

血糖高还忙应酬,差点把眼睛折腾瞎了

浙二眼科三位专家小时云诊室开讲,糖尿病引起的视力问题亟待重视

本报通讯员 曹露婷 本报记者 杨子宸 文/摄

“今年宅家两三个月,我真的胖了不少……”办公室好几位同事谈论着自己的体重问题。复工复产后,各行各业都开始忙个不停,运动节食似乎被抛在了脑后。

“一般人还行,但是对于糖尿病病人来说,这样的生活状态就很糟糕了。”浙二眼科中心眼底组陈芝清主任医师担忧起自己的糖网患者,糖尿病性视网膜病变患者的病程很长,需要长期控制血糖血压血脂,否则视功能将会受到不可逆的损伤。

这一周门诊就遇上三五个没控制好血糖的老患者,让陈芝清印象深刻的是一位来自丽水的林先生。他40出头,患糖尿病十多年,半年前视力已经明显下降,辗转来到浙二眼科中心就诊。

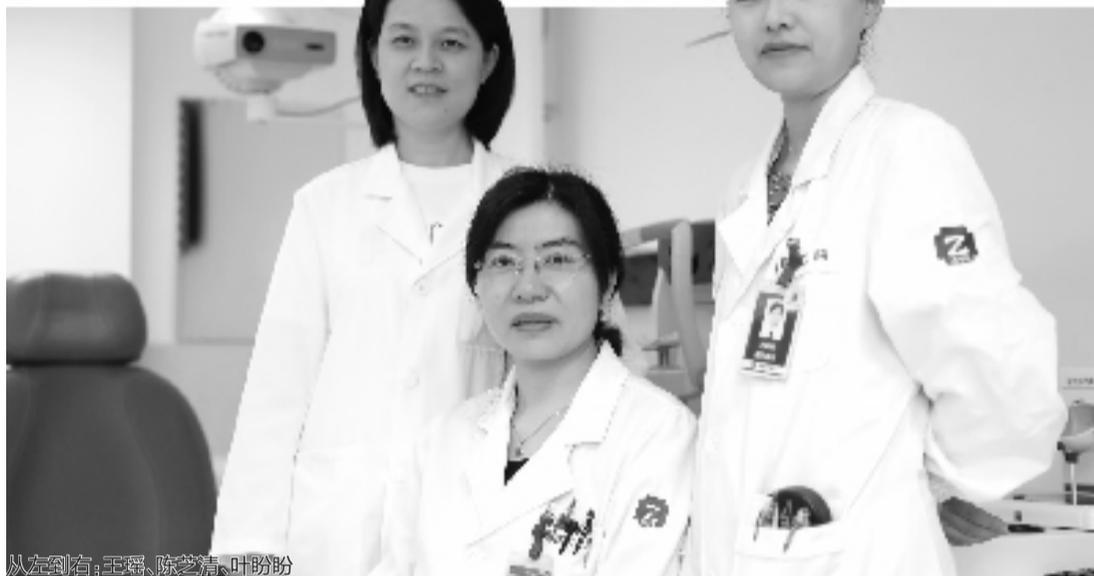
据家属称,他视物模糊已经一年多了,但总是以年轻没事搪塞过去,不愿到医院检查。平时因为工作的性质长期喝酒应酬。半年前的一天,林先生宿醉醒来,发现自己双眼完全看不清东西,这才慌了神。

检查发现,林先生被诊断为增殖期糖尿病视网膜病变,玻璃体有浓厚的积血,还伴有增殖性视网膜脱离。随后,陈芝清对其右眼进行了玻璃体切割、剥膜和激光手术,术后右眼视力仅有0.01。他的左眼底情况还更差,已错过了最佳的手术时机。

“该患者如果后续仍不控制全身情况,极有可能再次眼底出血,引发视网膜脱离及青光眼,失明风险也会大大增加。”这种时候往往是眼科医生最不想见到的情况,陈芝清提醒,“我们建议,增殖期糖尿病性视网膜病变的患者每隔三个月就必须进行复查,根据病情进展及时调整治疗方案。”

在眼底专科门诊中,碰到有些患者会来问“糖网手术也做了,医生也说很成功,为什么我还是看不清呢?”王瑶副主任医师解释,糖网患者在符合手术指征的情况下进行玻璃体切除手术,其目的在于清除积血,剥除增殖膜,视网膜脱离复位及完成全视网膜光凝。可想而知难度较大,但效果却是因人而异的。有些患者的视网膜长期缺血缺氧,因此即使做了手术,也难以恢复理想的视力。

“除了手术,激光,许多人不知道糖网可以进行药物治疗。当然,这种给药方式不是口服和滴眼,而



从左到右:王瑶、陈芝清、叶盼盼

是进行玻璃体腔注射,使药物更加有针对性更直接地作用到眼底,抑制新生血管生长,因此也称为抗新生血管治疗。”叶盼盼副主任医师提到,玻璃体腔注射的操作是相对安全的,患者也没有痛楚。但值得注意的是,并不是所有糖网患者都适合进行眼内注射治疗,糖网病程长且病情复杂,有一些患者对药物治疗会没有反应,因此医生会视具体情况建议患者考虑转换治疗,比如考虑药物联合激素治疗等。

