夜、久坐等因素,都会对肛周皮肤造成刺激,可在便后及睡前用温水清洗肛周,症状如不缓解应及时就医。

不想皮肤遭罪,一定要管住嘴

王修勇提醒,节假日请管住嘴,呵护好自己的皮肤。

“过节时,患有寻麻疹、湿疹等过敏性疾病者,该忌口还是要忌口,再高兴也不能过度放纵,以免旧病复发或者加重。”王修勇说,春节期间很多人的饮食和作息都不规律,皮肤屏障处在敏感期,尤其是平时就容易过敏的,或者是正处在过敏发作期的,要少吃鱼虾蟹等海鲜,辛辣刺激食物别吃太多,遇到平时没吃过的食物,最好浅尝辄止,这样可以尽量降低过敏的风险。⑩9 (据《洛阳晚报》)

春季谨防诺如病毒

诺如病毒是冬春季腹泻病的主要原因之一。如果孩子出现反复呕吐腹泻的情况,家长需警惕是否感染了诺如病毒。当感染诺如病毒时,成人的症状以腹泻居多,儿童和青少年的症状常以呕吐为主。

诺如病毒感染者呕吐物中含有大量的病原体,需做好消毒处置,避免交叉感染。处理呕吐物时,规范佩戴口罩、手套,使用鞋套、一次性围裙等防护用品后,用消毒干巾覆盖吸附呕吐物5至10分钟,或者是一次性吸水材料(如纱布、抹布等)沾取含氯消毒液,完全覆盖污染物;将所有污染物包裹后丢入垃圾袋中;使用过氧化氢等高水平消毒湿巾,先向外向内擦拭一遍消毒移除呕吐物后的物体表面,再S型擦拭消毒一遍被呕吐的表面。

消毒厕所、便器内呕吐物,可使用漂白粉覆盖,或使用含氯消毒液浸泡消毒30分钟后彻底冲洗。此外做好周围环境、物品的消毒以及手卫生也必不可少。⑩9 (据《健康时报》)

艾灸虽好也有禁忌

艾灸已经成为不少现代人青睐的养生方式,到底哪些症状适合艾灸,有什么注意事项?

艾灸的好处比你想象的还要多

回阳固脱,复脉救急:治疗虚脱,脉微欲绝的各种危急证候。

疏风散寒,调节营卫:治疗风寒侵袭之外感,营卫气血失调诸证。

活血化瘀,温通经络:治疗跌打血瘀、经络阻滞及风寒湿痹各种关节病。

升提中气,固胎止漏:治疗中气下陷的脱肛、子宫脱垂、冲任虚损、胎动不安、崩漏带下等。

温经散寒,祛风止痛:治疗各种因风寒而致之痛症。

固摄冲任,回胎胎位:治疗各种冲任不固而致的横生倒产、胎位不正等妇产科病症。

培补脾肾,增益二本:治疗脾胃虚弱、运化无力和肾虚阴亏、遗精早泄、阳痿、腰膝无力等症。

强壮元阳,祛病延年:无病自灸,可预防疾病、增强抗病能力,使精力充沛,长寿不衰。

艾灸前了解这些禁忌

伤口处、皮肤较薄、肌肉较少的部位不宜直接灸,如面部、关节处、乳头处、睾丸、会阴部。大血管处、心脏部位不宜施灸。

高热、昏迷、抽风期间、妇女经期、妊娠期、传染病、身体极度衰竭等情况忌灸。

极度疲劳,过饥、过饱、酒醉、大汗淋漓、情绪不稳等情况忌灸。

无自制能力的人,如精神异常的患者等忌灸。

艾灸过程中不宜进食寒凉之物,艾灸后一小时内不宜接触冷水或洗澡,灸后要多喝温开水以协助排毒,禁忌喝冷水。⑩9

(据《北京青年报》)