

连续数日熬夜直播 女主播几近失明

近期,泉州青光眼患者增多,大部分为急性发作,一方面与季节有关,另一方面与过年常熬夜有关;医生提醒,早发现早治疗,避免青光眼发展成失明



建隆/漫画

N 海都记者
刘薇

连续数日熬夜直播,突然头痛、呕吐,以为得了胃肠炎,泉州一女主播连跑多家医院,最后却发现问题出在眼睛上——因为急性闭角型青光眼发作,女主播的左眼几近失明!

泉州眼科医生提醒,青光眼会对视神经和视野造成不可逆损害。早发现、早治疗对防止青光眼发展成失明至关重要。

急性青光眼作祟 女主播头痛呕吐

“来得太晚了!”近日,当泉州四十来岁的连女士(化名)走进福建医科大学附属第二医院眼科门诊时,黄一鸿主治医师检查后发现,这位患者的视力已经测不出来,几近失明。

连女士的就医路可谓一波三折。她告诉黄医生,自己是一名主播,拥有数万名粉丝。就诊前一周,她连续熬夜搞了几场直播,播完后突然觉得身体不舒服,出现腹痛、呕吐等症状,在当地医院挂了消化内科,不过没查出问题。后来又觉得胸闷、头痛,去看了心血管内科、神经内科,但仍旧查不出问题。这时,她感觉左眼

胀痛厉害,看东西愈发模糊,神经内科医生建议她到眼科排查。

在福医二院,黄医生为连女士仔细检查,其左眼眼压高达 50mmHg(正常眼压值为 10~21mmHg),眼底可见视神经萎缩,视力已经测不出来,只能看到眼前手动。综合各项检查,折磨连女士一周的罪魁祸首终于找到——急性闭角型青光眼!

“由于长期处在光线较暗的环境下工作,加上常熬夜,休息不够,最终诱发急性闭角型青光眼。”黄医生介绍,闭角型青光眼急性发作时,常有头痛、恶心、呕吐等症状,容易误诊为脑血管疾

病或胃肠道疾病,并掩盖视力下降的事实,从而忽略眼部的检查而延误治疗,造成严重后果甚至失明。

当即,连女士被收入院,接受一系列降眼压治疗。一周后,在眼压得到一定控制,病情较为稳定的基础上,黄医生为她进行了手术治疗。目前,连女士正在康复中。

“手术后,患者问我视力还能不能恢复?我只能告诉她,视力有可能会提高一点,但无法恢复到正常水平。”黄医生惋惜道,所幸,患者的另一只眼还是正常的,日常生活不会有问题。但要注意,另一只眼同样需要预防青光眼。

早发现早干预 预防青光眼致盲

据了解,青光眼是一组进行性视神经损害、最终损伤视力的疾病的统称,主要与病理性的眼压升高有关。它是全球第二位致盲的眼病,仅次于白内障,却是第一位不可逆致盲性眼病。青光眼所导致的视神经损伤、视野损害在目前是无法逆转的。

海都记者了解到,近期,青光眼患者有所增多。福建医科大学附属第二医院眼科主治医师黄一鸿介绍,近一个月来,他们科室已经收治了 10 多位青光眼患者,以 40 岁到 60 岁年龄段居多,大部分为急性发作。“患者增多,一方面与季节有关。冬季寒冷,眼压易受影响,容易诱发青光眼。另一方面与近段时间过年,作息不规律、经常熬夜有关。”

据介绍,青光眼分为闭角型和开角型,前者发病常伴有明显眼痛、视力

下降、同侧头痛,甚至恶心呕吐,如未经及时恰当治疗,可于短期内失明;后者发病时可出现眼痛眼胀症状,也可以没有任何症状,尤其在早期时候很难觉察,往往等到不适再去检查时,可能已经是中晚期,视力或视野严重受损,无法挽回。

“急性闭角型青光眼发病机制尚不十分明确,但避免一些危险因素非常重要。”黄医生指出,第一,长期身处暗光环境下。比如,直播带货、黑暗中玩手机等,在暗光环境下,瞳孔会自然放大以捕捉更多光线,长期处于这种状态容易导致维持眼内压的房水循环通道受阻,增加青光发青光眼。另一方面与近段时间过年,作息不规律、经常熬夜有关。”

经兴奋,瞳孔放大,使眼压升高,易诱发青光眼。

对此,黄医生建议,工作或娱乐时,应调整室内光线,保持光线柔和且充足,避免在完全黑暗的环境下看电子产品,减少屏幕与周围环境的亮度差;合理规划用眼时间,注意生活规律,避免过劳;注意用眼姿势,避免长时间低头或侧卧,观看电视时保持与屏幕 1.5 米以上距离,观看手机时保持与屏幕 30 厘米以上距离。此外,还应保持愉快的情绪。

