

## “屈光不正”是怎么回事

近年来,国家政府和社会对眼健康越来越高度重视,特别是在儿童青少年近视防控方面,开展了大量工作,“入校视力筛查”已是常态,想必广大学生家长对“可疑屈光不正”这一筛查结果已不陌生,然而“屈光不正”是怎么回事呢?

屈光不正是指眼调节静止时,外界平行光线(一般认为来自5m以外)经眼的屈光系统后,不能聚焦在视网膜上形成清晰的图像,其焦点聚焦在视网膜前方或者后方,甚至多个焦点,从而导致视力下降。它包括近视、远视和散光。

近视,即远距离看不清楚,近距离看得清楚。根据度数高低不同可以把近视分为:轻度<-3.00D、中度-3.00D~-6.00D、高度-6.00D~-9.00D、超高度>-9.00D。如今近视的发病率越来越高,这跟儿童青少年不良的用眼习惯密切相关,大部分人成年后近视度数就会趋于稳定;如果成年后近视的度数仍然不断

增加,考虑病理性近视可能。近视可以分为屈光性近视和轴性近视,大多近视属于轴性近视,也就是说近视度数越高眼球越大,可以简单地理解近视眼是眼球中的高个子,随着眼球异常变大,眼球内的很多组织结构会发生不同程度的病变,其中视网膜病变的危害最为突出。由于高度和超高度近视度数高、眼轴长,导致眼球突出、眼球后极部扩张、形成后巩膜葡萄肿;与常人相比,发生视网膜劈裂、裂孔、脱离、黄斑出血和新生血管的危险性要大得多。因此,近视防控非常重要,特别是要避免高度和超高度近视的发生。

远视,即远距离看不清楚,近距离更看不清楚,年轻人可以通过调节代偿一部分远视。和近视眼相反,远视眼是眼球中的矮个子,其眼球较正常的小。根据度数高低不同可以把远视分为:轻度<+3.00D、中度+3.00D~+5.00D、高度>+5.00D。儿童时期有一定度数的

远视属于生理性的,称其为远视储备,这跟家中存粮一样,家有存粮心才不慌,有远视储备才不容易近视;随着年龄增长,一般到10岁左右,远视储备会被用完,要是保持用眼健康,就很有可能不发生近视。要是远视度数太高,考虑是由于眼球先天发育异常导致的,高度远视在6岁之前要是没有发现且得到有效的治疗,就很有可能引起屈光性弱视,只要能做到早发现、早诊断、早治疗,这类弱视可以取得良好的治疗效果。由此可见,学龄前进行眼健康筛查是非常有必要的。

散光,即对近距离视力影响小,对远距离视力影响大,尤其夜间光线不足,对视力影响更加明显。散光是因为眼球屈光介质不规则引起,可以简单地理解为,正常的眼球像篮球,散光的眼球像橄榄球;散光一般是先天的,即一出生就存在,随着年龄增长略有波动,但度数变化不会太大;倒睫、翼状胬肉、外伤、

手术及角膜扩张症等因素,会造成角膜损伤、瘢痕形成,影响角膜的规则性,从而导致散光度数增加。大于3.00D属于高度散光,而临床经验显示,只要散光度数大于2.00D,就可能影响视力的发育导致弱视,因此应做到尽早发现、尽早治疗,有效的治疗方法就是佩戴合适的眼镜,必要时结合弱视训练,避免错过视力发育的敏感期,而留下难以弥补的视力损害。

屈光不正的现象广泛存在,近视、远视、散光可能单独存在,也可能混合存在。然而,有屈光不正的问题并不可怕,关键是要正确地对待,初次发现屈光不正,建议到正规的专业医疗机构,完善相关检查明确诊断,听从专业的意见,采取妥善的处置方案,定期复查。

(作者:蒋建伟1 泉州市妇幼保健院·儿童医院·眼科 副主任医师)

陈丹云2 泉州市妇幼保健院·儿童医院·眼科 主管护师)

