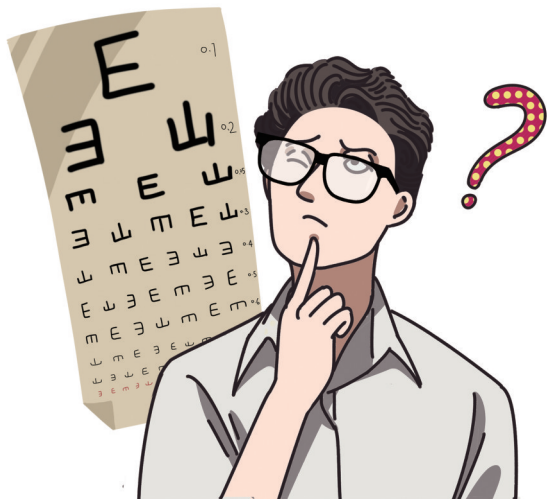


# 近视眼和老花眼可以“消消乐”吗

## 医生提醒,小心远近都看不清

记者 王怡/文 陈静/图

在近视人群眼里,看远景模糊,有些东西得拿到跟前才能看清楚,但老花眼的人群却恰恰相反。这让很多人认为,“我年轻的时候近视,到老了得老花眼,加一起正好相互抵消!”事实果真如此吗?来听听医生是怎么说的。



## 近视和老花可以“中和”吗

24岁的小王,上大学期间,双眼近视已经700度。前不久,他刚从医院换了一副新眼镜,相比一年前,这次他的视力又加深了100度。“虽然近视严重起来了,但想到以后可以和老花眼度数相抵消,也算没白涨。”小王这样安慰自己。

无独有偶。来自椒江的刘女士是一名打字员,平时对着电脑长时间工作,让她的眼睛没少受累,这两年度数“噌噌

噌”上涨。前阵子,她想到医院预约做激光手术,彻底摆脱近视的苦恼,但听邻居说,近视眼可以“预防”老花眼,于是又犹豫了。

采访中记者了解到,和小王、刘女士有同样想法的还有不少人。这些人认为,年轻时近视的人将来不会老花眼,或者说,近视眼的人如果同时得了老花眼,那么正好可以“中和”。

## 两者得另当别论

不过,一个近视、一个老花,两者相加真的可以实现“消消乐”吗?记者就此咨询了台州市立医院眼科主任医师金玲艳。

金玲艳表示,近视眼与老花眼是两个不同的概念,但两者会同时存在。也就是说,近视的人也会老花,但相对于正常视力的人群来说,近视人群老花时间会有所延迟。

具体来看,近视眼是由于长期近距离的用眼习惯,导致睫状肌痉挛,进而使得平行光线聚焦在视网膜前方,这时候,就会出现“看远处物体觉得模糊”的情况。

而老花眼则是一种生理状态,就像头发逐渐变白、皮肤出现皱纹一样,没有人可以控制其衰老的速度。随着年龄的增长,晶状体和睫状肌老化,导致视力调

## 近视又老花,不用非要配两副眼镜

随着现代人越来越多不良的用眼习惯,如今,老花眼已经不再是老年群体的专属,很多中年人,甚至年轻人都开始成为“视觉初老族”。

“以前我还只是看不清远的东西,现在得了老花眼,近的东西也看不清楚了。”今年不到50岁的周大妈,原本就患有近视,得了老花眼以后,她每天要戴着近视眼镜,再拿放大镜读书、看报。

那么,像周大妈这样既有近视又有老花眼的人群,日常该怎么办呢?

“为了看得清楚,一般情况下需要配两幅眼镜,或者渐变镜。”金玲艳说,一般来说,渐变镜又分为远光区、过渡区、近光区三个区域,可以同时解决看远、看近、看中的问题。不过需要注意的是,一

节功能受损,从而出现看近处物体时觉得模糊的情况。

“老花眼与我们通常所说的远视眼,虽然症状相似,但二者并不是一回事。”金玲艳解释,相比前者,远视眼是由于光线进入眼睛后聚焦在视网膜后方,导致看东西模糊、不清楚,与老花眼的致病原理不同。

对于视力正常的普通人来说,40岁左右一般会出现300度的老花,是不可逆的。这时候如果本就有近视的问题,那么最有可能的情况是两者同时存在。

当然也可能出现这样的情况,近视300度的患者正好得了300度的老花,叠加以后自我感觉度数有所下降,但其实这只是巧合,绝大多数人的情况是,既有近视眼又有老花眼。

一定要进行准确的医学验光以后再配镜,而不是直接使用现成度数的眼镜。

对于老花眼叠加近视眼的人群,究竟是戴眼镜还是做手术更方便?老花眼早期可以佩戴眼镜矫正,随着年龄增长,老花眼的度数会逐渐加深。若要矫正近视问题,建议在40岁左右或以上时进行,近视度数只有一两百度的人可以暂缓。

对于现在的很多年轻人来说,如果老花眼不可避免,那么近视手术有必要吗?在金玲艳看来,当然有必要。如果不做近视手术,患者可能既有老花眼又有近视眼。但是如果做了近视手术,最起码在出现老花眼前,还可以享受几十年的高清视力。