“早发现、早治疗对防止青光眼发展成失明至关重要。”黄医生强调,建议 45 周岁以后,尤其是更年期女性群体,应排查有无患病风险(若有青光眼家族史,应更早接受筛查)。如果出现眼红眼痛,伴有同侧头痛,甚至出现恶心呕吐等症状,及时就诊,以排除青光眼可能。

口腔细菌 或关联脑部功能

研究发现,一些细菌与阿尔茨海默病等风险增加有关

N 新华

一项由英国埃克塞特大学领衔的研究发现,人们的口腔细菌不仅关联消化系统,还可能会随着年龄增长与大脑功能变化有关。

这项已发表在美国《国家科学院学报·交叉学科》杂志上的研究发现,口腔中某些细菌与更好的记忆力和注意力有关,而另一些细菌则与涉及记忆障碍的阿尔茨海默病等风险增加有关。

研究人员招募了 110 名年龄在 50 岁以上的英国志愿者,把他们分成两组并通过漱口液样本来分析他们的口腔菌群如何影响脑功能。结果发现,口腔里奈瑟菌属和嗜血杆菌属菌群较多的人,记忆力、注意力和解决复杂任务的能力更强;而在有

记忆问题的人群中,研究人员在他们的样本中检测到较高水平的卟啉单胞菌属菌群。

研究人员认为这些细菌可能通过两种途径影响大脑健康。其中一种可能是有害细菌直接进入血液,从而对大脑造成损害。另一种可能是有益菌与有害菌之间的失衡妨碍人体将蔬菜中富含的硝酸盐转化为一氧化氮,而一氧化碳是神经细胞的通信和记忆形成所需的重要物质。

论文共同作者、埃克塞特大学医学院教授安妮·科比特说,对于脑功能相关疾病而言,这项研究有望让平衡菌群成为治疗方案的一部分,而这可以通过饮食改变、益生菌、定期口腔清洁甚至一些靶向治疗来实现。



藿香正气水 + 生姜 + 葱

威力是奥司他韦的 10 倍?

N 扬子晚报

近日,有健康博主分享了一个应对甲流的中医方法,即藿香正气水 + 生姜 + 葱,表示其“威力”是奥司他韦的 10 倍。还以一位儿童患者的亲身经历描述了相关的操作步骤和作用,首先用 1~2 瓶藿香正气水泡脚 20 分钟,泡到身体微微发热,出汗,可加速退烧;再将生姜切碎炒干,贴在患儿脚板底,用保鲜膜裹住 10 分钟,对止咳有帮助;最后用葱白 2~3 根(带根须的更好),加水煮 5~10 分钟后饮用,如果感觉味道有点冲,可加些许冰糖调味,缓解感冒流涕症状。

这种方法有用吗?江苏省第二中医院肺病科副主任医师王父瑶表示,确实有用,但只针对风寒症。“甲流是西医的诊断,

流行性感冒属于中医外感病,对应中医病名为风温病或者感冒,比如风寒、风热、暑湿、气虚等,不同症型所用的方子也不尽相同。如果是风热感冒,口干、咽干、高烧不退,使用藿香正气水这类温热的药反而加重病情。”

“藿香正气水、生姜、葱,主要起到的作用就是通过阻断病毒的复制来起到治疗流感的作用,两者‘工作机制’不同,也无从比较对抗病毒的‘威力’如何,更谈不上 10 倍之说。不过,对于风寒症来说,如果服用奥司他韦联合藿香正气水这类药物,可更有效缩短病程,快速改善临床症状。”王父瑶还提醒,有些患者可能一出现感冒症状就会家里“有啥药吃啥药”,这万万不可,一定要有中医师的辨证论治和

用药。

此外,在服用中药期间,要做到忌烟酒,忌辛辣、生冷、油腻食物,尤其是服用清热滋阴类中药,辛辣食物多温热,容易耗散寒化湿,奥司他韦则是通过阻断病毒的复制来起到治疗流感的作用,两者‘工作机制’不同,也无从比较对抗病毒的‘威力’如何,更谈不上 10 倍之说。不过,对于风寒症来说,如果服用奥司他韦联合藿香正气水这类药物,可更有效缩短病程,快速改善临床症状。”王父瑶还提醒,有些患者可能一出现感冒症状就会家里“有啥药吃啥药”,这万万不可,一定要有中医师的辨证论治和

意。”王父瑶补充说。

其实,中医防治流感更重在日常调养,还可通过艾灸、穴位按摩、拔罐、贴敷、耳穴压豆等中医外治法来调节人体气血、阴阳等,由表及里,内达脏腑,既“治已病”也“治未病”。但在实际应用中,以上这些方法都应该在专业中医师的指导下进行。

终止办学公告

泉州市丰泽区博龙迎津幼儿园(统一社会信用代码:52350503772900498W),地址:丰泽区津淮街迎津新村G区迎津社区文化活动中心一至三层,办学许可证号:教民235050360000118号,因生源不足无法继续办学,经幼儿园理事会研究决定终止办学。特此公告。

泉州市丰泽区博龙迎津幼儿园
2025年2月19日