## 肾结石治疗 审“石”度势

### 肾结石是什么

肾结石,通俗点来讲,就是肾脏的内腔中长出了“石头”。总体发病机制可以归纳为各种原因导致尿液中的矿物质过饱和和形成的结晶在肾盂和肾盏内沉积,但具体机制尚不明确,是泌尿系统的常见病、多发病,我国的发病率为1%~5%,并呈逐年上升趋势。福建省泌尿结石发病率为8%~10%,高于全国5%的水平。肾结石治疗后的残石率较高且容易复发,5~10年内复发率约为50%。它的危害主要在于会阻碍尿液的排出,可以引起血尿、肾绞痛、肾积水,严重的还会导致肾功能不全甚至肾衰竭。

### 相较于普通意义的肾结石,什么是复杂性肾结石

复杂性肾结石是指结石成分、大小、形状、数量、位置等参数复杂多样的肾结石,包括鹿角形肾结石、多发肾结石及直径3cm以上的巨大肾结石,以及肾脏本身异常的结石,包括马蹄肾、孤立肾、异位肾等合并结石。复杂程度通常由下列因素决定:①结石的大小、形状、

成分以及在肾内的分布情况;②肾脏本身的解剖结构;③肾脏功能的状况;④是否并发尿路感染。

### 复杂性肾结石的临床症状

不同于常出现血尿、肾绞痛等症状的普通肾结石,大部分复杂性肾结石的症状一般不明显,偶尔会轻度腰痛、腰酸或运动后血尿,故而往往被人忽视。

### 复杂性肾结石的危害

复杂性肾结石可导致肾功能恶化、病死率增高,同时具有结石复杂、取石困难、取净率低和术后容易复发等特点,是泌尿外科难治性疾病之一。49%~68%的复杂性肾结石属于感染性结石,未经良好治疗的复杂性肾结石最终极有可能导致肾功能丧失或致命性尿源性脓毒症。

### 复杂性肾结石的治疗选择

复杂性肾结石治疗的最终目标是尽可能地去掉结石、抑制结石复发、控制尿路感染以及最大程度地保护患肾的功能,而药物治疗和体外冲击波治疗的效果非常不理想,因此,治疗主要以手术为主。

目前临床中主要应用以下几种微创手术进行治疗:

经皮肾镜碎石取石术,是处理复杂性肾结石最主要的治疗方式。该术式碎石效率和清石率高,但手术难度较大,术后恢复慢且有创,易发生严重出血等并发症。

智能控压输尿管软镜钬激光碎石术,是近几年才发展的新技术,同传统软镜碎石一样能经自然腔道进入肾脏碎石,不同点在于它能够通过负压实时吸引结石碎片,显著提高安全性和清石率,创伤小、恢复快,但手术时间较长,可能增加感染概率。

双镜联合手术,这是可以同时进行上述两种术式的联合技术,能够减少手术并发症,进一步提高碎石效率和清石率。但仍属有创手术,恢复慢,且术中特殊体位学习难度高,暂未在临床广泛推广。

部分患者可以选择开放手术或者腹腔镜手术。当然,这两类手术损伤大,并不常规使用。

对于复杂性肾结石应尽早手术,定期体检早发现、早治疗

是非常有必要的。具体治疗方法应根据结石的情况、术者的经验以及患者的身体条件等多方因素综合考虑进行选择,以最大限度提高结石清除率和减少手术并发症为宗旨。

### 复杂性肾结石的防大于治

1. 每天饮白开水2~3L,饮水量的简易判断方法是使尿液呈无色透明的状态。足量的饮水可以使结石复发的几率降低50%以上。

2. 鼓励多吃水果和蔬菜,但要避免含有大量草酸的食物,如菠菜、甜菜和土豆等。

3. 避免高盐、高糖饮食及补充过多维生素C和D。

4. 适量摄入牛奶、酸奶等奶制品,通过均衡饮食摄取适量的钙,而不是补充钙剂,可以减少结石的风险。多运动,不要过量进食肉类及动物内脏。

5. 定期健康检查,特别是有肾结石病史者,以监控身体状况并及时调整生活方式和诊治。

(作者:刘昌毅 福建医科大学附属第一医院 泌尿外科 主治医师)