


小时健康学院

全生命周期眼健康防治手册发布

小时健康学院金牌导师年末送大礼,来小时新闻App兑积分免费抢

本报记者 郑佳颖

日前,小时健康学院邀请了浙江大学眼科医院三位导师徐雯、方肖云、王凯军举办了“视觉保卫战”专家论坛,同时,由小时健康学院联合浙江大学眼科医院医生们共同撰写的科普《爱眼读本》,全生命周期眼健康防治手册重磅发布。

小时健康学院自成立以来,每周有线上视频课、基层医护培训讲座、居民义诊等活动。为了答谢钱江晚报·小时新闻的读者,今起小时新闻客户端用户可用100积分兑换四本科普手册。

涵盖全生命周期 你想知道的这里都有

如果你拥有一双敞亮的眼睛,能看清美好的世界,那么心也跟着敞亮了。人的一生从出生到老年,各个阶段都可能面临不同的困扰,眼睛也不例外。《爱眼读本》科普系列册采用双封面的设计形式,一目了然找到你感兴趣的亚专科内容,爱眼读本每一本里面都涵盖了2~3个眼科亚专科的“知识处方”,集齐四册,你所遇到的关于眼睛的问题都能在里面找到答案。

“每一位临床医生除了门诊、手术、科研等工作外,科普一直是我们比较重要的责任,我们更希望治未病。”浙江大学眼科医院、浙大二院眼科中心副主任、白内障科主任徐雯说。

有些患者眼睛视力下降了,宁愿相信互联网上的信息,去尝试一下,也不愿去正规医院做个眼科检查。“门诊中医生经常要去对付那些被伪科学知识洗脑的病人,给他们答疑解惑。”徐雯表示,希望广大群众有明亮的眼睛,不要等失明了才想到来找眼科医



生,有一些眼病拖到了后期往往视力是不可逆的了。不是每一个视力丧失患者都拥有与黑暗搏斗的勇气,医学上大多眼病能治愈,也有一些还在积极攻克难题。幸运的是,拥有了这套有权威专家发声、专业医学知识背书的爱眼读本,我们可以预防在前,获得正确的视觉健康认知,粉碎谣言、误区,争取做到眼病早筛早治,及时在视力转折关键点“刹住车”。

在医院一亮相 即受追捧

眼药水可以治好眼疾、白内障手术可以等到看不见了再做……小时健康学院义诊社区碰到的许多中老年居民普遍存在白内障、干眼等问题的认知误区。

“眼底体检查出来有黄斑变性,开始以为看不清就是白内障老花眼,真没想到眼底也会有问题,想多听专家科普一下黄斑疾病。”眼科社群一个大伯表示,最近因为不方便去医院,想在家先看看这方面的内容尤其是治疗。

在浙江大学眼科医院,一个30出头的IT小伙因为眼睛干痒来配药,拿到爱眼读本翻阅后表示,平时工作忙都是碎片时间刷刷新闻,这个科普内容简洁通俗,几句话就能看明白专家的建议。

“想找医生评估下眼睛,本身有高度近视想摘镜,眼型也不是很有精神想调整。”90后姑娘小蒋想了解目前最新的眼科技术和效果,候诊期间拿着爱眼读本仔细看了起来。

爱眼读本也扮演着健康传递者角色,不同年龄层有不一样的关注点,传递家人阅读,轻松获取最匹配的科普。从疾病的预防、治疗、术后护理等内容,爱眼读本都为你考虑到了。

如何参与:

1.即日起,下载小时新闻客户端,在城市日历-积分商城栏目100积分可进行爱眼读本的实物兑换。

2.关注【斑马鱼爱眼】小程序,每天登录即可自动获取一份最新科普。也可在个人中心进入眼科日历按日期查阅,将科普内容分享给更多需要的人。



关注斑马鱼爱眼
获取眼科读本



扫一扫
获取眼科读本

视觉保卫战第四季首场眼底病访谈上线

视野破洞、遮挡、模糊,警惕这些视力“小偷”

