



本期《名医在线》特邀青岛华夏眼科医院副院长马元孝为您讲解“白内障的防治”

**名医在线**  
**栏目热线**  
**0532-66988718**

**问:**患有白内障,什么时机做手术比较好?  
**马元孝:**白内障是眼科常见病,最主要的症状

## 白内障 手术是唯一根治方法

是视力不同程度的下降。白内障的并发症多发生于白内障后期,长期未经治疗的白内障会引发青光眼、葡萄膜炎等眼部疾病,患者会突然有眼红、眼痛,包括头痛、恶心、呕吐这些表现,而且会视力急剧下降,严重时还会造成视网膜脱离、视神经萎缩,引起失明。白内障的手术时机主要看裸眼视力的大小,一般矫正视力低于0.5就可以考虑手术了。但是对于特殊类型的白内障,比如外伤性白内障,由于是外伤导致的,所以一旦出现需要及早治疗。

**问:**白内障症状比较轻,可以用眼药水来控制疾病吗?

**马元孝:**目前任何眼药

水都无法控制和治疗白内障。治疗白内障唯一的方法就是手术治疗。白内障不需要成熟后再做手术,出现白内障以后需要到正规的医院进行检查,由医生来决定手术时机,切勿久拖不治导致病情加重至白内障晚期,并引发并发症。白内障严重者可致患者失明,因此患者应早发现早治疗,以免错过治疗时机。

**问:**家里老人患有白内障好几年,因害怕迟迟不敢接受手术怎么办?

**马元孝:**老年朋友是白内障眼疾发生的主要人群,如果老人只是单纯患有白内障,只需及时接受一个小手术即可重获清晰视力。在临床接诊中,还是发现有不少老人对白内障的治疗

缺乏科学的认识,害怕手术,顾虑重重,久拖不治导致病情加重至白内障晚期,易引发其他并发症,影响治疗效果,或干脆因眼底不好(如老年性黄斑变性)放弃治疗,等几乎看不见了才惶惶不安到医院治疗。结合多年临床成功经验,建议老人若患有白内障合并眼底类疾病,应该走出传统误区,结合医嘱积极治疗白内障,术后最起码能够获得有用的视力,改善视功能,生活质量才能提高。

生活中人们普遍对眼健康重视程度过低,其实不管是儿童青少年还是中老年,各类人群都要按时为自己安排眼健康体检,这样才能对眼疾尽早发现、尽早治疗。**本报记者**

### 出场专家

王成喜——青岛市第八人民医院中医科主任、主任医师。齐鲁医派中医学术流派崂山点穴流派代表传承人。现兼任中华中医药学会老年病学分会委员、山东针灸学会临床专业委员会副主委、青岛市中医药学会常务理事、青岛市中西医结合学会老年病学专业副主委。从事中西医结合临床工作30余年,擅长诊治肝胆脾胃病、风湿病、经筋病,在崂山点穴治疗经筋病方面有深入的研究和应用。

## 膏方虽好 进补也需注意“禁忌”

对于张女士的问题,记者采访了青岛市第八人民医院中医科王成喜主任医师。他表示,膏方一年四季皆可服用,冬季服用正当时。根据冬季“闭藏”的自然规律,冬令进补能使营养物质更好地吸收,滋养五脏,养精蓄锐。由于膏方多为滋腻补益药,建议空腹服用,有利于药物吸收。若存在胃肠道疾病或患者空腹服用后出现腹部不适,则建议饭后1小时左右服用。

对于患者普遍关心的膏方的治疗范围,王成喜指出,膏方主要适用五类人群:一是亚健康状态者,

如疲劳、失眠、畏寒肢冷、易感冒者。二是慢性疾病患者,如有慢性支气管炎、贫血等人群。三是特殊人群,如气血衰退的老年人,气血不足的女性及脾胃虚弱的儿童青少年。四是偏颇体质者,如阳虚、气虚、阴虚、血虚等。五是肿瘤及手术后患者。

膏方虽好,但在进补时也有禁忌。一些急性病、新近患病的,如感冒、咳嗽急性期、急性感染等情况,不适宜选择膏方。体质强健的青少年也不需要选择膏方进补。此外,在服用膏方时,要忌生冷、油腻辛辣、不易消化及有

较强刺激性食物。服膏方时不宜饮浓茶;含有人参的膏方忌食萝卜;含有首乌的膏方忌猪、羊血及铁剂,且不能与牛奶同服。

专家提醒,膏方治疗提倡一人一方。膏方调治疾病或改善体质,需在医生指导下,依据每个人的不同情况而定。不能千篇一律,千人一方。 **沈健**

### 记者帮办

帮办热线:

