

知名斜视手术专家、南阳市眼科医院斜视及上睑下垂科主任牛贺平提醒——

# 斜视矫正手术后 视功能训练很重要

斜视眼病多发于儿童,它是一种与视觉功能发育密切相关的常见眼科疾病,如果没有得到及时矫正,给患者带来的影响非常大。首先是容貌外观,斜视的孩子往往不敢正视他人,因此容易产生自卑心理,给身心健康带来很大打击;其次是影响双眼视觉功能的正常发育,给生活学习造成不便,未来职业选择也会受到限制。

知名斜视手术专家、南阳市眼科医院斜视、上睑下垂科主任牛贺平指出,绝大部分斜视都是需要手术治疗的,而且年龄越小治疗效果越好。但许多家长不了解的是,手术只能做到矫正眼位来改善容貌,超过80%的患者无法获得正常的双眼视功能。临床上经常发现,有一部分患儿虽然术后斜视矫正比较理想,可经过一段时间后,又出现了斜视甚至复视的情况。这是怎么回事儿呢?

斜视患者在做了矫正手术之后,需加强术后视功能的训练,如果没有进行正规科学的训练,很容易出现上述问

题。这是因为,斜视患者通过手术只是矫正了眼位,而斜视眼的视功能并未随之恢复,假如不进行针对性的训练,视功能正常的眼在视物时仍占主导地位,而视功能差的眼由于废用会再次出现斜视。

牛贺平介绍,斜视术后进行视功能训练对双眼视功能恢复非常重要:可以扩大双眼融合视的范围,增强手术的效果;减少斜视的复发率,维持正眼位的长期稳定;消除术后异常视觉体验,如短暂性重影等问题,让患者看得舒服。而要想恢复双眼视功能,就需要通过视功能训练来解决,但传统的视功能训练方法比较单一,且需要花费较长的时间和精力。

南阳市眼科医院视功能训练中心为使斜视患者术后恢复良好的视功能,特别引进了先进的多媒体视功能训练等设备,这里边含有调节、集合、融像、眼动等更全面的训练方法,并且做到“一人一方案”的个性化训练,使视功能训练取得了满意的效果。

同时,多媒体视功能训练也因其具有使用方便、趣味性强、孩子依从性高的特点,受到眼科专家推崇。

**专家介绍** 牛贺平,知名斜视手术专家,南阳市眼科医院斜视、上睑下垂、泪器病科主任,河南省医师协会整形与美容医师分会委员。多次到上级医院进修眼整形与美容专业,擅长斜视、弱视、上睑下垂、泪器病、白内障、翼状胬肉、葡萄膜炎等眼病的专业诊疗,具有丰富的临床经验和较高的学术造诣。先后在国家级刊物上发表学术论文九篇,获市级科技进步成果奖八项,曾获国家医疗队“模范医疗队员”、南阳市“科技拔尖人才”等荣誉称号。⑩9

科室电话:63268670  
中州大道院区地址:  
中州大道268号(金玛特东隔壁)



## 莫因流感引发意外! 谨记“四要点”

日前,因流感引发意外的事件引起社会关注。常见的流感为什么会造成严重后果?如何最大程度防范风险?医学专家给出解读和建议。

### 要点一:高危人群要警惕

多位医生告诉记者,不同于普通感冒,流感的传染性强,可能导致原有基础疾病加重,并引起肺炎、心肌炎、神经系统损伤等并发症。

因此,医学上认为孕妇、儿童、老年人以及有慢性基础疾病或免疫力低下的人群属于流感高危人群,感染后更容易引发重症,需要格外警惕。这些人群在流感流行期出门可戴口罩,尽量少去商场或集市等人多拥挤、空气不流通的地方。

中国疾控中心病毒病所研究员陈操表示,我国流感流行期大多是在每年11月到次年2月或3月。在流感流行期,家庭和公共场所应做好清洁、消毒,家中如有高龄老人或免疫功能低下的患者,应注意防止将病毒带回家。

如何判断得了流感还是普通感冒?北京佑安医院主任医师李侗曾表示,流感症状更重、

起病更急,往往是38.5℃以上的发热,除了咳嗽咽痛以外,还会有明显的全身症状,如头痛、肌肉酸痛、特别乏力等。

### 要点二:症状严重快就医

李侗曾表示,得了流感,并不都需要去医院,症状较轻的居家隔离即可,使用一些解热镇痛、祛痰止咳的药物,一般7天左右可以康复。但如果出现39℃以上的高热、使用退热药物效果不佳,或有剧烈咳嗽、呼吸急促、胸闷、憋气等严重症状,或出现剧烈头痛、频繁呕吐、意识模糊,需要及时就医。

