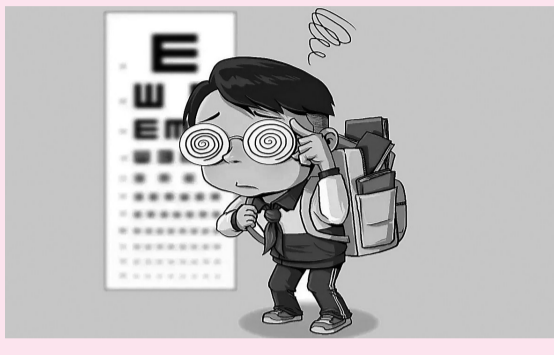


# 300元和3000元的眼镜有啥区别

## “投资”重点应是镜片,昂贵镜架可能名不副实

当我们走进眼镜店时,往往会发现不同眼镜的价格相差悬殊,从几百元到几千元甚至上万元不等。

有网友疑惑:300元和3000元的眼镜,究竟有何区别?有必要选一副高价眼镜吗?



### 1 越贵的眼镜就越好吗

越贵的眼镜就越好吗?清华大学附属北京清华长庚医院眼科主任医师林思勇表示,这个问题不能一概而论,总体来说,300元和3000元的眼镜有较大区别。一副眼镜的主要组成部分是镜片和镜架,价格通常受到材质、品牌、设计、功能等多因素影响。

**镜架** 在镜架的选择上,建议消费者不宜投入过多预算。选择佩戴舒适、轻重适宜、正规生产的普通镜架即可,一些宣称能够带来更好佩戴体验感的昂贵镜架

可能名不副实。

**镜片** 林思勇建议,消费者的主要预算应放在镜片上。高级的镜片往往具有精密的光学设计,部分还添加了加硬、增透、抗污的功能,其背后含有一定的技术质量和研发成本,确实能够提升视觉效果和佩戴安全性。

眼镜并非越贵越好。

对于普通的中低度近视(400度以下)的人群来说,选用国产、正规品牌生产的镜片就能保证佩戴的清晰度和舒适度;

高度近视(高于600度)、较大度数散光、双眼屈光参差、双眼视功能异常的患者以及儿童/青少年群体需要谨慎挑选,建议在医生指导下选择相应的功能性镜片。

功能性镜片的价格可能较高,但能在一定程度上延缓、控制近视发展,提供更好的视觉质量。

大家应理性消费,不要盲目追求品牌和价格,而要重点关注眼镜的质量、舒适度和耐用性等方面。

### 2 有些镜片的功能其实没有科学依据

事实上,很多功能并没有特别的科学依据,只是商家为了赚钱而想出的营销卖点。

**营销卖点1:防蓝光** 首都医科大学附属北京同仁医院医学视光中心副主任宋红欣表示,“防蓝光镜片可以保护眼睛”的说法并没有充足的临床科学依据。

澳大利亚墨尔本大学、莫纳什大学和英国伦敦城市大学联合发表在《考科蓝系统综述数据库》上的研究指出,防蓝光镜片在防止眼睛疲劳、改善使用电脑后的睡眠质量方面没有作用。

早期的研究也没有提供充足证据证明防蓝光镜片可以防止视网膜损伤。

“蓝光是指波长处于400纳米—500纳米之间、具有相对高能量的光线。太阳光是自然界最大的蓝光来源。”宋红欣表示,上述研究指出,人的眼睛从电脑屏幕等人造光源接收到的蓝光量完全在安全水平之内,普通人并不需要特别配防蓝光眼镜。

市面上的防蓝光产品质量参差不齐,选择不当还可能伤眼,比如颜色比较深的镜片反而会加剧视觉疲劳、引起眼部酸痛等。

**营销卖点2:抗疲劳** “眼疲劳是因用眼过多。长时间、近距离看手机,眨眼次数往往会减少,造成眼睛干涩难受。”宋红欣说,再高科技的镜片也做不到“督

促”人眨眼。

不过,部分镜片的附加功能有一定科学依据。

例如,树脂镜片较软,更易出现划痕,影响清晰度,因此树脂镜片表面通常会镀上加硬膜,提升镜片耐磨性,延长使用寿命;再比如,在镜片表面镀一层金属氧化物形成的增透膜,可以减少或消除镜片表面的反射光,增加透光率,使视野更清晰明亮;还有,由于增透膜的结构有细小的微孔,容易滞留灰尘和油污,时间长了会严重降低透光性能,因此,部分镜片在增透膜上还镀有一层抗污膜,能使油、水、灰尘等不易附着在镜片表面,有效解决污渍问题。

### 3 配镜时,这3件事很关键

配一副眼镜最重要的是以下三件事——

**准确验光** 不论是300元还是3000元的眼镜,配镜的基础都是科学准确的医学验光。

林思勇强调,特别是15岁以下的儿童或青少年,应当严格按照要求,在有资质的医疗机构进行散瞳验光。因为长时间写作业、看书、注视电子设备等行为导致眼睛过度疲劳,所以不少青少年会出现“假性近视”,如果仅通过所谓“电脑验