**66988718**

帮您解决  
健康路上的难题

### 糖尿病患者 冬季感冒慎用两类药

胰岛素缺乏或胰岛素利用障碍,导致其体内血糖不能被充分利用,人体缺乏营养和能量。此时,患者体内脂肪、蛋白质会加速分解为人体提供能量,出现体重下降和形体消瘦,使得身体抵抗力下降。再加上由于外界寒冷可能会导致人的免疫功能有所降低,使糖友更容易遭到病毒的入侵而感冒。

**◆含糖药、有肾毒性的感冒药糖友需慎用**

专家提醒广大糖尿病

患者,在冬季感冒时,应及时就医,让专业医生根据病情选择适合的感冒药,不能自己乱吃感冒药。有两类感冒药,糖尿病患者要慎用。

1. 含糖药物 如含糖口服液或者感冒冲剂,糖尿病患者要慎用。

一些口服液、感冒冲剂等为了缓解药物本身的苦味,会添加一定量的糖分。因此,药品说明书上会标注药物含糖,提醒糖尿病患者注意。

2. 有肾毒性的感冒药

有肾毒性的感冒药物药品说明书一般会标注“肾功能不良者慎用”,对于肝肾已经出现损坏的糖尿病患者,一旦擅自服用此类药物,很容易导致糖尿病肾病的发生。

而中成药相对西药更加温和,糖尿病患者服用会相对安全,但不能因此乱用甚至滥用中成药,也要慎重选择。这是因为部分中成药为了缓解苦味,也会加入糖分,甚至还有中成药会添加西药成分。

**吴文可**

### 健康提醒

## 6个报警信号 提示肝脏或出现病变

### 第一个信号:消化不良

肝脏的主要功能就是消化和代谢排毒,肝功能一旦失调,就会严重影响消化能力。患者通常会出现恶心、想吐、食欲不振、不想进食等。

此外,一些肝病和胃病有着相似的症状,如食欲不振、恶心、腹胀、上腹疼痛等,再加上有一些肝病患者在早期病情的时候,症状比较隐匿,容易被忽略,导致误诊的情况出现。

但肝病和胃病的症状是可以区分的。肝病可伴有面色萎黄、尿黄、肝区不适、恶心、厌油甚至皮肤瘙痒等症状。

胃病多数都曾有过食用刺激、辛辣的饮食,用药及饮酒的行为,常伴有泛酸、胃灼热、上腹痛、进食后症状会加重或缓解。如果本身没有胃病史,却持续出现不明原因类似胃病症状的人们,不要自行用药,应及时去医院确诊。

### 第二个信号:口臭

一般认为口臭可能是肠胃问题,但由于肝脏出现了病变,肝功下降,导致无法过滤更多的尿素氮导致,因此口腔出现了异味会成为肝脏病变的信号。

所以口腔出了问题,我们不要再一味地考虑只是肠胃出现了问题,也有可能是在提醒我们肝脏发生了病变。

### 第三个信号:身体极度疲劳

经常感到自己做一点事情就疲惫不堪,或是平日感觉全身乏力,这也是肝脏出现问题的表现,应及时就诊。

### 第四个信号:午后出现低热

如果频繁地在午后出现低热的情况,温度大概在37.5℃左右,而且随着病情的发展,发热时间会更长,严重的会出现意识的障碍。这也是提示患者可以肝脏出现了病变和异常。

### 第五个信号:皮肤和眼底发黄

这是肝脏病变最明显的特征之一,称为黄疸。因为肝功能代谢异常,导致胆红素代谢障碍,出现皮肤色素的沉淀所致,通常从上半身开始,比如说眼睛,然后逐渐扩散到全身皮肤,严重者眼睛和皮肤会出现蜡黄的表现。

### 第六个信号:皮下出血

大多数肝病末期患者会出现出血的情况,因为很多凝血因子是由肝脏合成的,一旦肝组织受到了破坏就会影响凝血功能,皮肤就会出现大片大片的淤青、淤血等。 **任璇**

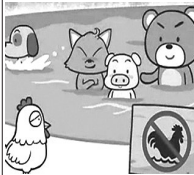


微信扫一扫  
游戏玩起来  
看图猜成语

①



②



③



④

道門

⑤

宵

⑥



答案见下期中缝,也可关注“老年生活报”微信,回复“221205”查询本期答案(可扫描本报一版上方二维码)

12月2日  
6版中缝答案  
《看图猜成语》:  
1、面面俱到;  
2、三五成群;  
3、事不过三;  
4、天天面对;  
5、雪上加霜;  
6、言外之意。