

## 秋高气爽出游好时节

## 医生提醒:老年朋友护好三部位

## 医点通

科普医学知识,传播健康理念,为让老年朋友更好地了解医学、健康生活,浙江老年报与省医师协会老年医学分会、省医学会科普分会联合推出“医点通”专栏。

通讯员 吴玲瓏 本报记者 徐小翔

最近,秋高气爽,正是出游好时节,不少人约上三五好友,登高远眺,纵览好风光。但是,医生提醒,老年朋友需注意三方面健康问题,安全、快乐出游。

前些天,70多岁的李阿姨走进

浙江医院副院长、骨科宋柏杉主任医师的诊室,原因是脖子痛了好几天,始终未能缓解。

通过对患者的查体并结合相关体检报告,宋柏杉建议其进行骨密度检测,结果显示,李阿姨有严重骨质疏松。

对老年人来说,骨质疏松不是小问题,常见症状表现为疼痛、骨折、脊柱畸形以及活动受限等。有时,很常规的身体动作,或是受到轻微外力,都可能因为骨质疏松造成骨折。因此,外出游玩时,应注意量力而为,安全第一。

如何做好预防?宋柏杉表示,通常来说,女性从55岁起需要开始关注骨密度并重视补钙,建议每年定期进行骨密度检查。同时,改善生活方式,如多晒太阳、高蛋白饮食等。

除了关注骨骼健康,随着天气转凉,老年朋友外出游玩、运动,尤其要护好心血管。

前两天,年过七旬的吴阿姨捂

着胸口找到浙江医院心血管内科王江挺主任医师,说自己胸口又闷又痛,透不过气来。

吴阿姨患有冠心病,几年前植入支架。当天一早,出门锻炼的她被冷风一吹,心脏出现不适,发生心绞痛。王江挺表示,换季转凉时节,往往是心血管疾病高发期。医生提醒,患有心血管疾病的患者,家中要常备急救药品,外出活动应随身携带。同时,注意防寒保暖,避免剧烈运动。

此时节还是呼吸道传染病高峰期,如支原体肺炎、季节性流感等。老年人因免疫衰老、抵抗力下降等因素,不仅是传染病易感人群,而且更容易因感染发展成重症。

浙江医院感染疾病科主任王洪提醒,老年朋友在公共场合尽可能戴好口罩,一方面是为过滤病毒和细菌,另一方面有利于气道保暖。同时,做好预防接种,降低流感感染和重症发生风险。

人工智能助力  
术中诊断脑肿瘤

荷兰研究人员近日发表论文说,他们开发出一款人工智能系统,可帮助医生在手术中判断脑肿瘤具体分类,进而做出诊断决策。

目前医生常借助术前影像学和中组织学分析了解肿瘤类型,但有时难以做出准确判断。

荷兰乌得勒支大学医学中心等机构研究人员介绍,他们利用人工智能技术开发出的“斯特金系统”,可在相对较短时间内判断肿瘤类型。在对50个先前采集的肿瘤样本进行分析后,该系统在40分钟内对其中45个样本做出正确诊断。研究人员还在25台手术中测试该系统,发现它在90分钟内对其中18个病例做出正确诊断。

研究人员说,这表明人工智能工具可帮助医生在术中更好地做出诊断决策。 据新华社

## 远视合并老花 高度近视合并白内障 怎么办

## 省眼科医院之江院区专家送出重阳节福利 10个专家号

在九九重阳节到来之际,省眼科医院之江院区开展多场“九九重阳节 关爱眼健康”义诊公益活动。

该院老视专科陈鼎主任表示,在义诊过程中,他发现,随着生活水平的提高,中老年朋友对于清晰视力要求越来越强烈,不仅要“看得见”,还要“看得清、看得好”。

前段时间,他遇到一例远视合并老花以及一例高度近视合并白内障的患者,比较具有代表性,可以拿出来和大家分享。

做了三焦晶体手术  
远视合并老花的她看得很自如

54岁的张女士是位美发师。近两年来,她感觉自己在工作时力不从心,明明一臂远距离,却怎么也看不清。为了能够继续从事美发事业,在朋友介绍下,张女士找到浙江省眼科医院之江院区老视专科陈鼎主任求助。

陈鼎发现,张女士的双眼远视力都有1.0,中、近视力却只有0.5,而

作为美发师的张女士工作时对近距离视力要求较高,如果没有清晰的近视力,工作与生活都成为难题。张女士的验光结果显示,双眼远视50度,近视附加175度,这意味着张女士是远视眼合并老花眼。

没想过,这个年纪就已经是老花眼。备受困扰的张女士渴望通过手术改变现状。张女士做了一番了解,三焦点人工晶体植入术可以解决老花眼问题,实现看近、中、远都清晰,非常符合自己职业要求。

陈鼎表示,老视实质是人眼调节能力减退,是自然衰老过程。眼睛调节通过晶状体形变来实现,随着年龄增大,晶状体形变能力下降,看近屈光度数不够,需要借助凸透镜,也就是我们常常说的老花镜来协助看近聚焦。

三焦点晶体运用高科技光学设计,具有真正意义上远、中、近三个焦点,模拟人眼变焦功能。三焦点晶体植入取代人眼自然晶体是目前治疗老花眼一种安全、有效的方法,让人眼重新拥有远中近全程清晰视力。

高度近视合并白内障  
手术帮她找回年轻感觉

家在河南洛阳的周女士,从小近视度数就比同龄人高,成年时双眼近视度数已达到1800度,摘下眼镜视力仅有0.08。

随着年龄增大,周女士的视力比以往更差,让她甚是烦恼。在一次偶然机会中,周女士看到一篇报道上写:近视2300度的同龄人在浙江省眼科医院之江院区陈鼎医生的帮助下重见光明。她当即就决定前来杭州求医。

事实上,周女士双眼因高度近视,已经出现眼底改变。她也知道自己眼底情况不好,早年就做过双眼眼底激光治疗。此外,陈鼎还发现周女士已经出现双眼高度近视并发性白内障。经过与周女士详细沟通,陈鼎根据患者眼部情况,为其制定适合的手术方案。几天后,周女士顺利完成双眼飞秒激光辅助下微切口超声乳化吸除联合人工晶状体植入术。

考虑到周女士眼底情况较差,



陈鼎并未选择在术中植入多焦点人工晶体,而是选择传统的单焦点人工晶体,并且为了满足周女士的看近需求,为她选择术后预留300度近视。“几分钟,根本没有开刀感觉,也没有任何不适感,唯一的变化,就是眼前一切很清晰,感觉回到年轻时候。”周女士握着陈鼎的手表示感谢。

陈鼎表示,随着高度近视患病率增加以及老龄化发展,高度近视合并白内障将给临床手术医师提出更多挑战。对于此类患者,把握好合适手术时机、选择个性化手术方式与人工晶体、借助先进的手术设备和技术,可以极大提升患者视觉质量。

记者 徐小翔

如需了解更多眼科咨询,可拨打本版右上角专线电话。