

白内障术后为何仍看不见?

▲ 信阳市中心医院 张莉萍

白内障是比较常见的眼部疾病，主要是因为晶体浑浊、老化、遗传等多方面因素导致的晶状体囊膜损伤，会严重阻碍患者视力，甚至会导致失明。

白内障一般是通过手术治疗，但是手术后会出现一些问题，最为常见的就是视力逐步下降，甚至不如手术以前的视力，有些人认为是白内障手术后的一种普遍现象，因此导致好多白内障患者不愿意手术治疗。那么，为什么会出现术后仍看不见的这种情况呢？

白内障有哪些危害

白内障会给患者造成许多影响。首先，白内障患者可能会出现青光眼急性发作。当白内障进入膨胀期时，会导致患者视力下降，并且会出现眼胀痛、头痛、看灯光时出现彩色光圈，甚至出现恶心、呕吐以及视力急剧下降，还有部分患者会出现眼压升高，从而引起青光眼。

其次，白内障还会引发并发症。患者往往会

在成熟期或过成熟期视力严重下降，生活不能自理，还有可能出现严重的并发症，比如葡萄膜炎、眼界肿胀、角膜水肿等症状。

再次，白内障还会致使患者视力减退。当白内障混浊晶体发展到瞳孔区时，就会出现无痛觉的视力减退、视物模糊、单眼复视以及眼前有黑影。

最后，白内障还会导致患者失明。当发生青光眼时未及时摘除膨胀的晶状体，就可能导致失明，或是处于成熟期以及过熟期时没有及时治疗，就会引起视力下降至失明。

白内障术后注意事项

白内障手术后，需要让患者眼部进行充分休息。一般术后需要用消毒纱布覆盖在患者的眼睛上，还要注意卧床休息，减少眼部活动，尽量在术后一到三个月左右不要过度用眼。

其次，预防感染也是非常重要的。手术后第二天还要去医院取纱布并及时复查，同时按照医生的要求使用滴眼液，能够避免发生感染，眼睛

在手术后不能沾水以及流泪等，可以有效预防感染发生。

再次，是要调节饮食。手术后饮食要以清淡为主，在手术后的十天以内，要以流质饮食或半流质饮食为主，避免增加肠胃负担。多吃新鲜的蔬菜和水果，避免吃辛辣刺激、油腻和不容易消化的食物，这类食物会对身体造成刺激，导致眼部血液循环受到阻碍。

最后，还要定期做检查。因为有些患者会出现轻微的异物感或流泪、怕光疼痛等；情况比较严重要及时去医院检查。

白内障术后仍看不见

如果手术后患者还是看不见或是看不清，可能是因为角膜水肿所导致。大部分患者在手术后会 出现角膜水肿，尤其是老年人，他们的角膜内皮计数降低，会出现看不见的情况，一般使用药物治疗可以改善角膜水肿的情况，也能提高患者的视力。

常见胃炎诱发因素要警惕

▲ 潢川县人民医院 张正亚

胃炎是生活中比较常见并高发的胃肠疾病，许多人由于平时不注重生活习惯患上胃炎，严重影响了患者的身体健康，因此要警惕胃炎的发生。还有许多人不了解如何避免胃炎，以及有哪些注意事项。

诱发胃炎的因素

胃炎是由各种原因引起的胃黏膜的一种疾病。首先是物理因素，主要是由于食物对胃部的刺激所引起的，比如冰冻冷饮或是烫的食物都会对肠胃产生刺激，还有辛辣刺激的食物以及烈酒、咖啡、浓茶等，这些都会对胃黏膜造成一定的刺激，如果长久下去就会破坏胃黏膜和引发胃炎。

其次是生物因素，比如常见的沙门菌、大肠杆菌、金黄色葡萄球菌毒素等，这些病菌和毒素容易会造成胃炎的发生，如果在进食的时候，所吃的食物被细菌污染，细菌就会进入到胃肠道，从而引起胃炎。

