

一年之计在于春,春天可以说是一年中非常重要的季节,对于养生也是如此。春天不要平和,春季一定要让心情欣然、愉悦,秋天才要讲求平和。少发脾气,多微笑。尽量保持精神愉快,尤其要避免怒气。

切莫忽视青光眼的早期信号



本报讯(记者 夏咸芳)走路经常莫名撞人撞物,开车无事故发生刮擦,看电视总觉色彩不清晰,下楼梯总觉得要摔倒,难以下脚……这些都是眼睛发出的危险信号,它在警示你,青光眼已悄悄潜伏到你生活之中。

医院每年都会接诊到为数不少的青光眼患者,这些患者中的很大一部分都是慢性型,咸宁爱尔眼科吴作红院长感慨:“太多的患者都发现得太晚了,真可惜。”

他表示,青光眼通常是因为眼压升高、视神经损伤和视野缺损等原因造成的不可逆性致盲眼病。长时间的眼压高会损害部分或全部

视神经,患者的视力就会逐渐减退或失明。目前,青光眼病属于全球首位不可逆的致盲眼病,通常被称作“盗取视力的小偷”或被称作“沉默的致盲性眼病”。一旦没有及时发现并治疗,丧失的视功能很难挽回,而治疗难度与费用,也会成倍增加。

吴作红院长提醒,有些青光眼患者手术成功了,眼压也降下去了,不少人就觉得治愈了,掉以轻心,觉得没必要再花精力复查了。这样过了几年,眼睛又不对劲了,再来医院复查,结果病情比以前严重。青光眼手术成功并不代表终身性的完全治愈,所以患者一定要谨遵医

嘱,定时去医院复查。

还没有来得及进行眼健康检查及青光眼排查的重点对象是600度以上的高度近视、家庭有青光眼病史、高血压、糖尿病、40岁以上的这5类人群,以及已经经过青光眼治疗的患者。早发现、早治疗是控制青光眼的最好方法。吴院长建议,将青光眼检查作为常规的眼科检查项目。大多数人在35岁左右就应该进行一次全面的青光眼检查,40岁时再进行一次检查,40岁以后每隔2—3年检查一次,60岁以后每隔1—2年检查一次。

据悉,爱尔眼科医院一直致力于青光眼的筛查与早期诊断,今年的3月8日—3月15日,为“世界青光眼周”。我国各地爱尔眼科医院会开展“青光眼大讲堂”和义诊活动,资深专家面对面地为你进行检查,三十分钟的检查时间,挽救的可能是你三十年的光明!

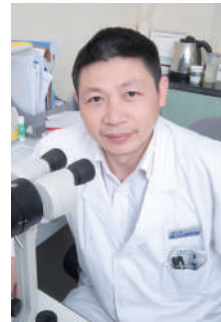
相关链接:认清青光眼症状,及早就医

1.婴幼儿如有怕光、流泪、眼睑痉挛、角膜混浊不清、易激动哭闹、饮食差或呕吐等症状之一,应及时排查是否有婴幼儿性青光眼。

2.如有剧烈眼胀、头痛、视力锐减、结膜充血、恶心、呕吐、大便秘结、血压升高等症状,应排查是否有急性闭角型青光眼,如得不到及时诊治,可导致失明。

3.如有经常感觉眼睛疲劳不适,眼睛常常酸胀,但休息之后就会有所缓解,视物模糊、近视眼或老花眼突然加深,眼睛经常感觉干涩等症状,应排查是否有慢性闭角型青光眼。

医生简介



姓名:吴作红
职称:副主任医师、眼科学硕士
职务:咸宁爱尔眼科医院业务院长、武汉爱尔眼科医院青光眼科主任
湖北省眼科学会青光眼学组委员
资历:师从中华医学会眼科分会主任委员、首都医科大

学附属北京同仁医院副院长王宁利教授,先后在中山大学中山眼科中心和北京同仁医院眼科中心学习深造,有坚实的青光眼方面理论基础,在国内核心期刊发表眼科学术论文《非穿透小梁手术4年疗效分析》等10余篇。专业从事眼科临床工作近20年,对青光眼、白内障诊断和治疗有丰富的经验,尤其擅长疑难复杂的青光眼、白内障联合手术,以及ICL人工晶体植入术治疗高度近视。

专家门诊时间:每周五上午(具体坐诊时间以每周专家门诊表为准)



- ★市直城镇职工基本医疗保险定点机构
- ★居民基本医疗保险定点医疗机构
- ★新型农村合作医疗市县级定点医疗机构

联系电话:0715-8687222

交通指南:市内乘2路、6路、8路、K2路车到“金源小区”站下即到

地址:咸宁市长安大道31号(咸安体育中心对面)

医院简介

咸宁爱尔眼科医院(湖北科技学院附属眼科医院)是由爱尔眼科医院集团股份有限公司投资,经湖北省卫生厅和咸宁市卫生行政主管部门批准兴建的专业眼科医院,也是鄂南唯一的三级眼科医院。

医院按国际标准化模式设计布置,就医环境舒适典雅,配置了当今世界顶尖的各类眼科检查及手术治疗设备,汇聚了大批国内外眼科高、精、尖专业技术人才,全面开展近

视、远视、散光、老视、白内障、青光眼、角膜病、眼底病、眼眶病、儿童眼病、眼外伤、眼部整形美容、医学验光配镜等专业眼科医疗项目。

医院依托爱尔眼科医院集团及武汉爱尔眼科医院的科研及教学力量,牢固树立“一切以患者为中心”的思想,秉承“致力于眼健康事业,提升人类视觉健康”的经营理念,追求社会责任和自身发展的和谐统一,为广大民

众提供全面、经济、高质量的专业眼科医疗服务。

医院在眼科学领域与国际接轨,注重吸收国内外先进的管理模式,采用全方位的信息化管理,在爱尔眼科资源共享下实行连锁化管理和规范化经营,为患者提供国际一流水准的眼科医技诊疗服务。我们的目标:使所有的人,无论贫富贵贱,都能够享受到眼健康的权利!

