

不分左右，眼皮跳可能真有麻烦

专家：连跳一整天，务必就医

今日女报/凤网记者 李诗韵 实习生 刘浩

“左眼皮跳跳，好事要来到……”金志文的这首歌曾红遍大江南北，你还记得吗？俗话说，“左眼跳财，右眼跳灾”，眼皮跳跳似乎是每个人都经历过的“小事”，周围的人总会打趣着问“哪只眼睛跳？”来预言好事还是坏事的到来，而我们也经常不自觉地相信这个“预言”。

殊不知，近日台湾著名主持人蔡康永在“歪”着嘴参加金马奖颁奖典礼后，自称也经历过一次左眼皮跳跳。可与俗语说法相悖，他不仅没有碰上好事儿，还罹患面瘫。眼皮跳跳究竟预言着什么？让我们一起来了解下。

■追溯

“左眼跳财，右眼跳灾”说法来自哪里

“我们习惯性地认为眼皮跳是事情发生的预兆，这个说法实际是传于中国传统文化《易经》。”

北京师范大学古代文学研究

专业教授胡照明介绍，《易经》中子、丑、寅、辰等12个时段分别有关于左眼跳和右眼跳的说法，在12个时段里，左右眼皮跳动的规律

中总结，左眼跳比右眼跳更加吉祥有利，因此，传言“左眼跳财，右眼跳灾”。

■趣闻回溯

“左眼跳财，右眼跳灾”，面对这个传言，我们大多数人总是半信半疑。殊不知，国内近年还真有“左眼跳财”的真实案例。2012年10月21日，甘肃省兰州市的翟羽翎就碰上了一件“财事”，在她的“好旺角”

彩站中，她亲手打出了一张10元单式、奖金达1060.7万元的双色球彩票。而她激动地告诉旁人，前日曾“左眼跳跳”。看到这，您千万别就盼望左眼跳跳，因为今年8月20日，吉林省松原市的杨春林用亲身经历

又告诉您，并不是每个人“左眼跳跳”都能换来“财事”，甚至很可能带来疾病！杨春林回忆，自己期待了一个月的“左眼跳跳”因发展成嘴角抽动，最终等到了医院的一张诊断书，上面写着“面肌痉挛”。

■专家揭秘

眼皮跳跳，面肌痉挛比财运来得快

“眼皮跳跳不是小事，更不能用来判断是财是灾。”湖南省第二人民医院神经内科副主任医师杨振光介绍，像案例中前两位主角更多或因激动或因压力等心理因素导致眼皮跳动，而所谓的“左眼跳财”只是一种心理暗示。

杨振光介绍，眼皮跳动医学上称为眼睑震颤或眼睑痉挛，是因

植物神经紊乱、眼睑眼轮匝肌的纤维部分受到影响而突然产生的反复颤动、痉挛现象。面部及眼皮的肌肉运动是受面神经支配的，当面神经受刺激时，即会引起其支配肌肉的抽动，如只影响支配眼皮的分支，则只出现眼皮跳，所以眼皮跳不是祸患将至的先兆，而是面神经的不正常活动引起。



病理性眼皮跳，或致面瘫

湖南省中医院眼科副主任医师吴利龙说，从眼科角度分析，眼皮跳多因休息、睡眠不足导致眼肌疲劳或是贫血、烟酒过度所致，但

也不排除屈光不正或是面部神经出了问题。

“眼皮跳动分为病理性和生理性两种。”杨振光介绍，病理性眼

皮跳动可由眼睛屈光不正（近视、远视、散光等）、眼内异物、结膜炎、角膜炎等导致，发作较频繁、跳动幅度大，严重时致面瘫。

眼皮跳一天，建议及时就诊

除了“左眼跳财，右眼跳灾”的说法，“眼皮跳，贴纸片”也是从小妈妈就教我们的好办法。此说法来源于“左眼跳财，右眼跳灾”的延伸，传言在右眼跳的时候贴上一个白色的纸片，就意味着“白跳”，这样就不会有灾难降临了。这个方

法真的管用吗？杨振光表示，并不管用。

“贴纸片并不能解决眼皮跳动的问题。”杨振光建议，眼皮跳动时，可以闭上眼睛用手指按摩眼部周围部位，缓解眼部压力。“眼皮跳动最可能导致的就是面肌痉挛，

而其中99%是因支配眼皮肌肉运动的面部神经被颅内异常血管压迫刺激，1%为颅内肿瘤、蛛网膜粘连刺激面神经所致。”杨振光介绍，倘若眼皮跳动频率大，只要持续一整天，就须去医院就诊，判断出眼皮跳动的原因，及时进行治疗。

■名医会

人食五谷杂粮，哪有不生病的时候。那么，你是不是遇到过这样的苦恼：不知道什么医院有你想去的权威医生，或者知道理想中的专家，往往一“号”难求……从本期起，我们将每期推荐一位省内知名医院的权威专家，为你就医提供参考。同时，倘若你的亲人朋友如果遇上了麻烦的疾病，需要与“名医会”的专家进行在线咨询或者答疑，可以将相关信息发送到今日女报官方微信平台或通过QQ2977794501与编辑进行交流。

本期《名医会》为你推荐湖南中南大学湘雅三医院器官移植中心主任明英姿。10月12日，湖南省首例跨血型肝移植手术成功实施，大大减少了肝病患者在等待肝源过程中死亡的几率，而本次手术的主刀医生就是明英姿。



