

去年春节5天，浙大眼科医院收治19例眼外伤中9例是爆竹伤 除爆竹外，喝酒、滑雪甚至情绪也会伤眼，以下五条敬请收好 佳期，莫成伤眼高峰期

本报记者 曹露婷 通讯员 陈婷/文 实习生 蔡一新/绘

年味越来越浓。除了春运抢票，不少年轻人抢起了“网红烟花”。早一个多月前，杭州萧山的一些烟花店就吸引了大拨跨市前来购买烟花的客人。近期，一些网红烟花如加特林、水母更屡屡卖断货，“爆竹声中一岁除”，大家都希望在新年图个平安吉祥。

新年的仪式感满满，眼科医生们却都坐不住了。“吐珠类烟花威力猛，伤到燃放者和观看者眼睛的风险更大，可造成眼球钝挫伤、破裂伤，最严重的情况不仅失去光明，甚至可能需要摘除眼球。”

春节在即，潮新闻·钱江晚报联合浙江大学眼科医院(浙大二院眼科中心)发出爱眼倡议，远离烟花爆竹等各类眼外伤，预防各类突发眼疾，过平安幸福年。



去年春节5天 收治眼外伤患者19人

据浙江大学眼科医院(浙大二院眼科中心)医务科统计,2023年除夕到大年初四,医院共收治眼外伤患者19人,其中烟花爆竹伤9人,最严重的一位眼睛内容物被炸出眼外,急诊手术就做了五个多小时。

值班医生许哲回忆,初二当天有两位杭州周边转诊上来的眼外伤患者,其中一个是一岁多的孩子,因大人玩仙女棒被火星子烫伤眼睛。

医务科主任马健说,多数被烟花、鞭炮伤到的情况,通过清创、缝合等应对措施基本可以保住视力,但很难恢复到受伤前的状态。查看哑炮尤其危险,爆炸瞬间的冲击力对眼球是致命伤害,有人甚至没有二次手术的机会。

春节假期也是机械性外伤的高峰,如刀具类刺伤、高压锅弹伤、无人机桨打伤、摔跤磕碰等。若眼睛受到外力碰撞,即使外观没有破损,也应提防虹膜睫状体损伤、晶状体脱位、玻璃体积血、视网膜出血和脱离等风险,若眼球破裂,千万不要擦拭、揉搓眼睛,建议用干净纱布,轻轻地贴在伤眼表面,并及时送医。

每年春节,浙江大学眼科医院(浙大二院眼科中心)都会提前做好充足准备,加强急诊。今年除夕到初五,两院区实行“加强班+双帮班”制,即浙大二院解放路院区值班医疗组一换、二换及帮班医生24小时在院,眼科院区(西湖大道1号)三换医生、帮班医生及眼外伤团队也严阵以待,白天全面开放急诊手术室。

“二换、三换都是副高和正高级别的专家,即使有眼外伤引发眼内感染,需要进行玻璃体手术的情况,我们都能充分应对,保障到位!”当然,在马健眼里,更希望今年急诊室医生都无事可做,没有眼外伤发生。

爱眼倡议:千万不要去看哑炮,珍爱眼睛,远离烟火。

熬夜、饮酒无节制 眼睛也会“中风”

放假了,不少人开始“放飞自我”:熬夜刷手机、胡吃海喝,殊不知许多眼部的危害悄悄找上门。

方先生(化名)不到40岁,眼睛却先“中风”了:连续多天与朋友把酒言欢后,他的左眼毫无征兆地

“失明”。经过系统检查与问诊,方先生被诊断为视网膜中央动脉阻塞,由于抢救及时,稳住了视力。

“冬季人体血管收缩,血液内若有栓子跑到眼动脉、视网膜动脉等位置,相应的堵塞会导致眼睛的系列损害,如视力急剧下降或丧失、视野缺损等。”马健是玻璃体视网膜科的主任医师,每年都要接诊不少类似的病人,发病呈现年轻化趋势。他提醒,视网膜中央动脉阻塞的黄金抢救时间只有1.5小时,发病前没有任何症状,大家务必要规律生活,预防在前。