本报讯 “眼底病是一类慢性、进行性、不可逆的致盲眼病,然而很多时候,它并非单一出现,还会伴随白内障、青光眼等致盲眼病,给患者带来多重困扰。这类情况通常需要多学科共同会诊,力求保住患者的视力。”浙大眼科医院眼底病专科主任方肖云介绍,目前,白内障、青光眼、眼底病是位居全球前三位的致盲眼病,如何真正做到“早筛早诊早治,对症治疗,科学保养”,需要眼科医生、基层全科医生和患者们的共同努力。

11月,钱江晚报联合浙大眼科医院、拜耳医药共同发起的第四季“视觉保卫战”打响,小时健康学院讲师、眼底病组专家团队通过多堂眼底病微课详细讲解了眼底病这类致盲眼病。而系列访谈栏目,首场邀请到了徐雯、方肖云、王凯军三位来自不同学组的专家,探讨眼底病与白内障、青光眼的相关联系,给这几类眼病的危险人群敲响警钟。

“许多老年患者会将白内障和眼底病混为一谈,把视力下降归咎于前者。”访谈开篇,方肖云教授率先提出了这个误区,“但它们的症状仍有较多差别。”一般,白内障患者视物不清的范围是整个视野的模糊,属于慢性进展,而眼底病患者通常会伴随视物变形,扭曲,部分患者还有可能出现视野缺损。“例如觉得门框歪了,眼前方中间有个黑洞。”这些眼底病现象的发生在相当短的时间内,最快的仅仅一到三个月。混淆疾病带来直接且严重的后果就是耽误治

疗,作为白内障专科的负责人,徐雯在门诊、手术中见到的各类程度、症状不一的患者数不胜数,其中不乏一些已拖延至双眼失明的程度。“即使罹患的是单纯的老年性白内障,拖到过于成熟的阶段才来就诊和治疗,手术过程当中清除白内障所需要的非常强烈的超声乳化能量也会对眼内其他组织造成损伤,因此我们总是建议白内障一旦明显影响日常生活和工作学习了,就可以考虑及时进行手术治疗。”徐雯介绍,若患者罹患或伴随眼底病而失明,则容易错过眼底病最佳的诊疗时机,即使行白内障手术也无法扭转视力丧失的后果。

目前治疗白内障唯一科学、靠谱的手段只有手术,而对抗眼底病则有激光、手术、抗VEGF治疗等多种武器。近年来,抗VEGF治疗已成为针对黄斑水肿、脉络膜新生血管等眼底疾病首选的治疗手段,像阿柏西普等抗新生血管药物能有效消退黄斑水肿及新生血管,达到提高、稳定视力的效果。

访谈中,王凯军主任分享了青光眼的防治。同为不可逆的凶险眼病,青光眼与眼底病密切相关。其中,新生血管性青光眼是眼底病导致青光眼的典型代表。王凯军教授介绍,它属于难治性青光眼的一种,由于眼底病诱发的新生血管堵塞房角,影响到房水的回流,眼压持续升高导致的视神经损害。而预防新生血管性青光眼的的关键,还是在于及早抑制新生血管的发生,可通过眼底病治疗的常规方案联

合青光眼手术共同治疗,来防止视网膜缺血情况的进展,挽救视力。

随着人口老龄化的加重,白内障、青光眼、眼底病已成为中国当前主要的致盲眼病,近年来,这三类眼病的发病也逐渐有年轻化的趋势。“随着高血压、糖尿病等基础疾病的低龄化,它们对眼部的损害也正提前发生。”徐雯主任强调,这些人群罹患上述眼病的风险比普通人高出十多倍,确诊患者除了要定期在相应科室复诊外,还应格外警惕眼病的发生,将预防的工作做上前。本报记者 曹露婷 通讯员 金薇薇

眼底微课上线

扫码观看,跟名医面对面

视觉保卫战第四季首场访谈上线,扫一扫下面二维码进入专题观看,了解这些危险性眼病,一次获取三类预防提醒。



相关链接

浙大眼科医院开业以来,3楼玻璃体视网膜专科楼层特别设置了“眼内注射预约”护士台。今后,需要进行抗VEGF治疗的患者可在同一楼层完成门诊、检查及预约。为保证注射的无菌环境,手术操作仍将在4楼手术中心进行。