

酸痛、红肿、流泪、视物模糊……

如何应对新冠导致的眼部不适

近期,有网友表示,他在感染新冠病毒后,出现了眼部酸痛、红肿、流泪甚至视物模糊等症状。

此前,《自然·通讯》刊登的最新研究成果就已经显示,新冠病毒可导致眼部不适和视网膜炎症。另外,《柳叶刀》发布的大型前瞻性观察研究也显示,即使接种过疫苗,也会有24.8%—27.7%的新冠感染者会出现眼睛酸痛的症状。

1 通过两个途径引起眼部不适

“新冠病毒感染是一个全身性疾病,而不仅仅是呼吸系统疾病。众所周知,气溶胶传播是新冠病毒传播的途径,人们暴露在新冠病毒气溶胶环境中,可能会通过两个途径导致眼部感染,引起眼睛干涩、红肿、疼痛甚至视物模糊等症状。”近日,北京协和医院眼科主任、教授陈有信在接受《科技日报》记者采访时说。

陈有信说,一方面,新冠病毒可以通过眼睛表面的结膜甚至角膜等黏膜组织直接感染眼组织;另一方面,新冠病毒进入人体后,部分人群会发生病毒血症,并

通过血液循环将病毒传播到全身各个组织,如视神经。

陈有信介绍,目前,感染新冠病毒奥密克戎毒株后,出现眼部感染症状的比例不算太高,且眼部感染后比较常见的也是结膜炎症状,主要表现为眼睛干涩、酸痛、红肿、流泪等。

然而,也有极少一部分人会发生急性黄斑视网膜病变,医生在进行眼底检查时,会发现患者眼睛的黄斑区,尤其是外层视网膜和椭圆体带等处有受损的情况。这些区域受损,会造成人们视力模糊。另



外,新冠病毒侵犯视神经后,还会导致视神经病变,表现为视力受损。

“遇到眼底病变的患者,医生一般会在患者病毒检测转阴后,再采用激素治疗,同时辅以局部的神经营养支持、抗氧化保护药物治疗。”陈有信说。

2 眼表炎症可以用眼药水缓解

“如果只是出现结膜等眼表组织的干涩或其他结膜炎症状,用一些润眼药水如玻璃酸钠、人工泪液等滴眼就可以,也可以用一些抗病毒眼药水,如更昔洛韦滴眼液,以及非甾体类的消炎药

水等,都可以缓解症状。”陈有信说,眼表的不适,一般不会导致视力下降,但如果出现了急性黄斑视网膜病变等,严重时,就可能会导致视力受损,需要高度警惕,积极防范。

3 出现视物模糊需及时就诊

陈有信介绍,到目前为止,还没有专门针对新冠病毒眼部感染的药物可以预防新冠感染后带来的眼部不适,最重要的是平时加强自身防护。“比如,出门戴好口罩、做好手部卫生、保持社交距离,这些都是很重要的手段。另外,医

护人员或普通人群去医院等场所时,也可以戴面罩和防护眼镜。”

陈有信说,从现有的临床病例来看,大部分视神经轻度受损的患者都能得到较好恢复。新冠感染或症状发作后的15天—2个月,最易发生眼部感染。如果此

时出现视物模糊、眼睛疼痛等症状,就应该注意起来,及时就诊。

“不过,这波新冠病毒感染后导致眼部不适的比例比较低。大部分感染者预后还是较好的,因此公众不必过度恐慌。”陈有信说。 据海报新闻

肺炎严重时,“卧倒、趴下”可以救命

“卧倒、趴下!”这是战争题材的电影中,战士在危险时刻经常说的台词。但很多人不知道,在现实生活中,发生严重肺炎时,卧倒、趴下,同样可以救命。

武汉市第一医院重症医学科的医护人员在病人血氧较低的情况下,就会为一个俯卧位插管的病人进行俯卧位通气。别小看这一翻身。换个姿势,就可以显著改善患者肺部血氧饱和度,并有降低病死率的作用。这一方式已经在医院重症医学科得到

了广泛应用。在武汉市第一医院重症医学科内,许多患者都采用了这种俯卧位,即趴在病床上。

武汉市第一医院重症医学科副主任医师胡述立说,人的肺脏是由很多肺泡组成的,肺泡是负责气体交换的,而新冠病毒正是通过损伤这些肺泡来影响气体交换的。

俯卧位可以改善患者的通气功能,增加气体交换的能力,以达到改善患者的血氧水平,为患者的治疗成功率提供帮助。这种通过趴着改善呼吸质量的手

段,帮助到的并不仅仅是重症患者。国家卫健委发布的《新型冠状病毒肺炎诊疗方案(试行第9版)》也强调:具有重症高危因素、病情进展较快的普通型、重型和危重型患者,应当给予规范的俯卧位治疗。

俯卧位通气治疗并不要求持续24小时都要做,它的要求是每天要达到12小时—16小时,对于一般的患者而言,如果每天达到12小时以上,效果就会比较好。

据北青网

健康

微观点

大哭一场可以减压

比起强忍眼泪,大哭一场更让人解压。原因有以下几点——

1.大哭之后,副交感神经会被激活,帮助稳定情绪;2.眼泪能释放肾上腺皮质激素,使体内皮质醇水平降低,同时降低压力激素,还有助于燃脂;3.大哭能排出锰,锰是左右情绪的关键物质。眼泪中的锰浓度是血清的30倍,通过大哭排出锰,有助于稳定情绪。

——健康时报

冬天常吃红豆好处多

冬天吃豆,赛过吃肉。寒冷的冬天,常吃红豆能为健康带来多种好处——

1.缓解便秘 红豆富含膳食纤维和抗性淀粉,能增加肠道蠕动,帮助清肠通便;2.有助护心 研究发现,红豆中的三萜皂苷、花青素能保护心脑血管;3.有助控糖 跟其他季节相比,人在冬季血糖水平较高,而红豆中的淀粉以直链淀粉为主,使血糖升高的速度慢;4.有助抗寒 红豆富含维生素B1,这种营养素在碳水化合物、脂肪和蛋白质代谢中都有重要作用,能增加身体的御寒能力。

——生命时报

感染新冠是否要用抗生素

新冠转阴后仍然咳嗽不止,有不少网友发帖咨询:我需不需要吃点抗生素?对此,有观点称,“新冠是病毒感染,不应该用抗生素”。

然而,北京协和医院呼吸与危重症医学科副主任徐凯峰教授表示,如果出现以下5种情况,就应该使用抗生素了——

1.发热时间长,如5天或以上;2.咳出较多的黄脓痰、脓涕等;3.验血时,白细胞及中性粒细胞比例高,而新冠等病毒感染白细胞通常不高或偏低;4.在进行其他检查,例如做胸部CT时,提示有细菌感染的可能;5.痰细菌培养呈阳性时。

——健康时报



沧州市

文明

办提醒您:

讲好“五句话”

您好、请、谢谢、对不起、没关系

做好“十个不”

- 不浪费粮食
- 不乱扔垃圾
- 不随地吐痰
- 不车窗抛物
- 不随意插队
- 不乱停乱放
- 不逆行
- 不闯红灯
- 不私搭乱建
- 不占道经营

沧州市文明办 宣

公益广告