

高考完迎来“摘镜潮”

专家:近视手术并非人人可做

随着高考结束、暑期到来,各大眼科医院、眼科门诊的近视手术量陡然增长,迎来了一年一度的高考后“摘镜潮”。

专家指出:近视手术并非人人可做,也并非随时可做。学生们一定要到专业眼科医疗机构提前咨询预约,预留充足时间准备,不要因视力受限,错过当兵、上军校或其他专业选择的机会。



1 高考完做近视手术

18岁的小柔是一名高考毕业生,高考结束后,便来到医院进行近视手术术前检查。小柔说,自己很早之前就做了攻略,想报考艺术学校。做近视手术摘掉眼镜,一是想改变一下自己的形象,二是为了让自己看起来更自信。此次来做近视手术,就是为了改变形象做准备。

经过20多项严密检查,小柔的双眼情况符合近视手术指征,根据她右眼700度、散光25度,左眼650度、散光75度以及角膜厚度等各项检查情况,医生为小柔“量眼定制”晶体植入近视手术。

专家提醒,广大考生要注意提前做准备,一方面是为近视手术预留充足的恢复时间,另一方面,近视手术必须进行详细完整的术前检查,需要排除手术禁忌症,看是否适合近视手术、适合何种手术方式,这样才能真正为实现职业梦想助力。

2 近视度数不稳定不可做

统计数据显示,当前我国儿童青少年近视总体发生率为53.6%。其中高中生发生率为81.0%,这意味着超过8成的高考毕业生会因近视报考受限。警校、民航飞行员、空乘、指挥、装甲、测绘、雷达、水面舰艇、潜艇等专业均对视力有明确要求。

同样是高考毕业生,小磊就没那么幸运。18岁的小磊准

备报考军警,高考完第一件事就是去医院“摘镜”。医生检查后发现,小磊近视有500度,当医生问起小磊目前的眼镜佩戴多久时,小磊告知医生,他这副眼镜是今年才验配的,近两年已更换了两副眼镜。

得知小磊眼部情况后,医生表示,一般来说,随着身体发育停止,成年人的近视度数也会趋于稳定,但小磊的近视度

数却呈增长趋势,这样的话,术后很有可能又出现新的近视,手术效果难以长期维持。

近视手术要求患者近视度数两年内相对稳定(每年变化在50度以内),否则不允许手术。小磊这种异常情况,除了暂缓近视手术外,还应做进一步眼科检查,查明近视度数快速增长的原因,及时采取针对性治疗,避免耽误病情。

3 提前做好手术规划

术前的全面检查和手术过程同等重要。近视手术并非随时可做。开展术前检查前,需提前做好“停镜”等系列准备。

如软性球镜停戴1周以上,软性散光镜及硬镜停戴3

周以上,角膜塑形镜停戴3个月以上。

更重要的是,近视手术也并非人人适合做,手术有着严格的禁忌症,包括屈光度数不稳定、圆锥角膜、青光眼、视网

膜疾病、虹膜囊肿等,患有影响角膜伤口愈合的疾病,如瘢痕体质、糖尿病、红斑狼疮等结缔组织疾病等,均不适合做近视手术。

周进

运动过猛 肌肉“溶解”

入夏以来,此类病例明显增多

武汉一名16岁的女孩,骑1小时动感单车后,全身酸痛。家人及时把她送到医院,被诊断为横纹肌溶解。一名20岁的小伙子空腹打球3小时后,手脚抽搐,被紧急送医,医生诊断为横纹肌溶解。医生表示:入夏以来,因运动过猛导致横纹肌溶解的病例明显增多。

猛骑动感单车1小时 女孩走不了路了

武汉16岁的高一女生小琳,想健身减肥,她在健身房猛骑了1个多小时动感单车后,全身肌肉剧烈酸痛,连路都走不了。

小琳被医生诊断为运动过猛导致横纹肌溶解,肌酸激酶高达2万多,是正常的100多倍,被收治到肾内科住院治疗。经过补液、护肾、护肝、碱化尿液等一系列对症治疗后,她的情况有所好转。

