

关注普遍眼健康 共筑“睛”彩大健康

第27个全国“爱眼日”，福州市医学会眼科学分会专家呼吁大众树立爱眼新观念

眼健康是国民健康的重要组成部分,涉及全年龄段人群全生命期,是涉及民生福祉的公共卫生问题和社会问题。《“十四五”全国眼健康规划(2021—2025年)》指出,我国仍是世界上盲和视觉损伤患者最多的国家之一。现阶段,我国主要致盲性眼病由传染性眼病转变为以白内障、近视性视网膜病变、青光眼、角膜病、糖尿病视网膜病变等为

主的眼病。随着经济社会发展及人口老龄化进程加剧,人民群众对眼健康有了更高需求。

今年6月6日是第27个全国“爱眼日”,主题为“关注普遍眼健康,共筑‘睛’彩大健康”。福州市医学会眼科学分会专家呼吁社会大众强化“每个人是自己眼健康第一责任人”的爱眼观念,推动形成人人参与、人人尽责、人人共享氛围。



东南眼科医院医护团队进校园开展儿童青少年近视防控筛查

A 普及白内障手术 重现年轻“视”界

白内障是全球第一位致盲眼病,据中华医学会眼科学分会统计,2020年我国白内障的理论患病人数高达1.7亿。手术是治疗白内障的确切手段,随着社会发展,“十三五”末,我国百万人口白内障手术率(简称CSR)已超过3000,较“十二五”末翻一番,但仍处于较低水平。

“对白内障手术的认知相对落后,拖延治疗,导致视力下降甚至致盲,严重影响中老年人的生活质量。”福建省医学会眼科学分会青年委员会副主委、福州市医学会眼科学分会常委、东南眼科医院院长赵广愚介绍,白内障盲是一种可避免盲,大部分患者都可通过科学的手术治疗,恢复视力,提高视觉质量。随着人口老龄化进程加剧,普及白内障手术不仅对提高人民幸福感具有重要意义,也是在“十四五”期间推动健康事业高质量发展,实现全生命期的眼健康服务覆盖,落实健康中国战略部署的重要一环。



▲东南眼科医院院长赵广愚(图右)在为白内障患者进行手术治疗

赵广愚指出,随着技术的不断发展和人们健康需求的提高,白内障手术已由传统的“复明手术”进入到“屈光手术”时代,通过个性化诊疗,在治疗白内障的同时,植入不同功能的人工晶状体,可矫正近视、远视、散光、老花眼等问题,实现视觉年轻化和生活质量的飞跃。

B 眼底一张照 眼病早知道

糖尿病是全球范围内影响人数最为广泛的慢性疾病,据中国Ⅱ型糖尿病防治指南(2017年版)数据显示,我国成人Ⅱ型糖尿病患病率(2013年)为10.4%,也就是说,每10个成年人当中就可能有1个人患糖尿病。在糖尿病的诸多并发症中,以眼部并发症尤为常见、危害巨大。

多年来,福州市医学会眼科学分会副主任委员、东南眼科医院副院长赵晓春致力于糖尿病眼病的筛查、分级管理及系统治疗研究。她介绍:“糖尿病视网膜病变是糖尿病人失明的

首要原因,发病率高且具有隐匿性,很大一部分患者在发病早期错过治疗的机会,导致视力发生不可逆的损伤。”

赵晓春介绍,目前按照国际的分类标准,有糖尿病但是未真正发生视网膜病变的人群属于“糖尿病视网膜病变一期改变”,如果把这部分人群算入,糖尿病视网膜病变的发生率可高达60%以上。她建议糖尿病无论是否出现视力下降症状,都应根据医嘱定期接受眼底检查,这对糖尿病视网膜病变的预防和治疗具有重要意义。

C 关口前移 重点预防和减少高度近视

习近平总书记曾对儿童近视问题作出重要指示:我国学生近视呈现高发、低龄化趋势,严重影响孩子们的身心健康,这是一个关系国家和民族未来的大问题,必须高度重视,不能任其发展。根据国家卫生健康委2020年9月到12月开展的近视专项调查显示:2020年,我国儿童青少年总体近视率为52.7%。其中6岁儿童为14.3%,小学生为35.6%,初中生为71.1%,高中生为80.5%。

福建省儿童眼保健协会常务委员、福州市儿童青少年近视防控宣讲团专家、东南眼科医院业务副院长夏江胜及其团队连续多年承担福州学生视力检测项目,全国、全省流行病学调查及相关科研工作,对近视防控有着丰富的经验和深刻的见解。

“目前近视低龄化问题尤为突出。”夏江胜指出,根据国家卫健委公布的数据,在所有学段中,小学阶段近视率攀升速度较快,从小学一年级的12.9%快速上升至六年级的59.6%。平均每升高一个年级,近视率增加9.3个百分点。这一数据显示幼儿园和小学是我国近视防控重点年龄阶段。近视防控需要关口前移,从幼儿园起,培养良好的用眼习惯,做好科普教育,增加户外活动时间,减少近视的发生。

夏江胜强调,近视已成为我国的国病,影响人口质量。预防和减少高度近视更是当前工作的重点,高度近视(近视超过600度)容易引发多种严重并发症,比如白内障、视网膜脱离和青光眼等,是重点防治的致盲性眼病。

D 近视不可逆转 手术是矫正不是治愈

2018年世界卫生组织公布的一项研究报告显示,中国近视患者达6亿人。2020年6月5日,国家卫生健康委发布我国首部眼健康白皮书《中国眼健康白皮书》,其中指出我国儿童青少年近视眼总体发生率为53.6%,大学生近视总体发生率超90%。

如此高的近视眼发生率导致军事、航空航天、消防安全等领域面临巨大的劳动力缺口,而到正规医院进行屈光手术,成为越来越多近视患者的“摘镜”选择。



▲东南眼科医院业务副院长陈军为近视青年进行眼健康检查

福建省屈光学组委员、东南眼科医院业务副院长陈军表示:“随着术前检查严谨化、规范化,对手术指征的严格把握、手术设备的不断改进,屈光手术的安全性已经大大提高了。其在成人近视矫治方面的便利性和高效性越发凸显。”特别是在升学、就业、参军、报考警校等方面,通过屈光手术矫正视力已获得认可。

面对一些人针对屈光手术的质疑,他表示理解,认为应该加大对屈光手术利弊的宣传,实事求是,让大家更加了解屈光手术,明白自己为什么要选择手术摘镜。

他特别强调,屈光手术是矫正近视的手段,并不是治愈近视。眼镜摘掉后,因为近视发生的眼球结构改变并没有消除,需要注意科学用眼,劳逸结合。特别是高度近视患者,要重点关注眼底健康,遵循医嘱定期复查。

(张帅)