药物因素也是诱发胃炎的因素之一，其主要是由于长期服用阿司匹林、吲哚美幸等药物有可能会破坏胃粘膜屏障，引起胃炎。

此外平时的不良习惯，比如抽烟也是会导致慢性胃炎，烟草中含有尼古丁，而尼古丁则会影响胃黏膜中的血液循环，从而导致幽门括约肌功能紊乱，造成胆汁反流；另外就是一些疾病因素，比如肝硬化、糖尿病、甲状腺疾病可能会引起慢性胃炎。

其它因素，如患者受到严重的创伤或是做过大手术等，会导致身体抵抗力下降，病毒就容易侵入体内，导致胃炎。

最后就是情绪因素，如果经常处于不良情绪也会导致胃炎，患者会出现胃疼、消化不良等症状，这也就需要在平时避免不良情绪，控制好自己的情绪。

胃炎的影响

胃炎会造成患者腹痛腹泻的症状，一般疼痛是呈阵发性绞痛，并且腹泻会有稀水样便，经过治疗后会得到好转。还有胃炎会使患者产生恶心呕吐的现象，有些患

患者术后看不见还可能是眼睛其它部位出现了问题，比如眼底疾病，在出现问题后会影响到患者的视力，出现这种情况要及时检查眼底，明确原因。

手术后可能还会受到切口的影响，因为术后由于角膜的弯曲度发生变化，导致产生一定程度的散光，对视力造成影响，因此患者可以等伤口痊愈后进行验光配镜。

白内障会对患者生活造成不同程度的影响，也会降低患者的生活质量，白内障会随着年龄增长而发病率越来越高，一般需要通过手术治疗使患者复明。

患者在手术后要注意的事项有很多，在日常生活中要加强防护，尤其是年龄较大的患者，需要在专业人员帮助下做好术后的护理。

为了不让眼睛再次受到伤害，患者要及时进行治疗和护理，如果发生异常情况必须及时治疗，不能耽误治疗时间，绝大多数人都可以恢复较好的视力，不要因为延误就诊而错过了治疗时机！

者还会出现低烧、恶心呕吐同时还会产生脱水症状，以及全身症状，比如严重的患者会出现发热、失水、酸中毒、休克等症状，有时还会出现急性上消化道出血。胃炎还会造成消化道症状，如恶心、呕吐、腹痛、腹泻等症状，严重的还会有呕吐胆汁或血性物。胃炎也会导致患者产生一些心理疾病，影响到患者的身心健康。如果不及时治疗还会加重病情继而发生胃溃疡等，甚至会导致癌症的发生。

胃炎患者注意事项

胃炎患者在生活中有哪些要注意的呢？最重要的是注重饮食规律，因为如果是慢性胃炎患者，可能会因为暴饮暴食而产生胃部疼痛，因此要保证饮食要健康，并且一日三餐也要规律，避免暴饮暴食的现象，也不能出现过饥过饱的情况，不然可能会造成胃肠负担加重从而不利于疾病的恢复。

胃炎患者还应清淡饮食，在饮食方面特别重视，尽量吃一些清淡容易消化的食物，避免吃各种辛辣刺激性的食物以及生冷寒性的食物，还有各种油炸、熏烤类的食物会有大量的致癌物质，也要尽量少吃。如果有吸烟饮酒的患者，也要戒烟少喝酒，因为会刺激胃肠从而加重胃酸分泌，就有可能出现恶心、干呕、反酸等症状，还会加大对胃部的损害，因此要避免抽烟饮酒，还有含有刺激性的饮品，比如咖啡、浓茶等。

对于胃炎患者来说，注重饮食卫生也是必要的，吃东西时要保证卫生，尽量不要吃街头食物，一些食物在天气炎热情况下会腐败变质，因此要做好个人饮食管理，避免吃不干净的食物加重胃肠感染。

胃炎会引起多种不适的症状，给患者的健康造成了一定的影响，患者需要积极配合医生治疗，保证饮食健康，同时调整自我心态保持积极乐观的心情，也是对病情恢复有很大的作用。

脑血管病为何会缠上青壮年?

