

咸安区中医医院医生告诫:

经常困倦乏力 需警惕尿毒症

● 记者 夏成芳

家住横沟的小刘,近期经常出现困倦乏力症状,到医院一查,结果却是患上了尿毒症。对此,咸安区中医医院血透中心护士长姚芳称,很多肾脏病早期是没有任何症状的,往往到末期才会有症状。困倦、乏力、胃口差、轻微恶心都是尿毒症最早最容易被忽略的症状之一,此时,患者需及时到医院进行血液透析,否则病情恶化可能会危及生命。

■ 什么是尿毒症

姚芳介绍,尿毒症为慢性肾衰竭的终末期表现,为各种慢性肾脏病持续进展的共同结局。它是以代谢产物潴留,水、电解质以及酸碱代谢失衡和全身各系统症状为表现的一种临床综合征。

由于患者肾脏功能减退或丧失,无法将体内代谢产生的废物、水分排出体外,所以就必须要靠血液透析来将尿中毒素、水分排出体外,以减轻症状,提高生活质量。一般每周做血液透析2至3次,每次4至6小时。如能坚持合理透析,不少患者能过较正常的生活,有的存活20年以上。

■ 这些症状需尽快检查

姚芳提醒,当患者出现下列临床表现时,需警惕尿毒症尽快前往医院检查。

最早最容易被忽略的症状为困倦、乏力、胃口差、轻微恶心、呕吐、贫血、高血压。这是80%的尿毒症患

者的早期表现,往往没有得到足够重视,或被当作消化疾病诊治。姚芳称,一旦出现腹部闷胀、重度恶心、呕吐,尿毒症就已较重了。

其次是浮肿。早期仅表现为踝部及眼睑浮肿,逐渐发展则呈持续性或全身性浮肿。此外,部分患者随病程进展尿量会逐渐减少,还有部分患者表现为夜尿增多,尿量虽然不能完全反映肾脏功能好坏。但一旦明显减少时,则应引起高度重视。

■ 透析患者注意事项

姚芳提醒,透析患者需控制水分的摄入量,测量每日排尿量及测量体重。其中,透析患者每日水分摄取为每日尿量+500毫升水分。两次透析期间体重以不超过2~3公斤为原则。

血液透析前数周,患者要预先做好动静脉内瘘,位置一般在 forearm,以便于在长期间歇做血液透析时,用针头穿刺做成血流通道。平时内瘘侧肢体勿提重、勿穿太紧衣服或包扎过紧、睡觉时勿枕在头下。局部保持清



洁,预防感染;平时用手触摸或听诊器检查是否通畅,应有明显的沙沙声、流水声或振动感,若发现静止无声,须立即到医院进行处理。

此外,在日常生活中,透析患者应养成良好的卫生习惯。做好饮食控制,适当限盐、限水,避免高钾、高磷食物摄入。按时测量血压并进行记录。配合药物和其它支持治疗,控制血压增长,保持色素在正常或接近正常水平。观察大小便颜色、皮肤上有没有出现出血点、瘀斑等。定时接受透析治疗,遵照医师指示服用

药物,不可随意中止,以免加重病情。若有任何紧急情况及不舒服发生,应立即与透析中心联系。

据悉,目前,咸安区中医医院血液透析中心主要开展了结肠透析、腹膜透析、血液透析(中心静脉置管术、动静脉内瘘术)等,并邀请省内外知名专家定期前来医院查房,解决透析患者“难题”;定期的走访贫困的透析患者,帮助他们解决力所能及的事情;每年开展以多样的形式开展肾友活动,为肾友们提供沟通交流的平台。有需求的患者不妨前往咨询就诊。

又到开学季 学生配镜忙

咸宁爱尔眼科医院推出教师节优惠配镜活动

● 记者 夏成芳

开学了,随着“小神兽们”返校,我市各大医院眼科和相关眼镜店也迎来选配眼镜的高峰期。如何正确选择角膜塑形镜和框架眼镜,也成为家长和学生们关注问题。本期,记者就此走访了咸宁爱尔眼科医院近视防控专家郭立焯。

