

视光学专家、南阳市眼科医院角膜塑形镜中心主任水淼温馨提醒——

# 科学验配角膜塑形镜 有效控制近视发展

近视已成为影响我国儿童青少年眼健康的重要因素。而由近视引发的高度近视(600度以上)眼底病变,也成为主要的致盲眼病之一。越小年龄患上近视,发展速度就会越快,患高度近视的可能性就越大。

如何有效控制近视发展,是家长们非常关心的问题。角膜塑形镜作为能有效控制近视发展的成熟技术,给孩子和家长带来了希望。权威部门认为,角膜塑形镜目前在控制儿童青少年近视发展方面,是一种有效的并能获得清晰裸眼视力的方法。

## 什么是角膜塑形镜

角膜塑形镜是一种新型儿童青少年近视防治眼镜,睡前把它戴在眼睛表面,使角膜按照设定合理的形状发生变形,将原来存在的近视、散光等问题进行特殊有效的矫正。早晨起床取下,由于经过一个晚上的塑形,近视减轻或者消失了,白天一整天可拥有清晰视力。如果坚持长期使用,可使儿童青少年近视得到有效的控制,也可起到预防和治疗近视的效果。

## 角膜塑形镜控制近视发展的原理

一般来说,软性东西会随着硬性东西的形状发生变形。我们眼角膜是软性的,而角膜

塑形镜的硬度比眼角膜硬度要高,所以在戴镜的过程中,眼角膜就会随镜片形状发生屈光度的改变,使近视发展得到控制。这实际上就是科学家发明角膜塑形镜的原理。

## 角膜塑形镜有哪些优点

角膜塑形镜设计科学、符合人眼角膜特点,是目前能迅速、大幅度降低近视度数、提高裸眼视力的近视矫正方法。它具有塑形效果稳定、适应期短、不良反应少、停止配戴角膜组织形态可恢复等优点。近视患者在夜间睡觉前戴上,早晨起床取下,可达到如下效果:

白天不近视,不用戴任何眼镜,裸眼视力清晰;有效控制近视度数加深;坚持配戴可始终保持良好的双眼视觉。

## 角膜塑形镜适合哪些人戴

角膜塑形镜使用年龄段广泛,适合8至40岁近视度数在600度以下,有良好的矫正视力,双眼无其它异常或疾病、近视发展较快的人群。

## 角膜塑形镜安全吗

角膜塑形镜安全的前提是必须要在正规医院眼科医生的指导下,进行科学的验配和使用,并且要定期到医院复查和维护,只有这样对佩戴者来说才是安

全的。

## 戴角膜塑形镜能治好近视吗

目前为止,世界范围内没有一个方法可以根治近视。角膜塑形镜也不能完全根治近视,但它可以在长期戴镜的情况下,对儿童青少年近视发展有明显的控制和延缓作用。

(李霞)

**科室简介** 南阳市眼科医院角膜塑形镜中心开展角膜塑形镜验配近20年,坚持按照标准化视光学检查流程,对近视者从单眼屈光、双眼平衡、双眼融合功能、立体视到生物学参数的测量等进行专业检测,使验出的数据精准可靠,镜片戴上安全舒适,在有效控制近视发展的同时提高视力。该中心专家团队还根据中小学生学习用眼情况,有针对性地为每一个人制定个性化近视防控方案,采用“日防、夜矫正”二位一体方法,成功解决了近视防控和屈光矫正的关键难题。⑩9

联系电话:61389938

中州大道院区地址:中州大道268号(金玛特隔壁)



南阳张仲景医院专家细说心悸——

# 治疗心悸 中医有良方

□本报记者 王雪

生活中不少人都出现过“心悸”的感觉。心悸,到底是一种什么感觉?是什么原因引起的?对于心悸,南阳张仲景医院心病科副主任周天春有话说。

心悸,是中医的一种疾病,常以心中悸动、惊慌不安甚至不能自主为主症,它类似于西医所说的心律失常、心脏神经官能症等疾病。中医对于心悸的认识有着悠久的历史,《黄帝内经》中记载“惊则心无所依,神无所归,虑无所定,故气乱矣”,指出受惊是导致心中悸动的原因之一。

“心悸的表现形式因人而异,可表现为心悸、心慌、心跳、心动、心中烦乱不安,也有的人难以描述这种感觉,呈现出心中不适。除此之外,还可伴有乏

力、汗出、胸闷、头晕、失眠、耳鸣、健忘等不适,部分人甚至出现晕厥。”周天春告诉记者,心悸常常在情绪刺激、劳累、饮酒、饱食、饥饿等情况下诱发,可呈阵发性,也可表现为持续性,发时痛苦不已,未发时如常人。

