

受伤二十余年也有复明机会

医生表示:只要能感觉到光就可尽力一试

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 孙敏慧 本报记者 徐小翔

不久前,浙大二院眼科中心病房里,50岁的刘大哥左眼刚接受手术,他兴奋地与电话那头的父母分享重获光明的喜悦。刘大哥上一次看得这么清晰,还是在25年前。

当时,刘大哥干活时,一块木片飞溅弹进他的左眼,不觉得痛,但眼睛红通通一片,瞬间就什么都看不见。家人将他送到当地医院治疗,医生判断伤势较为严重,但由于医疗技术水平有限,无法进行手术,最终采用了保守治疗方案。

本以为就这样保住了视力,但事发5年后,刘大哥发现左眼视力逐渐下降,不过因为右眼视力尚可,不影响日常生活,他没将此事放在心上。

直到三四年前,刘大哥偶然闭上右眼,才发现自己左眼视力差得厉害,“人也看不清了,只能看到晃来晃去的影子。”他觉得都过了这么多年,肯定治不好,便没有去医院治疗。今年年初,在家人再三催促下,他才下决心来到浙大二院眼科中心就诊。

经过眼科中心副主任、浙江大学眼科医院副院长徐雯的详细检

查,刘大哥左眼只剩下光感,角膜和眼球都有挫伤,晶状体浑浊严重,属于比较严重的陈旧外伤性白内障。

“像这类还能感受到光的外伤性白内障,可以考虑手术。不过毕竟是20多年的陈旧伤,手术存在一定风险,术后视力恢复也有可能达不到预期。”徐雯向刘大哥解释手术方案和风险。

“徐医生,既然还有希望,我想试一试。”刘大哥说。

术后第二天早上复查,刘大哥左眼视力达到0.6,感受到了久违的明亮视线和开阔视野。如今4个月过去,刘大哥再次到医院复查,左眼视力慢慢恢复到1.0。

从医20多年的徐雯表示,对于像刘大哥这类陈旧的外伤性白内障患者,不应放弃希望,只要眼睛还能感觉到光,就可以尽力一试。当然,最终视力改善情况取决于外伤的程度及患者眼部条件。

新研究“定位”导致口吃的大脑网络

一个研究团队近日报告说,他们发现了导致口吃的大脑网络。

口吃曾经被认为是一种心理障碍。然而,随着进一步研究,口吃现在被认为是一种与调节言语产生有关的大脑障碍。某些口吃可能由神经系统疾病(如帕金森病或中风)导致。但目前人们对口吃的神经生物学机制尚未完全了解,它源于大脑的哪个位置也仍然不确定。

研究人员选取中风患者为研究对象,其中一些人在中风后立即出现口吃。结果发现,口吃和中风都源于同一个大脑网络。随后,研究团队又使用磁共振成像扫描20名发育性口吃(区别于获得性口吃)患者的大脑。结果表明,不管是因为发育问题还是神经问题,口吃与中风是由一个共同的大脑网络引起的。

研究人员表示,这一新研究结果为口吃的神经生物学基础提供了独特的见解,在大脑中定位口吃为医学治疗开辟了新的可能性,例如刺激大脑网络。 据新华社

大姐一次狂炫十个百香果

想用偏方治便秘却进了医院

通讯员 郑莎 本报记者 戴虹红

55岁的刘阿姨长期受便秘折磨。上周,她在短视频平台看到一个健康知识分享,说百香果籽能治便秘,还能减肥、美白。她马上买了一箱百香果,学着视频里的做法,百香果加蜂蜜用温水冲泡。为了加强效果,她用了整整10个百香果泡了一大壶。因为百香果籽特别小,她没有嚼碎,连水一起吞下。

当天傍晚,刘阿姨突感上腹绞痛,仿佛有一团东西堵在体内,拉不出,又疼得厉害,并且伴有呕吐。家人紧急将她送至浙江中医药大学附属第二医院(浙江省新华医院),一查是急性肠梗阻。

该院消化内科副主任钟继红表示,患者吞入大量百香果籽,这些籽较为坚硬,难以消化,堆积在肠道内,导致肠道不通。百香果的籽和果肉很难分离,吃的过程中,籽要尽量嚼碎,且不要过量食用。尤其是存在消化系统疾病的人,大量进食百香果籽可能加重疾病。

同时,钟继红也解释了关于便秘的一些问题。

每个人的排便规律不同,偶尔有1-2天没有排便,不用过于焦虑。

真正的便秘表现为排便次数减少(每周排便少于3次)或长期无便意、粪便干硬和(或)排便困难,排便困难包括排便费力、排出困难、排便不尽感、排便费时,以及需手法辅助排便。若出现上述症状,并持续一定时间,就可能是便秘。慢性便秘的病程至少为6个月。

每100个老年人中就有15-20人便秘,大部分人通过改善生活习惯可以恢复。但如果便秘长期存在,轻者导致口苦、食欲不振、腹胀、腹痛、肛裂、痔疮等,重者还可能导致肠梗阻、肠穿孔、直肠癌等,长期便秘的老年患者还易发生精神紧张、抑郁,甚至痴呆等,便秘诱发的猝死也不少见。因此,如有持续或严重的便秘症状,应及时就医,以确定具体原因并获得适当的治疗,尤其是器质性便秘的患者,需及时针对原发病治疗。

钟继红表示,想要更通畅,平时要注意定时排便、多吃些粗纤维、多饮水和适度运动。除此之外,还可以试试以下3个小妙招。



排便姿势:家中马桶一般都是坐式马桶,上厕所时,如果感到排便困难,脚下最好踩一个小板凳,上身微微前倾,这个姿势可以增加腹压,加大直肠角,让排便更顺畅。

腹部按摩:一只手掌以掌心贴附肚脐,另一只手叠在上面。用下面手掌拇指以外的四指指腹,从右下腹开始,顺时针方向轻轻按摩腹部,当按摩至左下腹时,适当加强指的压力,以不感疼痛为度,每次10分钟左右,每天可以做2-3次。按摩时手法既要柔和、均匀,又要有一定力度,促进大肠蠕动。

提肛运动:平卧或坐位时进行收缩肛门运动,正常排便时的一收一放动作,以锻炼提肛肌收缩力。

研究发现一种蛋白延缓老年运动能力下降

瑞士洛桑联邦理工学院科学家开展的一项新研究表明,可以通过增强Trio蛋白的表达来抵消果蝇与年龄相关的运动能力下降。

随着年龄增长,人类的运动能力会明显下降。这种下降可以追溯到神经肌肉接头处发生的变化。而运动能力的退化又与运动突触末端的退化密切相关。在运动突触末端,信号从脊椎神经传递到肌肉。随着年龄增长,神经递质释放减少,启动肌肉运动的能力也随之变弱。

研究团队此次发现了一种可能的预防方法。他们发现,在衰老果蝇体内,调节突触结构的蛋白Trio减少,这导致其运动能力下降;增加Trio可以保持运动突触的完整性,并延缓运动强度的下降。

这意味着,增强Trio蛋白可以稳定突触结构,从而缓解随衰老而来的运动能力的下降。这一发现为治疗与年龄相关的运动障碍突触退化提供了新方法。 据《科技日报》