



本期专家

首都医科大学附属北京康复医院 头颈康复中心 眼科主任、主任医师 王霞

健康日历

世界青光眼日

2021年3月6日是第十四个“世界青光眼日”，青光眼是主要的可致盲眼病之一。据不完全统计，仅中国就有940万青光眼患者，其中56%为单眼盲，19%为双眼盲，即使非盲患者，随着病发展，其生活质量也会受到严重的影响。首都医科大学附属北京康复医院头颈康复中心眼科主任、主任医师王霞提醒，青光眼如果不及时采取有效的治疗，视觉功能可能全部丧失，最终导致无法逆转的失明。



“偷走”视力的眼病——青光眼的10大真相

□本报记者 陈曦

青光眼的主要症状

最常见症状 经常性眼胀痛，鼻根、眉弓痛，有的患者伴同侧头痛、一过性视物模糊，尤其是在情绪激动（如焦虑、生气）或在暗处停留过久（如看电影或在暗室工作后），上述症状均可出现，经过休息后可缓解。

急性发作的典型症状 突然出现剧烈的眼胀痛伴同侧头痛、视力急剧下降甚至失明，常伴高热、寒战、恶心、呕吐、腹泻等消化道症状，此时易误诊为急性胃肠炎或脑血管疾病而应用解痉药物，这类药物会加重眼部房水循环障碍，加重青光眼发作。

许多患者无症状，这是最可怕、最危险的 患者没有任何不适，偶尔可有鼻根酸涩或眼皮沉重感，常被认为是结膜炎或视疲劳，很容易被忽视，而实际上患者的视神经损害正在进行，视野正在缩小，等到患者感到视物范围缩小就诊时，已是疾病的晚期。

青光眼的十大真相

真相1：眼压正常也可能是青光眼 青光眼是一种慢性视神经病

健康在线 协办 首都医科大学附属北京康复医院

变，是几种不同疾病终末期的常见临床表现，最终导致失明或视野缺损。眼压正常也可能是正常眼压性青光眼。

真相2：青光眼不只有一种 青光眼有开角型青光眼和闭角型青光眼两种类型。闭角型青光眼是由虹膜、晶状体及视网膜结构异常引起，虽然不足青光眼的20%，但致盲后果更严重。

真相3：青光眼不是老年“专属病” 青光眼发生在各个年龄段，刚出生的宝宝也会得先天性青光眼。先天性青光眼由小梁网和前房角先天发育不良阻止房水正常排出所导致，一般发生在3岁前，视力降低、视野受损，未治疗或治疗过晚时致盲性极高。

真相4：青光眼不只是遗传才会得 有了症状一定及时就诊，因为风险因素不仅仅是“家族史”。一旦确诊青光眼，应通知家属及时进行筛查。

真相5：青光眼早期通常无症状 除急性闭角型青光眼导致眼痛和视力急速受损外，其他类型的青光眼在发病后期视神经严重受损时，才会出现症状，所以青光眼常被称为“沉默的视力杀手”。

真相6：视力绝佳也可能是青光眼 青光眼是慢性病，尤其是多数开角型青光眼，早期确实可能

没有症状，但一定不能掉以轻心，应尽快检查和治疗。

真相7：青光眼的检查是无痛的 青光眼的检查基本上是无痛的，包括视野及眼压检查，视神经纤维层检查等。

真相8：青光眼只可控制，不可治愈 目前还不存在能治愈的办法，抗青光眼药物及手术治疗都只能帮助控制疾病进展，防止视野进一步损失。

真相9：眼压正常也要尽快接受治疗 正常眼压性青光眼患者对

眼压相关的阈值较低，正常或波动的眼压就能引起视神经的机械压迫，导致损伤，最终导致视野受损。

真相10：青光眼的视野缺损不可逆 由于视野缺损是视神经细胞死亡导致的，所以青光眼的致盲是不可逆转的。青光眼患者尽早诊断并接受治疗可延缓疾病进展、改善生活质量。

青光眼患者的注意事项

日常工作 其实一般的工作都可以参加，除非患者视野缺损

生活资讯

北京市47种生活必需品价格监测表

采集日期：2021年3月3日

单位：元/斤

Table with 20 columns: 品类, 卜峰莲花, 物美, 美廉美, 永辉, 华冠, 盒马, 顺天府, 首航, 欧润, 壹米, 京隆, 天福隆, 永旺, 新世纪, 均价, 涨幅. Lists prices for various goods like rice, oil, and vegetables.

(以上信息由北京市职工物价监督总站提供)



北京东泽招待所 遗失声明 丰台区市场监管局 为保障养老机构食品安全，丰台区市场监管局采取五项举措，加强辖区养老机构食品安全管理。 本报刊登热线 13699137322 本版广告为信息资讯，不作为签订合同及承担法律责任依据。

“五严格”加强养老机构食品安全管理 广告 一是严格落实食品安全主体责任。二是严格实行食堂封闭管理。三是严格规范食品原料采购、贮存、加工、洗消等环节。四是严格员工健康监测管理。五是严格执行分散式用餐。