



本期《名医在线》特邀青岛华夏眼科医院业务副院长、眼底科主任王洪格,为您讲解“糖尿病视网膜病变”的相关问题。

问:我今年68岁,得糖尿病十多年了,平时血糖控制得马马虎虎。最近几个月感觉眼前有黑影飘动,视力突然下降,医院检查是“糖尿病视网膜病变”晚期。为什么平时一点感觉都没有,一发现就这么严重?

王洪格:糖尿病视网膜病变

糖尿病多年视力突然“断崖式”下降 眼底出血还能保住眼睛吗

被称为“沉默的视力小偷”。在病变早期,眼底虽然已经出现了微血管瘤或小出血点,但由于没有累及眼底最核心的“黄斑区”,患者往往没有任何痛感,视力也看似正常。一旦患者感觉到视力明显下降、眼前有黑影遮挡,往往意味着视网膜已经出现了大面积缺血、黄斑水肿,甚至发生了玻璃体积血或视网膜脱离。这也是为什么很多糖尿病患者一确诊眼病,就已经到了需要干预的中晚期。

问:听说到了晚期需要往眼睛里“打针”,甚至还要做手术,年纪大了能承受吗?还能恢复视力吗?

王洪格:现代眼底病治疗技术已经非常成熟。对于黄斑水肿,我们常采用玻璃体腔注药(抗

VEGF药物),像滴眼药水一样微创,能有效消退水肿;如果眼底出血严重或发生视网膜脱离,则需要进行微创玻璃体切割手术。现在的微创手术切口极小(通常不足1毫米),创伤小、恢复快,高龄患者只要全身指标平稳,完全可以耐受。只要及时清除积血、复位视网膜,多数患者的中心视力能够保住甚至部分提升。

问:手术做完,视力也恢复了,以后是不是一劳永逸?

王洪格:并非如此。眼底病是全身慢病的“晴雨表”。糖尿病视网膜病变的根本在于血糖、血压和血脂的异常。做完手术清除了眼底的“废墟”,如果不控制好内科指标,残存的视网膜依然会再次出血。因此,患者术后

必须坚持“眼病+全身”双线管理:一方面遵医嘱定期查眼底(建议每3-6个月复查一次),另一方面在内分泌科指导下严格控制血糖。

眼底病变防大于治。建议糖尿病患者一旦确诊,无论视力有没有下降,都应尽早到专业眼科机构建立眼健康档案。青岛华夏眼科医院眼底科针对糖尿病眼病等慢性眼底病变,提供从早期筛查、精准干预到长期随访的全周期诊疗服务,为老年患者的光明视界保驾护航。

名医在线

栏目热线

0532-66988718

健康课堂

息肉长在哪里最危险

不少人体检后,会在报告上看到“息肉”二字,息肉严不严重,会不会癌变,要不要切除?

肠道息肉

临床根据形态划分6类,恶性风险各有不同:

0-I p(有蒂型)、0-II a(浅隆起型)、0-II b(平坦型):恶性风险较低;0-I s(广基型)、0-II c(浅凹陷型):恶性风险较高;其中6-10mm浅凹陷息肉癌变风险超40%,大于20mm者风险约90%;0-III(溃疡性/凹陷型):几乎均为高级别癌变病变。

胃息肉

良性以胃底腺息肉、炎性纤维息肉、异位胰腺为主;中性包含增生性息肉、腺瘤、1型/2型神经内分泌肿瘤,癌变风险偏高;恶性以3型神经内分泌肿瘤、早期胃癌为主,转移风险高。

胆囊息肉

出现以下三种情况,需及时就诊:息肉直径>1厘米、单发、宽基底、持续增大、肿瘤标志物升高等,高度怀疑恶变;伴随右上腹胀痛、恶心、腹泻等明显不适症状;合并胆囊结石、胆囊炎等疾病。 柯朴

重视早期筛查 守护美好记忆

国情教育系列活动走进北仲社区,教30余位居民学“护脑”

日前,《重视早期筛查 守护美好记忆——关于阿尔茨海默病》国情教育系列活动走进青岛市市北区北仲社区。青岛市中医医院(海慈医院)神经内一科副主任医师官杰现场为社区居民作健康科普讲座,现场30余位社区居民参加。

2在家画个“圆”,抓住早筛窗口期

官杰说,阿尔茨海默病的病理改变可能在出现临床症状前10至20年就已发生。抓住这段“沉默期”,关键在于早筛查、早干预。她建议65岁以上人群和有高血压、高血脂、脑血管病史者,以及有家族史者定期接受认知筛查。

官杰教给大家一个在家就能做的“画钟测试”:10分钟内独立画出一个钟表,标出任意指定时间,画闭合的圆、数字位置、12个数字的顺序、指针长短,四个环节各1分,

任一步骤出错都提示存在认知功能障碍,应尽早到医院进一步检查。

预防方面,官杰建议,要避开危险因素是肥胖、吸烟、睡眠障碍、糖尿病、高血压、脑血管疾病、抑郁和精神紧张;要养成的保护因素是体育锻炼、控制体重、适量补充维生素C和健康的生活方式。她特别提醒,65岁以上老人不宜太瘦,体重指数过低同样是危险因素,每晚睡5至9小时较为相宜,出现睡眠障碍要及时就医。

3早诊早治,把照护功课提前做

“真怀疑自己或家里人得了这个病,该怎么办?”面对居民的疑问,官杰给出四个字:早诊早治。医院通常设有记忆门诊,神经内科、老年科、精神科也可就诊,医生会通过量表测评、CT或磁共振影像、血液和脑脊液生物标志物等检查综合判断。坚持服药、锻炼身体、保持心情愉悦,是开启美好记

忆之门的三把金钥匙。

此次讲座是青岛市人口老龄化国情教育“六进”活动内容之一。下一步,活动将通过线上课程、线下课堂等形式,陆续走进机关、党校、学校、社区、企业和为老服务机构,把人口老龄化国情、民生政策与健康知识送到居民身边。

记者 王镜



1当心,“记忆小偷”

讲座一开始,官杰提到电视剧《都挺好》里的苏大强:记忆一点点消失,性格越来越固执,闹出一连串让儿女哭笑不得又无可奈何的事。“很多家庭把这当成‘人老了就这样’,其实这是病,叫阿尔茨海默病。”

官杰介绍,阿尔茨海默病是一种隐匿起病、以认知功能进行性恶化为特征的神经变性疾病,临床上表现为“ABC”三大核心症状——日常生活能力受损、精神行为改变、认知功能恶化。“记忆减退最容易被发现,但淡漠、多疑、焦虑这些精神行为变化,往往更需要家人留心。”