北京医院主任医师李晶表示,老年人等高危人群如果得了流感,也不用慌张。若症状较轻,只有咽痛、咳嗽、流鼻涕等,可先在家中休息,适当多喝水,清淡饮食,用一些药物缓解症状。一旦出现高热不退、大量浓痰、呼吸困难、精神不振等严重症状,那么一定要抓紧时间到医院就诊,以免贻误病情。

### 要点三:对症用药很重要

陈文慧介绍,流感属于病毒感染,在48小时之内服用特异抗病毒药,可以起到很好的治疗效果。同时,注意科学的支

持治疗,包括合理饮食、注意休息等,能帮助加快康复。

中国疾控中心传染病处研究员王丽萍介绍,耐药性分析结果显示,目前流行的流感病毒对于抗病毒药物是敏感的,药物治疗是有效的。

李侗曾提醒,流感不是细菌感染,抗生素对其无效。居家隔离期间,要注意合理用药,避免滥用抗生素。

### 要点四:每年可接种疫苗

医学专家公认,预防流感最有效、最经济的手段就是接种流感疫苗。虽然接种了疫苗不等于一定不得流感,但可以显著降低发病和发生严重并发症的风险。

中国疾控中心病毒病所研究员王大燕表示,疫苗接种后通常需要一定时间来产生具有足够保护水平的抗体,因此,一般建议大家在流感流行期来临前1到2个月,即9月、10月前后接种流感疫苗。

“但对每个个体而言,只要还没有感染,就可以通过接种流感疫苗来预防流感、减少感染、减轻症状、缩短病程、显著降低发展为重症甚至死亡的风险。”王大燕说。⑩9(据新华社)

## 春季养肝好时节

春应肝,春季养生以养肝为要务。春天常常有人腿抽筋、腹泻、犯春困,不少是肝旺脾虚的原因;有人易犯咳嗽、过敏,是肝气犯肺的缘故;还有人口苦、肩膀痛、偏头痛、乳房和两肋痛、臀部和腿外侧疼痛,这些都是肝气疏泄不利的表现。下面中医教你如何养肝,做好春季防病保健。

### 调畅情志

百姓常说“万病气上来”,中医也说“怒则伤肝”“肝主情志”,情志异常会影响肝,肝气疏泄不利同样会出现情志异常。所以,保持良好的情绪是养肝的好方法。通常自我要求高、完美主义的人,较容易有焦虑、失眠等情志方面疾病。当情绪不舒畅时,尽量找一种可以发泄心中郁闷的方式,不要硬憋在心里。可以通过听音乐、阅读书籍、与朋友交流等来舒缓压力。

### 饮食养肝

养肝之体用酸,疏肝之气用辛。春季阳气初生,宜食辛甘发散疏肝之品,如葱、春笋、香菜、香椿之类;还可食养肝补肝之品,如鸡肝味甘而温可补血养肝,鸭血性平可养肝血;还可适量食醋,其味酸而入肝,具有平肝散瘀、解毒杀虫作用。

### 中药调肝

中药调肝可用疏肝理气类药物,如橘皮、佛手、玫瑰花、代代花、合欢花等;清肝肝火类,如菊花、蒲公英、丹皮、夏枯草等;柔肝养肝类,如枸杞子、白芍、酸枣仁、五味子等。这些药物可制茶饮,也可入菜。

### 动静结合

经常熬夜、睡眠质量差、失眠已经成为影响现代人健康的重要因素。根据子午流注理论,子时(23时至凌晨1时)属胆经循行时段,丑时(凌晨1时至3时)属肝经循行时段。因此最好在22时上床就寝,保证这段时间的睡眠,以利于肝胆的养护。《黄帝内经》记载“人卧则血归于肝”,有足够的睡眠,肝脏才可以得到休息,更好地藏血。

适当运动是养肝的好方法。春季气温逐渐回暖,适合户外活动。运动可以增加身体的新陈代谢,促进血液循环,有助于阳气升发。同时,运动还可以缓解紧张的情绪,减轻压力。可以选择适合自己的运动方式,如散步、慢跑、登山、打太极、打八段锦等,循序渐进,坚持锻炼对身体健康有很大好处。⑩9 (据《中国中医药报》)

《南都晨报》系公开发行的都市报,国内统一连续出版物号CN 41-0104。凡在本报刊登的遗失声明、公告等信息均具有法律效力。

## 南都晨报 分类广告

### 遗失声明

●南阳赫硕建筑劳务有限公司(统一社会信用代码:91411303MA9GDUPXY)公章、财务章、法人代表章不慎遗失,声明作废。

●邓州惠民医院食品经营许可证在河南邓州农村商业银行股份有限公司开户许可证(核准号:JY34113810046762,账号:86128001900000470)不慎遗失,声明作废。

分类广告刊登热线:63505000

敬告:使用本报分类信息请供求双方认真核实有关证明材料,签订有效法律合同。