哪些人容易出现心悸?周天春分析道:第一类是本身体质较差,或因久病而正气不足的一些患者遇到劳累损伤了心脾,导致气血阴阳不足,脏腑功能失调,引发心悸。第二类是情绪或脾气不好的人,中医讲“怒则气上,喜则气缓,悲则气消,恐则气下,思则气结,惊则气乱”,情志太过容易导致人体气机紊乱从而诱发心悸。第三类是外感风、寒、暑、湿、燥、火等六淫邪气或感受温病、疫毒等邪气,内扰于心神可发为心悸。第四类是一些饮食不节制的人,嗜好肥甘厚味、烟酒、煎炸食物,长久

容易生痰火,火邪扰动心神则心中悸动不安。

如果得了心悸怎样治疗?中医根据心悸有虚有实以及虚实夹杂的特点,遵循“虚则补之、实则泻之”的原则,分别制定出了以补气、养血、滋阴、温阳为主的补法及以祛痰、化饮、清火、祛瘀为主的泻法。且根据心悸的不同临床表现及不同证型制定了安神定志、养血安神、滋阴清火、温补心阳、温阳化饮、活血化瘀、清热化痰等治法,辨证论治效果更好。

预防心悸,我们能做些什么?周天春建议:“首先,我们应该保持情绪稳定,避免大喜大悲或忧思过度。其次,要作息规律,避免熬夜,适当锻炼。年老体虚者应加强营养,补益气血。另外,饮食上少食肥甘、辛辣、酒醴、浓茶、咖啡等。如果出现心悸症状持续时间较长或反复发作影响生活时,一定要及时去医院就诊。”⑩9

## 预防百日咳

# 这些知识要知道

□南阳市儿童医学中心 闫卓

日前,南阳市儿童医学中心接诊了多例百日咳感染患者。那么什么是百日咳?什么人易感?如何预防?

## 什么是百日咳

百日咳是由百日咳鲍特杆菌引起的急性呼吸道传染病,是国家法定报告的乙类传染病,该病病程一般较长,典型病例可持续咳嗽2至3月,故称为“百日咳”。

百日咳主要经飞沫传播,感染者是主要传染源,发病前1至2天至病程3周内传染性最强。对婴幼儿来说,感染百日咳的亲属是主要传染源,患儿年龄越小,出现并发症和重症的风险越高。

研究发现,通过接种疫苗产生的百日咳特异性抗体一般持续4至12年。青少年、成年人疫苗效力下降后,可能再度感染。国家卫生健康委员会、国家中医药管理局综合司组织修订的《百日咳诊疗方案(2023年版)》指出,百日咳发病年龄高峰已从婴幼儿转移至青少年及成年人。青少年、成年人免疫系统相对成熟,患病后症状不明显,从而可能成为隐匿性传染源,感染婴幼儿。

## 百日咳的典型表现

典型的病例,常表现为上呼吸道感染1至2周后出现痉挛性咳嗽,并伴有鸡鸣样回声,夜间常加重,可伴有呕吐。有疫苗接种史的患儿感染后症状多不典型。

据报道,有孩子因为咳嗽厉害,可导致眼结膜出血,眼周淤血,最终确诊百日咳。

百日咳常需经历“卡他期-痉咳期-恢复期”三段时期方可缓解,每段时期,症状表现不一样。

除了咳嗽之外,百日咳还可能引发并发症,多见于新生儿和6月龄以下婴儿,以肺炎最常见,也可并发肺不张、气胸、纵隔气肿、皮下气肿、肺动脉高压、窒息和脑病等,因此百日咳并非普通的咳嗽,需要警惕。

## 百日咳如何预防

婴幼儿规范接种疫苗。接种含百日咳成分疫苗是预防百日咳最有效的手段,可有效降低感染发病和重症病例发生风险。适龄儿童应及时、全程接种含百日咳成分疫苗,未接种儿童应尽快补种。

及时诊断和隔离。无论成人还是儿童青少年,咳嗽持续2周以上、伴有痉挛、眼睛充血,尤其是咳得整夜睡不着觉,或身边有类似病例后自己突发咳嗽,应主动前往医院。确诊后要及早隔离,切断传染源。

易感人群做好日常防护。小孩、孕妇、年老体弱者等易感人群在百日咳流行季,尽量避免到人员密集场所,在公共场所注意戴好口罩,避免跟咳嗽患者接触,室内经常开窗通风,同时需注意个人卫生,勤洗手、适当锻炼、清淡饮食,以提高自身抵抗力。⑩9