前两天,叶盼盼门诊中有这么一位患者,年前注射几次后自觉视力好转,黑影也变小了,于是擅自停止复查和注射。经过这几个月,她视力严重下降,经检查眼底已经出血,后续无法继续药物治疗了。

因此,糖网患者不管采用哪种方式进行治疗,首先,控制血糖血压血脂是根本,第二,在治疗过程中可能会出现其他新的病灶,因此定期复查非常重要。下周二,浙二眼科中心眼底组陈芝清、叶盼盼、王瑶三位医生将做客钱报小时云诊室,扫一扫下方二维码,听专家把预防和治疗讲透。



扫一扫,听专家讲解
如何防治糖尿病引起的视力问题

杭州“海量哥” 体检抽出5管“猪油” 差点要爆肝

海量哥,杭州人,47岁,个体户小老板,挺着个啤酒肚,一天一斤白酒,喝了三十年,为此朋友圈子里都叫他“海量哥”,春节期间由于疫情缘故,更是每天宅在家喝酒。最近,海量哥在城西体检,想给身体做个“年检”。结果体检医生一看到他的检验报告开口就是:“你的血抽出来是猪油色了,甘油三酯这么高!”

浙江大学医学院附属第一医院感染病科夏琦副主任医师发现,这位海量哥的血看起来异样外,已严重影响他的肝健康,被确诊为酒精性脂肪肝。药物治疗的同时,他必须戒酒,清淡饮食,适量运动,定期体检。然而医生的告诫他没听进去,每天二餐白酒照喝不误。再次就诊时,医生给他肝穿刺,了解肝脏损伤程度。穿刺结果显示果然海量哥的肝脏不但“肥”,且组织已经有损伤。如果再喝下去,肝硬化甚至肝衰竭就接踵而至。

生活中,难免碰到推不掉的酒局,像海量哥这样的酒精性脂肪肝,一定要管牢嘴,推开杯,说不喝就不喝。另外,还须做好以下医生布置的“家庭作业”。

- 终身戒酒,包括含酒精的饮料。
- 合理饮食,应多吃素食,谷类为主,粗细搭配,并注意补充含维生素B、C、K及叶酸类较多的食物,如新鲜的水果、蔬菜。
- 劳逸结合,合理运动。急性期采取“以静为主,静中有动”,以休息为主,限制过多活动。稳定期应该“动静结合,动静适度”,活动量循序渐进。

●肝喜调达,在志为怒。保持良好的心理状态,以免因心理压力和精神因素导致病情的加重,影响整个疾病的康复过程和治疗效果。

●保肝药物治疗。身体健康的朋友们如果聚会时一定要喝酒,医生提醒你,在喝酒前喝些牛奶、酸奶、果汁,或是吃点东西,可以有效保护胃黏膜,也会减缓酒精的吸收,给酒精在肝脏的代谢赢得一些时间(但碳酸饮料还是能免则免,这会加速酒精吸收)。

小酌怡情,贪杯伤身。有肝病、胃病、糖尿病、心脑血管疾病的人切记:不要饮酒。

本报通讯员 王蕊 金丽娜
本报记者 杨子宸

专家简介+

陈芝清

主任医师,医学博士

现任中华医学会眼科学分会眼病理学组副组长,中国微循环学会眼微循环专业眼影像学组委员,从事眼底疾病的临床诊断及基础研究多年,对各类眼科疾病的诊断和治疗具有丰富的经验,擅长视网膜疾病的诊断和治疗,尤其擅长眼底激光、手术和玻璃体腔注射治疗。

主持和完成包括省科技厅基金、省医药科技计划骨干项目等多项科研课题,多次在国内外会议上交流学术成果,已在国内外学术杂志上发表论文20余篇。

名医门诊时间:周一下午、周三上午、周五上午

叶盼盼

副主任医师,医学博士

中华医学会眼科学分会视觉生理学组委员,浙江大学临床医学博士,德国访问学者。擅长眼科各类疾病治疗尤其是眼底疾病的诊断治疗,包括黄斑疾病、视网膜血管性疾病、遗传性视网膜疾病等;擅长玻璃体腔注射手术及眼底各类激光治疗;擅长眼

底影像学及视觉生理的诊断研究。主持国家自然科学基金、教育部博士点基金及省自然科学基金等多项国家省部级课题,发表SCI论文30余篇。

精英门诊时间:周一全天,周二上午,周五上午

王瑶

副主任医师,医学博士

博士毕业于浙江大学医学院。从事眼科临床、科研及教学工作多年,对眼科常见病及复杂疑难病症具有较为丰富的诊治经验。曾赴美国哥伦比亚大学进行研修访问。

专攻各类玻璃体视网膜疾病、黄斑疾病、糖尿病视网膜病变、视网膜血管性疾病等复杂眼底疾病的临床诊治,尤其擅长复杂性视网膜脱离、黄斑疾病、糖尿病视网膜病变等的微创玻璃体视网膜手术,及眼底激光、玻璃体腔注射等。主持国家自然科学基金、教育部博士学科点专项科研基金、浙江省卫健委项目等多项课题。在国内外重要刊物发表论文10多篇,包括SCI论文10多篇,并授权发明专利2项。现为中华眼科学会会员。

门诊时间:周一全天,周三全天,周四下午