爱眼倡议:请勿长时间熬夜、大量饮酒,三高人群注意定期复查全身情况,谨防眼底疾病。

保持好心态 远离情绪性眼病

走亲访友绕不开一年工作生活的话题,情绪激动、容易“破防”的人群要调整好心态,否则可能被身心相关的致盲眼病“青光眼”盯上。

“放假宅家,关灯玩手机、情绪大幅波动、喝酒熬夜都有可能诱发急性青光眼。”青光眼科尹厚发副主任医师提醒,青光眼大发作后,除了视力急剧下降,还会头痛眼胀、恶心呕吐,有人会认为是神经科、消化内科的问题,辗转就医错过黄金抢救时间,视功能可能会完全丧失。

爱眼倡议:关注高龄、高度近视、远视、糖尿病、青光眼家族史等青光眼高危因素,早发现早治疗。

“尔滨”出圈 小心雪面上的视力危险

这个冬天,哈尔滨成功出圈,热情高涨打卡冰雪世界,也有不少因此受伤,除了高频的骨折外,眼睛也没有“幸免遇难”。

“长时间滑雪,且不佩戴护眼镜,容易患上雪盲症,也叫电光性眼炎。”角膜和眼表科的林琳副主任医师说,强烈的阳光通过雪面、冰面反射进入人眼,极易灼伤眼睛。积雪对紫外线的反射高达85~95%,即使是没有阳光的阴天,雪场上同样有强烈的紫外

线反射。

雪盲症会对眼睛造成哪些损伤?林琳介绍,雪地强烈的紫外线反射,会引起角膜和结膜损伤,以及视网膜损伤。许多人滑雪后,双眼眼睑红肿,结膜充血水肿、刺痛,有强烈的异物感,也会怕光、流泪、睁不开眼、视力模糊或下降等,这些症状通常会在滑雪后3~12小时出现。

不过,大家不用过分担心,一般这样的损伤是可逆的。一旦出现雪盲,我们可用冷毛巾对眼睛进行冰敷,减轻结膜充血的症状,同时闭目休息,尽量减少用眼;不用手揉搓眼睛,以免加重角膜上皮的损伤;及时就医,在医生指导下用药。

爱眼倡议:尽情享受这皑皑白雪的同时,记得戴上雪镜或具有防护紫外线功能的墨镜,控制雪地上的活动时间。

保健眼罩反伤眼 请注意用法和时间

近期,知名女演员自曝眼部低温烫伤,眼皮持续刺痛,罪魁祸首竟是发热眼罩。这类“护眼神器”深受打工族们的喜爱,但使用不当也会踩雷。

发热眼罩由铁粉、活性炭、吸水树脂和医用无纺布“有机排列”组成。铁粉与空气中的氧气接触,氧化发热,使得眼罩吸水树脂中的水分得到持续稳定蒸发,水蒸气冷却成小水滴,透过无纺布缓慢作用于眼部,温热、湿润让眼睛疲惫全消。

好处虽多,发热眼罩却有机会损害眼球。林琳门诊遇到过不少个案:有患者将眼罩内的黑色发热片取出直接敷于眼皮,造成严重烫伤;有的人则对眼罩材质或发热成分过敏;还有人睁眼使用发热眼罩,蒸发的水汽、不明物质进入角膜和结膜,引起角膜炎、结膜炎等。

林琳建议,选择材质均匀、控温能力较好的发热眼罩。使用前,请先做好面部清洁、卸妆,摘下隐形眼镜等,以免造成睑板腺被化妆品堵塞和继发眼部的感染。

爱眼倡议:发热眼罩佩戴时间控制在20~30分钟,不建议戴着入睡,若温度过高请及时取下。