▲ 郑州市中医院 张民旺

脑血管病是我国多见的疾病，在中、老年群体中比较常见。然而，就现阶段临床实际情况而言，我国脑血管病正呈现出逐渐年轻化趋势，青壮年群体开始成为高发群体。这对患者的健康十分不利，且严重危害到患者的生命安全，同时会明显增添社会负担，因此必须加强临床重视。

本文主要分析易发脑血管病的相关因素，希望大家能够提高警惕，及时了解，做好预防。

高血压 引发脑梗死、脑出血的危险因素之一即高血压，患者血压升高与脑卒中的发生、死亡率提高之间关系密切。

由于青年高血压发现晚，且多数控制情况不理想，不管是舒张或是收缩期升高，均可能使脑血管病形成的危险系数增加。

高血脂症 血脂异常，特别是吸烟、喝酒等其他危险因素。血脂升高主要是甘油三酯上升，青壮年有更高的甘油三酯上升敏感性，当体内甘油三酯浓度发生变化时，会促进动脉硬化进展。

心脏病 脑卒中与各类心脏病均有关联。引发脑卒中的另一因素为心房颤颤。调查显示，临床中有 1/5 缺血性卒中患者存在心源性栓塞，有研究指出，超过 40% 隐源性卒中均与潜在的心脏栓子来源有关。急性心肌梗死后近期内引发脑卒中比例约为 0.8%，而 6 年内发生率可提高至 10%。

糖尿病 脑血管病又一重要危险因素即糖尿病，脑血管的病情控制与预后的严重度均息息相关。

伴随现阶段生活明显改善，发生糖尿病的风险显著增加，且首发年龄也不断下降，因此要加强对糖尿病的重视，同时做好血糖定期监测。

喝酒 酒精可对脑血管平滑肌起到直接作用，从而引发血管痉挛，还会增加血小板，引发血流不畅、高血压等情况。

研究发现，摄入酒精量的多少和出血性卒中严重度正向相关。因此，引发青壮年脑梗死的危险因素主要为急性酒精中毒

以及长期饮酒。

在此呼吁年轻人一定要积极拒绝工作应酬和人际交往中的饮酒、劝酒等行为，合理控制饮酒量。

吸烟 长期吸烟会从多个方面对身体产生生理作用，主要对血液系统、全身血管产生影响，如使动脉硬化加重，加速血小板聚集等。

我们还会从中获取烟油、尼古丁等物质，导致血管将会粥样硬化，肺部发生病变，血液粘稠程度增加，从而加速心脑血管疾病入侵。烟雾中的一氧化碳导致内皮细胞的细胞肌球蛋白收缩，提高血管通透性，产生动脉痉挛，进而演变为高血压，使脑卒中的风险增加。

社会进步与高科技发展 随着社会发展产生的高应激、高压力、高噪声和高污染等问题，使人类的血流变快。

超重与肥胖是导致脑血管病的重要因素，随着外卖的普及和通讯、交通的发展，在带来便利的同时，也使人们产生了更大的惰性，明显降低了年轻人的运动量，出现了饮食不健康、不规律等问题，进而导致其心理、生理、代谢均处于失衡状态，最终提高心脑血管病的发病概率。

外伤性脑梗死 随我国经济的发展，汽车等行业快速发展，交通事故明显提高了。这也是引发脑梗死相关因素，引发机制主要为：外伤导致脑血管内膜破裂，形成夹层动脉瘤或血管粥样硬化后斑块脱落，外伤后脑血管痉挛脑水肿压迫，止血药的应用或血管外成分进入血液循环等。

其他 社会竞争压力大、工作强度提高、夜生活过于丰富、口服避孕药、作息不规律等因素，均为引发年轻人脑血管病的主要因素。

最后，我们要保持良好的生活方式和平稳的心态，避免高度紧张和发脾气；努力改善一些可能诱发脑血管病的其他疾病因素，如甲亢、糖尿病等；改掉一些如抽烟、喝酒的不良习惯；勤动脑，休息好。