



斑马鱼爱眼  
你的家庭  
眼科管家



微信扫一扫  
下载APP  
观看直播

# 山核桃咬多了 女大学生突然有口难言

本报记者 何丽娜 本报通讯员 阮亚萍

本报讯 小萱(化名)是一个性格开朗的女生,但国庆假期结束回到学校,她竟变得不愿张嘴说话了。原来她得了一种一张嘴脸部就痛的“怪病”,连喝水都成了煎熬,更别说是大声说话了。

小萱今年20岁,在杭州一高校读大二,是班级和社团活动中的积极分子。小萱等几个骨干提前一天返校商议秋季活动。平日里主意最多的小萱坐在那一言不发,只是在大家征求她意见时用点头或摇头表态。

不明缘由的人还以为她这样是在跟社团里的人闹别扭,哪知道她是“有口难言”。杭州口腔医院口腔外科苏黎佳医生诊断她的颞下颌关节紊乱。这病发作与她节日里吃了太多的山核桃和大闸蟹有关,“硬的东西咬得多了容易诱发”。

据悉,颞下颌关节是脸部靠近耳朵的两个关节,吃东西、说话等但凡需要动嘴的事情都必须有这两块关节的参与。当然,关节是有寿命的,用得多了,用得猛了,磨损得厉害了,就容易出现关节紊乱的问题。

颞下颌关节紊乱的发生与牙齿不整齐及很多从小养成的口腔坏习惯等都密切相关。苏医生给小萱做了详细的检查,发现她的牙

齿排列不整齐,而且还有严重的蛀牙。

“我们吃东西时的每一次咀嚼都要求上下牙的完全咬合,对于牙齿排列不齐的人来说,势必得为了完成咬合而调整位置,因此他们的关节自然要比牙齿整齐的人用得更费,日积月累,问题也就更容易爆发。至于蛀牙,相信很多人有过这样的经历,牙齿被蛀出大洞后,食物容易嵌塞,慢慢的就不愿意用这边的牙齿。殊不知,老是用一边的牙齿吃东西其对侧的关节便会遭殃。”苏医生说。

苏医生建议,孩子牙齿排列不整齐,或是张嘴时颞下颌关节有响声、卡位等要尽早就医。而对于山核桃、大闸蟹等美食可以吃但最好借助工具。

# 眼前“蚊子”在飞,老司机差点撞车

原来是患上了飞蚊症,专家提醒:不要过度用眼,切忌“目不转睛”

本报讯 今年60出头的蔡大叔,看到有一只蚊子在驾驶室玻璃窗前飞,便下意识地用手挥了一下,遇上红灯,他连忙急刹,差点与前面的车相撞。

蔡大叔再仔细去看,蚊子从眼前飞走了。可没一会时间,它又飞回来了……绿灯亮了,他就全神贯注开车。

没想到,从此眼前蚊子居然与蔡大叔结下不解之缘:蔡大叔吃饭时,白白的米饭上有了一只蚊子;看电视时,漂亮的女主角脸蛋上有一只蚊子;微信聊天打字,蚊子也会来捣乱……这只蚊子真是无时不在啊。

蔡大叔意识到眼睛出了问题,到医院一查,是飞蚊症。省人民医院眼科主任吴苗琴介绍说,蔡大叔的飞蚊现象医学上叫玻璃体后脱离,是一种退行性病变,可以说是老年人的“专利”,临床上较常见。有人感觉是眼前有“头发丝”,有“小飞虫”,有一部分人会伴“闪光感”。它是因为随着年龄增长,人眼中的玻璃体液化变性,玻璃体后界膜与视网膜内界膜分离导致。病人感觉到的飞蚊其实就是脱落自视神经乳头的weiss环。一般不会自行消失或痊愈,会干扰视线,影响工作生活,尤其影响尚需经常用眼的中年人。

鉴于过度劳累,经常用眼过度,如长时间地看电脑或手机等引起及加深近视,也可能患上飞蚊症,吴苗琴提醒,平时注意休息不要过度用眼睛,切忌“目不转睛”,经常眨眼可减少眼球暴露于空气中的时间,避免泪液蒸发;避免长时间连续操作电脑,注意中间休息,通常连续操作1小时,休息5~10分钟,可以看远处。同时保持良好的生活习惯,睡眠充足,不熬夜并营养全面,多吃一些蔬菜、水果、谷物、鱼、瘦肉等。

本报记者 张苗  
本报通讯员 宋黎胜

# 节后第一天,中药房超忙

本报讯 昨日10:30,来自湖州的胡大姐,将刚取到的大包中草药放入自带的拖斗中。一边放,一边说道:“我天不亮,5点就起床了,乘坐高铁地铁,8点多就从湖州赶到了省中医院。”胡大姐患荨麻疹,一直在省中皮肤科找余土根主任治病,国庆节7天的长假期间,药正好吃完,这次是专程过来续配余主任的中药。

10月8日,省中医院中药窗口前熙熙攘攘,几条长椅坐满了等候取药的人。工作人员忙不迭地取中药,有中药冲剂、颗粒剂等,其中最多的要数中草药。

中药房主任孙彩华说,今天非常忙,8点不到30多位工作人员就开始配药了,到中午12点仍歇不下来。

大多数都是些外地病人,来杭看病不容易,尽可能赶配出来。当天仅中草药就配出近3000张方子,超过平时近千张处方。

门诊办公室王筱萍主任说,节后来院续配中西药的以肿瘤、妇科、乳腺、中内、呼吸、心内、精神卫生、皮肤及儿科等为最多。

病种包括高血压病、睡眠障碍、乳腺病、焦虑症、心血管病、腰腿疼痛及感冒咳嗽等。

本报通讯员 于伟 文/摄