三月春风惹人醉 党的关怀暖人心

咸安189名基层干部享受免费健康体检



本报讯(记者夏咸芳 通讯员黄安家)“感谢党的好政策,这是我58年来第一次参加体检,组织上为我们的体检买单,让我们工作更安心、生活更放心。”咸安汀泗家村村支书龙国庆说。近日,咸安189名在职乡镇办、村、社区党组织书记在咸宁市第一人民医院接受了免费健康体检,这是市委、区委为他们准备的一份健康“礼包”。

各乡镇办、村、社区党组织书记是基层党组织的领头雁、带头人。目前,全区共有189名乡镇办、村、社区党组织书记在基层一

线辛勤工作。组织他们进行健康体检,是市委、区委坚持以人为本,关心关爱基层党组织书记的重要举措。体检工作于3月16日正式启动到3月20日结束。检查包括血糖、血常规、血脂、肝功能等多个项目。

为保证本次体检工作有序完成,咸宁市第一人民医院专门成立党组书记体检工作领导小组,由院长涂平挂帅,担任小组组长。医院从体检的套餐标准、工作流程以及时间安排等工作方案的细节进行了部署。并明确一套专门班子负责健康检查、

健康知识咨询、健康问题解答,确保各乡镇办、村、社区党组织书记能够快速、顺利进行体检,真正把市委、区委对基层干部的关心落实到位。体检结束后,咸宁市第一人民医院还将为参加体检的党组织书记们建立电子化健康档案,并作出体检结论或健康评估,制定相关复健意见、健康指导、诊疗计划等。

面对政府送来的健康“礼包”,各党组织书记们纷纷表示,一定以实际行动回报党和政府对农村基层干部的重视和关爱。

慢性肺气肿 不可忽视的春季易发病

专家建议:不抽烟少饮酒

春天是一个鸟语花香、生机勃勃的季节,在这样美好的季节,对于市民汪先生来说,却是痛苦的季节。今年40岁的汪先生比同龄人更显苍老,患有慢性阻塞性肺气肿的他开春来一直反复发作。俗话说“百草出芽,百病发作”。大家都知道,春季易患流行感冒、皮肤过敏等常见病,但是很多人都忽视了春季也是慢性肺气肿的高发季节。

春季易发病不容忽视

咸安区中医医院内科副主任医师余俊辉介绍,慢性阻塞性肺气肿,是一种继发于慢性支气管炎、支气管扩张和肺间质纤维化后,以慢性支气管炎最为严重的易发病。患者患病初期在上楼或快速走路时感到气急,发展成

慢步走路时亦有气急,更严重的时候在休息时也会气急。同时患者的抵抗力很差,气候变化时极容易感冒。

“通常来看,冬日里患者怕感冒引发肺气肿,所以会格外的注意保暖。”余俊辉说,但春季在四季中气候变化最大。由于早晚温差较大,各种病菌容易繁殖,对一些身体瘦弱、上呼吸道抗病能力低的中老年肺气肿患者来说,虽然气温回升,但体内的湿气和寒气依然很重,在某些诱因下更容易引发肺气肿。

中医疗效效果显著

近日,记者从咸安区中医医院了解到,该院采用中西医结合的办法,以中药为主,活血化瘀,健脾利湿,辨证实施,标本兼治,再伴以

西医增加机体免疫力,口服中药汤剂结合穴位注射的疗法达到治疗的目的。大大缩短疗程,降低发病次数。

该院神经内科经过长期的临床观察和总结,严格掌握适应症,坚持个体化用药,已经成功治疗多名慢性肺气肿的病人,显著提高了患者的生活质量,获得了患者及其家属的一致好评。

如何预防专家支招

“肺气肿的防治首先要避免各种加重本病的因素,如吸烟和其他气道刺激等。其次,要控制呼吸道感染,根据病情或细菌培养药敏试验选用有效的抗生素,消除气管炎症对控制肺气肿发展和防止肺功能的减退均有重要作用。”余俊辉主任建议,患者平时除了可

以作腹式呼吸对呼吸肌功能进行锻炼,还以增加膈运动幅度,提高耐力。如:医疗体育、太极拳等。同时,防治原发病如慢性支气管炎是预防肺气肿的重要措施。

他提醒,长期吸烟饮酒、生活在有机或无机的粉尘的环境都是引起“肺气肿”发作的最主要危险因素。建议广大患者,积极控制危险因素,降低肺气肿风险,如果出现上楼及快速走路时感到气急等不适,提示可能得了“肺气肿”,应该尽早治疗,不要等到病情严重时才去医治。

“除了积极预防、及时治疗,后期的康复也是医治的关键。”余俊辉主任介绍,咸安区中医医院结合中医、西医治疗的同时加强早期康复治疗,现设有康复理疗室,引进康复专业医师,促进患者身体康复。(叶子 陈洁)