本月是呼吸道传染病和肠道传染病高峰流行期

## 接种疫苗,避开花粉和蚊虫

通讯员 洪媛媛

进入4月,春暖花开,既是出游赏花的最佳时节,也是流感、水痘等呼吸道传染病以及手足口病等肠道传染病的高峰流行期。台州疾控中心提醒大家合理安排出行的同时,注意加强个人防护。

手足口病是由多种肠道疾病引起的常见传染病,好发于5岁以下婴幼儿,以发热和口腔黏膜疹以及手、足、臀等部位出现斑丘疹或疱疹为典型表现,伴有感冒样症状。该病主要通过粪口传播,其次通过呼吸道或直接接触病人已感染的物品方式传播,学校和托幼机构是高发场所。早发现早隔离早治疗是控制该病最主要有效措施,注意开窗通风,饭前饭后勤洗手,建议自带餐具、水杯,及时接种疫苗。

4月气温仍不稳定,忽冷忽热,注意增减衣物以免着凉,需警惕流感、流腮、水痘等呼吸道“杀手”,及时并全程接种相关疫苗。流行期避免去人多空气污浊的场所,定期开窗通风,注意手部卫生,学校应加强并落实晨午检工作,出现病

例及时报告。目前流感虽有下降趋势,仍需注意防范,做好个人防护。

赏花虽愉悦,但对于花粉过敏的人群却是苦不堪言,接触花粉后如果出现鼻子干痒、打喷嚏、流鼻涕、眼睛干涩等症状,相关人群注意今后避免直接接触花粉,植物开花季减少户外逗留时间。如需户外运动,应关注近期花粉浓度,避免长时间暴露,或选择清晨、夜晚等花粉浓度较低的时间段外出,必要时戴好一次性医用口罩、帽子、护目镜,穿长袖的衣服。

每年的4至10月是蚊虫活跃期,草丛、浅丘陵是蚊虫活动频繁地带,被蚊虫叮咬后可传播发热伴血小板减少综合征、莱姆病等疾病。在郊外露营时,市民需注意预防蚊虫,其间应穿长袖长裤,并扎紧裤腿,准备灭虫剂。发现蚊虫叮咬,不要猛拉,蚊虫的口部易被扯断遗留在皮肤中,自己无法清除,可先暂时包扎伤口,尽快前往医院处理。

## 健康台州·疾病预防



□提醒

## 家有“呼噜娃”?警惕儿童腺样体肥大

记者 王琛琪

近日,5岁的小豪在父母的带领下来到台州医院小儿外科。“小豪这段时间每天晚上睡觉都要打呼噜,而且声音越来越大,时不时还感觉到呼吸停顿了几秒钟,甚至嘴角还会吐泡泡。”小豪的父母忧心忡忡地告诉台州医院小儿外科主任医师於林军,小豪睡觉时一直张着嘴巴,他们在网上买了闭口贴,使用后情况也没见好转。

“一开始我们以为孩子打呼噜说明睡得香,心里还乐滋滋的。没想到,小豪白天注意力总是不集中,还喜欢打瞌睡,偶尔还会尿床。”小豪的妈妈紧皱着眉头说,现在小豪每天都打呼,情况还越来越严重。

经过体检和各项检查,医生判断小豪是患上了腺样体肥大、重度阻塞性睡眠呼吸暂停低通气综合征。

腺样体也叫咽扁桃体或增殖体,躲在鼻咽顶部与咽后壁处,是一些淋巴组织等组成的免疫器官,出生后随着年龄的增长而逐渐长大,2-6岁时为增殖旺盛的时期,10岁以后逐渐萎缩。腺样体肥大多发于2-10岁儿童。

“腺样体肥大一般由炎症引起,炎症反复刺激腺样体,导致腺样体病理

性增生,从而引起鼻塞、张口呼吸等症状,尤以夜间加重,可能出现睡眠打鼾,严重时可能出现呼吸暂停等。”台州医院小儿外科副主任医师黎胜苗介绍,长期的打鼾、鼻塞所引起的低氧状态,会导致孩子白天疲劳,注意力不集中,暴躁,从而影响学习,有些小朋友还可能出现耳痛、耳鸣、耳道流脓等中耳炎症状。

腺样体肥大如果长期存在,还可能会造成“腺样体面容”,即嘴唇肥厚、上唇上翘,牙齿不齐,上颌高拱等,患者正面牙齿突出,上唇较厚。

“腺样体肥大的儿童还挺好的,患者主要去五官科就诊。”黎胜苗提醒,如果家长发现了孩子有不对劲的地方,一定要引起重视,“正常的打呼噜一般打几下就停止了,腺样体肥大的儿童打呼噜会持续一段时间,而且打呼噜的声音比较响。如果孩子一周打呼噜三四天甚至更多,一定要带到医院看一下。”

小豪接受了手术治疗,术后第三天,他的妈妈就反馈打鼾症状明显缓解。术后20天复查,小豪的睡眠呼吸监测提示他的睡眠情况较以往有了很大的改善。