光”,就会产生很大误差。

**镜片调校** 宋红欣提醒,根据国家标准,镜片度数的正负差距不能超过10度,如果镜片质量不合格,度数差距过大,就会影响视力。

配镜时,还需要准确测量瞳距(两个瞳孔间的距离),若所配镜片瞳距不合适,会造成视疲劳等眼部不适。

此外,镜片的折射率也是重要指标,同样度数的镜片,折射率越高的就越薄。度数较高的近视人群,可选择稍小的镜

架和折射率高的镜片,舒适性更好。

**试戴20分钟** 在医学验光获得配镜处方后,大家一定要试戴20分钟以上再取下,在此期间可以模拟日常生活场景,做出上下楼梯、看书、写字等动作,以便查看眼镜佩戴是否舒适。

若出现眼睛酸涩、发胀,甚至伴有头晕、恶心、头痛等异常表现,应当及时带着配好的眼镜到医院就诊,排查病因。

据生命时报

# 脚上长个黑点 导致失去脚趾

“怎么都没想到,脚上长几个黑点竟会这么严重。”日前,复查情况良好的陈先生后悔了。自己疏忽大意,结果痛失大脚趾,这让他至今仍无法释怀。

今年3月,75岁的武汉市民陈先生发现自己右脚趾患上了灰指甲病,导致趾甲脱落,就一直自己涂抹碘伏消毒。7月,他发现右脚大脚趾原来长着趾甲的位置不慎被重物砸伤,脚上出现了一个包,一按就疼。涂药时,他发现这个大脚趾周围新长出了几个黑点。

“患者的右脚大脚趾处的黑色素瘤致使局部皮肤颜色改变。随着病情发展,肿瘤会不断侵蚀周围正常的皮肤、皮下组织以及趾骨等结构,造成组织的破坏与缺损。如果不及时手术,黑色素瘤就会持续恶化,恶性黑色素瘤细胞还可能会发生转移,通过淋巴系统向其他部位扩散,进而威胁到更多的器官和组织,如肝脏、肺脏、脑部等。”武汉市普仁医院手足显微外科主治医师杨琼表示。

该院手足显微外科团队随即为陈先生进行了皮肤恶性肿瘤切除术、截趾术、前哨淋巴结探查术和体表淋巴结摘除术。术中,他们发现陈先生的淋巴结轻微肿大,便进行了淋巴结摘除和皮肤恶性肿瘤切除,将右足大脚趾远端的4处黑色素瘤瘤体以及皮下组织进行切除,同时把右足背约0.3厘米x0.4厘米的黑色皮肤区域也进行了切除。手术中,团队不得不对陈先生的大脚趾进行了截趾术。

手足显微外科主任彭汉书提醒,大家要时刻关注身体的变化,特别是一些看似不起眼的小症状,因为它可能是严重疾病的早期信号。哪怕是皮肤或趾甲这样小部位的异常,都不能掉以轻心。在皮肤保护方面,要注意避免长时间的紫外线暴露,因为紫外线是诱发黑色素瘤的重要因素之一。在户外活动时,应做好防晒措施,比如涂抹防晒霜、穿防晒衣、戴遮阳帽等。



另外,对于脚部的护理也不能忽视,保持足部清洁、干燥,避免趾甲受伤。灰指甲这样的疾病虽然常见,但它可能会破坏局部皮肤环境,为更严重的疾病创造条件。一旦发现有灰指甲等脚部疾病,应及时治疗,防止病情恶化。同时,要树立定期体检的意识,很多疾病在早期往往没有明显的症状,通过定期体检,可以发现一些早期健康问题。

据极目新闻

# 发烧10余天,自行服药致休克

## 常见病不重视也会致命

31岁的武汉市民程女士断断续续发烧10余天,自行口服消炎药后,体温反复升高,咽喉越来越痛,甚至发生了休克。医生表示,程女士患的是化脓性扁桃体炎,虽然常见,但是严重时可致命,不可轻视。

9月底,程女士出现了发烧、咳嗽和咽喉痛的症状。根据以往的经验,她觉得自己可能是感冒了,就自行服用了常备的退热、消炎药物,但一周过去了,她

仍在间断发烧,最高体温达39摄氏度,咽喉疼痛更加明显。

10月9日,程女士感觉咽喉疼痛难忍,且有异物堵塞的感觉。她来到湖北省妇幼保健院洪山院区成人内科就诊,接诊医生发现她扁桃体肿大且化脓,炎症指标已达危急值,随即将她收入院。

入院后,医护人员迅速为程女士进行了降温和抗感染等系列治疗以及心电监护。令人始料

未及的是,几小时后,程女士的体温突然飙升至42摄氏度,浑身寒战,头晕、神志淡漠,同时血压急剧下降,感染指标飙升,发生了休克。

成人内科副主任医师肖志英立即组织抢救,此时,患者双侧扁桃体充血化脓并加重为黑色,外面附着了大面积的白色分泌物,是典型的急性化脓性扁桃体炎导致的严重感染性休克,非常少见且有生命危险。经过半小

时的抢救,患者的血压开始升高,体温恢复正常,精神好转。

36小时后,程女士的感染指标下降;4天后,她的血压稳定下来,头晕消失,扁桃体脓性分泌物减少;8天后,她的双侧扁桃体脓栓消失。目前,她已顺利出院。“休克时,感觉自己在天上飘。我怎么都没想到扁桃体炎有这么严重的后果!”出院时,程女士感叹自己是“鬼门关前走了一遭”。

看似寻常的扁桃体发炎,怎么会发展为感染性休克?肖志英说,扁桃体炎最常见的症状是发热、咽痛以及颈部淋巴结肿大,伴有吞咽痛、吞咽困难、头痛、食欲差、疲乏无力、四肢疼痛等症状,但如果出现高热、呼吸急促、全身疼痛、头晕、肤色苍白、淋巴结肿大等感染症状,就要及时就医。

据极目新闻