空腹打球3小时 小伙浑身酸疼手脚抽搐

近日,武汉20岁的小伙王友在室外打篮球,空腹打了近3小时后,出现头晕、腰疼、浑身肌肉酸疼的情况,还大量出冷汗,手脚抽搐。

王友被确诊横纹肌溶解,接诊的医生介绍,血液检查结果显示,王友的血清肌红蛋白、血清肌酸激酶都超标了,肝功能受损。王友因及时就医,尚未出现严重的肾功能损伤。

医生介绍,入夏以来,因剧烈运动导致横纹肌溶解甚至急性肾损伤的病例明显增加。

为何横纹肌会“溶解”

横纹肌溶解,指的是由直接或间接肌肉损伤引起的严重综合征。

横纹肌由多核而成束状排列的横纹肌纤维组成,它是构成每块骨骼肌的主要成分。正常情况下,横纹肌细胞每天勤勤恳恳地工作,但当横纹肌细胞遭遇了过大的压力(例如过量运动),或者人体受到外伤(例如肌肉挤压伤)、高温、酗酒、感染、服用某些药物等影响时,就可能会溶解破裂,里面的成分(如肌红蛋白、肌酸激酶、小分子物质等)就会大量释放到血液中。

其中的肌红蛋白跟随血液循环来到肾脏,跑到肾小管里就不动了。如果横纹肌溶解的情况严重,这种蛋白越积越多,就会使肾小管阻塞,造成急性肾损伤。

横纹肌溶解常见的症状:肌肉疼痛、压痛、肿胀及无力;尿液可呈浓茶色或酱油色;发热、全身乏力;腹痛、发烧、呕吐等。

运动后出现的横纹肌溶解症,多见于平时不经常锻炼而突然剧烈运动的人。



运动不当可致病 平时要注意这些

医生提醒,在剧烈运动后突发健康问题的案例,并不少见。除了运动过量外,高温、疲劳、空腹运动,也是危险因素。

此前,医院还曾接诊过打乒乓球后突发急性脑梗死的患者、夏季长跑后突发心梗的患者、陡然剧烈运动后突发主动脉夹层的患者。

剧烈运动会导致身体耗氧量增加,心跳加快,容易出现心脑血管供血不足;剧烈运动还会令人体大量出汗,出现脱水、电解质丢失等问题,这些都会留下健康隐患,诱发潜在疾病。

运动不要搞“突击” 运动应量力而行,循序渐进,不能陡然加大运动量。

补充足够的水分和电解质 可以通过运动饮料来补充,避免身体出现严重的脱水、低钾血症等情况。锻炼时不要空腹,也不要吃完饭后立即运动。

避免高温下高强度运动 天气炎热、潮湿时,不要运动时间过长或运动强度太大。

身体发出抗议信号别大意 如果出现肌肉疼痛、肌无力,并伴有尿液颜色明显变深,甚至出现“酱油色尿”等症状,别大意,一定要马上去医院。

据《武汉晚报》

五种因素影响核酸采样效果

根据国家卫生健康委发布的口咽拭子采集方法,在采集咽拭子的过程中,被采集者需要头部微仰,嘴要略微张大,露出两侧的咽扁桃体,采样者需要在两侧的咽扁桃体和咽后壁进行采样。

人体的口咽属于柔软的组织,在采集过程中既要保持有力度进行一些擦拭、刮拭,

同时,还要避免对咽后壁产生损伤。要尽量避免采集拭子触及脸颊以及嘴唇。从现在的采样结果看,各机构采样操作还是科学规范的。

具体而言,影响咽拭子采样的因素主要有以下五个方面:

一是咽拭子采集的深度;
二是与黏膜接触的时间;

三是取样的力度;
四是采样者和被采样者之间的身高差距;

五是被采集者在采集过程中配合程度。

专家提醒市民,在参加核酸检测时要积极支持配合采样人员,按照其现场要求,规范做好采样的配合动作,确保采样效果。

宗合