

看物体变形 警惕老年性黄斑变性

老年性黄斑变性为年龄相关性疾病,为黄斑区结构的衰老性改变。老年性黄斑变性的主要症状是中心视力下降,视野中心有黑影遮挡,双眼看物体时可能不明显,但用单眼时,就会在视野中出现黑影;另外就是看物体时会变形、直线变弯、水平线变波浪形,本来很美丽的图像看起来也歪歪扭扭了;还有就是看东西的对比度下降,眼前不是鲜艳、清晰的画面,而变成灰蒙蒙的难以辨别的图像了。

老年性黄斑变性与老花眼、白内障等眼科疾病有啥区

别呢?老年性黄斑变性、老花眼、白内障这三种疾病都属于年龄相关性疾病,属于人体的老化现象,但是在临床症状上是有区别的。

绝大多数人在40~45岁眼睛会悄悄出现“老花”,首先感到看细小字迹模糊不清,必须要把书本、报纸拿远才能看清上面的字。其实,老花眼是人体生理上的一种改变,是身体开始衰老的信号。随着年龄增长,眼球晶状体逐渐硬化,弹性降低,而且眼部肌肉的调节能力也随之减退,导致变焦能力降低。因此,当看近物时,影像投

射在视网膜时无法完全聚焦,就会变得模糊不清。

老年性黄斑变性与白内障是很好区别的,二者发病部位也不一样,前者发生在视网膜的黄斑区,后者发生在晶体,晶体的混浊称之为“白内障”。白内障患者视物时会感觉模糊不清,黄斑变性则有中心视力下降,眼前一片黑影,特别是看东西会变形等异常表现。

中老年人应该养成日常检查眼睛的习惯,那就是用一只手遮住一只眼,单眼注视,检查视力是否比以前下降了,例如看有条格的窗框或其他有线



条、四方格的器皿,看是否有线条变弯、方格变小、变形等,另外还要注意眼前有无黑影遮挡,一旦发现视力逐渐下降,线条变弯、方格变形变小、眼前有固定黑影等异常情况出现,应及时到医院就诊。

河北省中医院眼科主任 白世森

用药知识

硝酸甘油 不能水服

用水吞服硝酸甘油不但起效慢,药物还会被肝脏分解,吸收率只有8%,起不到急救作用。

如果家里的硝酸甘油是片剂,直接放在舌下含服,不要吞;如果是喷雾剂,就向舌下喷。

舌下含服一粒硝酸甘油,5~10分钟后可再来一片(重复次数不能超过3次),如果还是不能缓解,胸痛症状甚至加重,需马上拨打120静候急救。

在没有硝酸甘油的情况下,也可以服用速效救心丸。

阿司匹林、氯吡格雷等药物,最好不要擅自服用。

孟园/文

阿尔茨海默病能治愈吗

老年人出现贫血 需要“小题大做”

很多老年人体检时会发现自己贫血,以为这是小问题,平时加强营养即可,不会“小题大做”去医院就医。其实,贫血不仅会加速老年人脏器功能的衰退,而且会加重原有的慢性病,贫血背后有时还隐藏着恶性肿瘤、心脏病等严重问题,若不及时发现并引起重视,可能导致严重的器质性病变。

不少老年人患有高血压、冠心病、糖尿病等慢性疾病,需长期用药,最常用的抗血小板聚集功能药物若长期服用可导致贫血。另外,环磷酰胺、硫酸嘌呤、甲氨嘌呤、干扰素等药物也可引起贫血,用药时要定期监测。某些药物如非甾体类抗炎药、β内酰胺类抗生素、抗结核药等也可导致贫血。因此,老年人用药时一定要遵医嘱,不能自己随意服药。

还有许多疾病可导致贫血,如慢性感染、风湿性疾病、肾脏病变、血液病等均可导致贫血。

另外,消化道肿瘤如胃癌、食管癌、结肠癌等可因长期少量慢性失血或急性大出血,导致贫血,特别是缺铁性贫血。因此对于老年男性或绝经后妇女,一旦有缺铁性贫血的表现,一定要追查原因,特别要注意排除消化道肿瘤。

南方医科大学第三附属医院血液内科 陈琪

阿尔茨海默病又叫老年性痴呆,是一种中枢神经系统变性病,目前尚无彻底治愈的方法。阿尔茨海默病可能与遗传因素和生活习惯、环境等因素有关,以下人群较容易患病:家中长辈曾患过此病;受教育程度低;日常饮食习惯不佳,经常过于饱食、营养过剩、营养不均衡,过量饮酒的;头部有过外伤;有重金属接触史的人群;最

近生活环境发生大的变化、退休、亲人或朋友亡故、遭受重大打击的人群。另外,高血压、糖尿病、高胆固醇血症、吸烟是患病的高危因素。

若在日常生活检测中频繁发现无症状性低血糖,也要提起注意,这提示该患者正在发展为低血糖感知功能减退,反复发作的严重低血糖会使认知功能的损伤累加,对低血糖的敏感性降低

而产生慢性后遗症。

阿尔茨海默病治疗的目的是改善和提高躯体功能,控制症状的加重,使病人更舒适。治疗原则是:改善认知功能和行为障碍,提高日常生活能力,延缓疾病进展。目前用于阿尔茨海默病的治疗方法主要有:药物治疗、支持性治疗和心理治疗。

石家庄市第二医院神经内科主任 李友平

这些部位疼 去骨科看看

身体除了病变部位本身的疼痛外,还会牵连其它部位。有时身上的一些疼痛也是某种疾病的信号。

肩膀疼。如果肩膀疼的同时,胳膊越来越不灵活,做不了梳头、给背挠痒痒等动作,也就是说肩膀各个方向的活动都困难,要考虑是否患上了肩周炎。如果仅仅是肩膀疼,应考虑是否为颈椎病引起的

症状,颈椎病引起的通常还会伴有上肢麻、痛等感受。

腰腿疼。如果腰腿经常疼痛,腰部僵直,不能弯腰活动,咳嗽、打喷嚏或用力稍大就会诱发腰疼,下肢有麻木感,要考虑是不是患了腰椎间盘突出症。如果提重物后,闪了腰,通常平躺休息一阵就可以直立。老年人特别是老年女性,平时就有骨质疏松,轻度

的外伤导致腰背部剧痛,站立不直,要考虑是不是骨折。

膝盖疼。感觉膝关节变形、僵硬、肿胀、疼痛,活动时各个关节“咔咔”响,下蹲困难,双腿行走不便、疼痛,上下楼梯困难。如果有以上任何一种症状,都说明你可能患上了膝关节退行性骨性关节炎。

首都医科大学附属北京地坛医院骨科 张强

谷草转氨酶偏高 或因肝脏受损

谷草转氨酶是临床医学上肝功能检查的指标,临床一般常作为肝脏疾病、心脏疾病的辅助检查,判断肝脏是否受到损害时要同时结合血清谷丙转氨酶的数值来看,如果两者都高,则说明肝

细胞有损伤,一般见于各种病毒性肝炎、肝硬化、脂肪肝、酒精肝等肝病。除了病理性因素外,急性软组织损伤、剧烈运动、妊娠期、饮食休息不规律等也可能导致谷草转氨酶暂时性升高。

要明确谷草转氨酶偏高的原因,需要结合其他的化验指标才能最终得出结论。一旦发现谷草转氨酶偏高是人体脏器发生病变引起的,要及时治疗。

王洪兴/文

讲文明树新风 公益广告



抛洒激情 收获梦想
这大树金花 不夜天吻
把咱们的幸福照亮

打树花 蔚县 任志国