明英姿，女，副教授，医学博士。

1994年毕业于武汉同济医科大学英德双语临床医学医疗系，曾留学德国多年，2001年随导师叶啟发教授作为团队引进人才之一到中南大学湘雅三医院开展器官移植工作，是湖南省器官移植专业委员会委员兼秘书、湖南省器官移植质量控制中心委员兼秘书，长期从事器官移植的临床医疗、教学及科研工作，参与及独立完成肾移植500余例（含亲属活体肾移植）、肝移植近200例，有着丰富的器官移植临床工作经验。

■被遗忘的常识

牛奶还有八大你不熟悉的用处



今日女报/凤网记者 李诗韵 实习生 刘浩

每一个孩子的成长都离不开牛奶的陪伴。然而，除了营养丰富，你知道它还有哪些用途吗？近日，美国“自然母亲”网站载文，总结了牛奶的八大新用途，即使是变质的牛奶，其实也可以变废为宝噢！

1 解冻鱼肉

对此，国家二级营养师夏群英介绍，自来水解冻的鱼肉口感较为干燥和粗糙，甚至带有一股异味。如果将冷冻的鱼放在牛奶里解冻，这种天然的“保湿剂”能恢复鱼肉的水分和味道，吃起来口感更好。

2 敷脸

“不仅是新鲜牛奶，变质的牛奶也能做面膜。”长沙索菲亚美容养生会馆美容师梁诺介绍，牛奶具有良好的保湿性能，可以将其与蜂蜜混合使用，功效相当于面膜。如果皮肤瘙痒、被蚊虫叮咬或者被晒伤，也可以用牛奶敷患处，有一定的缓解作用。

3 除锈

将酸腐的牛奶（或在牛奶中加一些醋）用来浸泡银器，可去除银器表面锈斑和污点。

4 修复裂痕

如果瓷器出现了细微的裂缝，可以把它放在锅中，倒入牛奶浸泡，加热煮沸，然后关小火，用细火煨45分钟。牛奶中的蛋白质会与瓷器中的黏土相结合，把裂缝修补好。

5 去除油渍墨渍

生活中，衣物经常被油渍墨渍污染。这时，用牛奶浸泡小会儿，充分冲洗后，再放入洗衣机中用冷水洗涤即可。

6 护理皮革

如果你想深层处理皮革制品，可以涂抹牛奶后让它彻底风干，然后再打磨，牛奶能使皮革的裂缝和磨损闭合起来，看起来光亮如新。

7 卸妆

如果你外出没带卸妆液或卸妆液用光了，可以将牛奶轻柔地涂在脸上，按摩几分钟，它不仅能去除化妆品残留，还能起到滋润皮肤的作用。

8 解辣

“吃辣椒后舌头发麻，喝牛奶就是最好的办法。”夏群英介绍，辣椒素不溶于水，但它能与牛奶结合。因此，喝牛奶能迅速缓解味觉不适。

■传言求真

坐月子到底能不能吃青菜？

今日女报/凤网记者 李诗韵 实习生 刘浩

月子里不能洗澡、不能吹风、不能吃青菜……月子习俗一直是中国妈妈所遵守的定则，然而月子期，妈妈究竟能不能吃青菜呢？

微博上曾传言一名三十多岁的准妈妈，因为在月子期间不吃一口青菜，纯母乳喂养的宝宝出现晚发性维生素K缺乏，导致抽搐和颅内出血，造成不可逆的脑损伤。

对此，长沙市第三医院儿科主任医师宋芳介绍，新生儿维生素K缺乏导致的出血性疾病，尤其是颅内出血，是新生儿死亡和致残的诱因。维生素K是一种人体必需的脂溶性维生素，在凝血过程中起重要作用。而新生儿肠道内正常菌群尚未建立，肠道细菌合成维生素K较少，而母乳中的维生素K含量也不高，因此纯母乳喂养的宝宝容易发生维生素K缺乏性出血症。如若新妈妈不吃绿色蔬菜，就更容易导致宝宝维生素K缺乏。



■健康身边事

别把角膜接触镜全看成隐形眼镜

文/杨莹莹（湖南省儿童医院眼科）

一提起角膜接触镜，大家很容易就想到传统的“隐形眼镜”——软性角膜接触镜，其镜片质地柔软，佩戴舒适性好，而被大众广泛接受。但随着佩戴时间的延长，其缺点也逐渐显露出来。

近年来，随着角膜接触镜的不断创新，硬性透气性角膜接触镜在全球范围内得以迅速普及。与软性隐形眼镜相比，它既提高了透氧性，又保证了材料的牢固性，并且具有良好的湿润性和抗沉淀性。硬性透气性角膜接触镜具有“会呼吸的隐形眼镜”的美誉，佩戴镜片的状态下，镜片与角膜前表面存在一层薄薄的泪液层。正是这薄薄的一层泪液层，既保证了在每次眨眼时有泪液交换，提高了角膜的透氧性，不易引起缺氧和干眼症，也不会引起角膜内皮细胞数的改变，对于矫正角膜散光具有优越性。

专家认为，我国是近视发病率最高的国家之一，我们可以抱着了解与接受的态度认识硬性透气性角膜接触镜，让广大近视患者获得更舒适清晰的世界。