

戴了老花镜反而看不清

医生提醒:老花也要先验光再配镜



通讯员 应晓燕 本报记者 戴虹红

有句老话说“四十八,花一花”,意思是人到48岁时开始出现老花。但47岁的刘女士老花提前了,两年前开始,她看书时会下意识摘掉近视眼镜,于是决定去眼镜店买一副老花镜。到了眼镜店,店员建议她验光后配镜,但是刘女士认为,自己老花还不严重,没必

要验光,于是挑了一副“戴上去能看清文件上的字”的老花镜。

然而,老花镜没戴多久,刘女士出现不适。随后,她来到浙江省立同德医院眼科就诊。经检查发现,刘女士老花镜度数不对,且存在散光的问题。这也是为什么她使用老花镜后,反而感到视物更加模糊的原因。

遵循医生专业建议,刘女士接受了科学配镜。医生表示,如果确认是老花,科学配镜很重要。专业验光师会通过病例调查和症状分析、初步视力测试、老花度数测量等一系列步骤,提供科学配镜服务,确保使用老花镜时获得更好的视觉效果和舒适感。

据介绍,老花虽然是个渐进过程,但也有迹可循,可通过以下7个方面进行自测。

看字易串行,文字成双。

裸眼时比较难看清手机按键或文字信息。

看远处清楚,近处不清楚,近处小字需要拿远才能看清。

看远看近,眼睛要调节一会才能看清,对焦时间较长。

原来戴近视眼镜阅读,现在需要把眼镜摘掉才能看清。

离物体近距离工作时头痛,做细致的工作时常会失误。

看手机亮度要调高,看书时屋里要明亮。

医生提醒,如果出现3种以上症状,就要警惕了,建议及时到眼科找医生进行检查。

如果已出现老花眼,日常生活中注意以下事项,可以帮助延缓老花进展。具体包括定期眼检;保持良好用眼习惯,长时间用眼易致眼疲劳,建议每隔一段时间远眺、眨眼,有效控制用眼时间;保持良好照明,确保使用足够明亮的照明条件,避免在昏暗环境中长时间用眼;饮食中摄入富含维生素A、C、E和锌的食物,如胡萝卜、橙子、坚果等;戒烟和限制酒精摄入,有助维护眼睛健康;如果感觉老花镜度数不再适用,及时进行眼科检查,更换合适的老花镜。

大伯总“挤眉弄眼”与这一综合征有关

通讯员 陈瀛 本报记者 徐小翔

79岁的张大伯面部不自主出现“挤眉弄眼”状况,随着病情加重,逐渐难以睁眼,严重影响正常生活。随后,他来到浙江省中山医院神经内科张淑青主任的诊间。经诊察,考虑元凶是梅杰综合征。

这是一种累及头面部的特发性肌张力障碍,以双眼睑痉挛和(或)口面部肌肉对称性不规则痉挛性收缩为临床特征。该病好发于30-60岁人群,男女比例约为1:3。

目前治疗方法主要有药物、局部肉毒毒素注射和手术治疗。充分讨论后,该院康复医学科何圣三副主任医师建议张大伯采取肉毒毒素注射治疗。何圣三解释,肉毒毒素能麻痹肌肉神经,以停止痉挛,但麻痹功能不是永久性的,每次注射约能维持3-6个月。

招募100名有松牙 残根 缺牙的市民

体验保真牙 不拔不种新理念

随着年龄增长,口腔健康问题随之而来,牙齿松动、龋坏、缺损、脱落等在中老年人群中并不少见。牙齿是珍贵的不可再生资源,是任何义齿都无法比拟的,只有真牙才能做到“食之有味”,修复牙齿应该“能留则留”,老年人则希望“能修不种”。

为帮助中老年人更科学地摆脱牙齿烦恼,浙江省老龄产业协会联合杭数口腔发起“杭城口福行动”,特别开展“中老年真牙保卫战”活动。50岁以上有松动牙、残根牙、缺牙的市民都可以报名参加,提供免费数字化口腔检查、免费AI诊断分析牙齿问题、免费设计数字化修复方案,仅100个名额,越早治疗,松动牙、残牙根保住的几率越大。

中老年口腔健康三大误区 你踩了哪些雷

面对牙齿问题,中老年人普遍存在三个误区。一是“放任不管”,导致牙松动、龋坏等问题加剧,错过

治疗机会,只能拔除;二是“盲目拔牙”,拔掉有保留利用价值的松动牙和残根牙,再去镶牙或种牙,既费牙又费钱;三是“一拖再拖”,缺牙后不及时进行修复,导致牙槽逐渐萎缩,加大种牙难度。

杭数口腔医生明确指出,随着数字技术发展,我们对口腔问题有更准确诊断、更科学的解决方案,能更大限度保住松动牙和残根牙,松动牙通过固定,可以延长使用寿命,残根牙进行修复就能正常使用,牙齿缺失有数字化微创即刻种植方案和“无种植”仿生牙方案,能快速恢复一口好牙。

“无种植”仿生牙受欢迎 现在定制 新年用新牙

我们从“杭城口福行动”报名现场了解到,“无种植”仿生牙受到缺牙市民欢迎,因为它不用手术、不限年龄、不限身体条件,牙槽骨萎缩也可以做,而且价格比种植牙低,是因身体或经济条件无法种牙、害怕种牙、不想种牙人群的理想选择。也有不少市民是来换掉活动假牙的,仿生牙是活动假牙升级



版,它大大改善稳固性和舒适性,不易脱落,咀嚼强劲,吃排骨咬苹果都很轻松。年底将近,大家想快速恢复一口好牙的愿望也更强烈,仿生牙定制周期短,过程简单,只有取模和戴牙两个环节,戴上牙就能即刻吃东西。

也有不少缺牙市民选择种植牙,它的使用寿命、咀嚼力、固位力更胜一筹,特别是严重松动、龋坏等无法保留的松动牙和残牙,数字化即刻微创种植牙可以做到拔牙、种牙一次完成,在患牙拔除后立即在拔牙窝内直接植入种植体,既减少创伤,又缩短时间。

感兴趣的读者可通过本版右上方电话报名。 记者 林乐雨

惠民看牙政策

优惠一:为50岁以上市民提供免费数字化口腔检查、免费AI口腔健康诊断报告、数字化牙齿修复方案

优惠二:为做仿生牙的市民提供20%看牙补贴

优惠三:为做种植牙的市民开放惠民价1680元/颗,半口种牙16800元。

报名条件

- ☐ 牙齿松动 ☐ 残根牙
- ☐ 残冠 ☐ 活动假牙佩戴不适
- ☐ 烤瓷牙失败 ☐ 单颗缺牙
- ☐ 多颗缺牙 ☐ 半口/全口缺牙