暑期结束 近视防控很重要

“短短一个暑假,近视加深了100多度。”8月30日,带女儿在咸宁爱尔眼科医院检查视力并配镜的王女士感慨道,上半年由于疫情,孩子不能到校上课,而自己自4月份开始就忙着上班,孩子独自一人在家,除了做作业外,经常玩手机、打游戏,结果导致视力急剧下降。眼看开学了,赶紧带着孩子来院配镜。

“平常我们每天接诊10多名病人,暑假期间,接诊数量成倍增长,且年龄越来越低龄化。”郭立焯称,少年儿童近视后,近视的度数会逐年增加,如果不及时做好近视防控和矫正,很快会发展为高度近视。他表示,孩子3岁至6岁是视力黄金发育期。这段时间里,孩子无论是否有视力问题,家长都应带孩子做视力筛查。孩子从7岁开始,应定期进行近视检测,以预防和控制近视的发生。

正确配镜 需进行散瞳验光

“青少年配眼镜,首先要在权威的

眼视光医疗机构进行眼部检查排除影响视力的眼部疾病,再进行医学验光。确定了准确的度数以后,如何才能为儿童选择一副合适的眼睛。”郭立焯指出,孩子配镜时,首次检查必须进行散瞳验光。很多家长因为嫌麻烦,或者担心散瞳验光会对眼睛有害,便不带孩子去散瞳验光,只在眼镜店做电脑验光,这是不正确的。因为,只有散瞳验光才能确定孩子是真实性近视还是假性近视,从而确定治疗方案。

他表示,针对散瞳后出现瞳孔散大的情况,家长无需惊慌,过一段时间就会恢复,并不会造成伤害。此后,如果孩子每年的视力变化在25至50度,属于正常现象,不需要散瞳验光。建议每三个月带孩子查一次视力,及时发现问题。

OK塑形镜 受家长幼儿青睐

采访中,记者发现,除了配常规的镜架眼镜外,角膜塑形镜越来越受到家长及孩子的青睐。

“OK塑形镜能控制近视度数加深,孩子只需晚上戴,早上取下视力



有明显改善,白天学习、嬉闹,一整天都不再需要戴任何眼镜。”

郭立焯表示,400度的塑形镜晚上戴6-9个小时,白天的视力可恢复到1.0。其治疗原理是促进角膜中央扁平化,合理恢复角膜的形状,降低角膜屈光度,适合8岁以上近视患者选择。

郭立焯称,戴角膜塑形镜不会让角膜变薄,也不会影响成年后做近视手术,是国家三类医疗器械,验配是严肃的医疗行为,需要主治医师以上级别的眼科医师进行验配。如果不是专业验配,有可能引发眼角膜感染、眼角膜盲等病情。到验配机构买角膜塑形镜时,一定要看清楚是否有医疗机构许可证,是否有药监局发的OK镜许可证以及主治医师的医师资格证。

此外,不是所有人都可以戴塑形

镜,它对适配人群是有要求的,需排除禁忌症,且屈光度、综合参数、角膜曲率值、年龄、眼部健康状况、孩子的依从性、卫生习惯等均需符合要求。

◆ 温馨提示:

随着教师节临近,咸宁爱尔眼科医院特推出感恩教师节配镜优惠活动。9月1日-9月30日,所有教师及教师直系亲属凭教师资格证可享受:病例、挂号、视力检测、电脑验光、眼压五大检查项目免费;配框架眼镜可享受7折优惠;老角膜塑形镜客户换镜可赠送价值315元护理液一套;配角膜塑形镜立减500-800元(单眼优惠);购买太阳镜可享受6折优惠。以上优惠需要提前预约。预约电话:0715-8687222,18671551357。