

注射一针后，她的视力从 0.1 恢复到 0.8

视力突然下降，医生竟然给眼睛打针

科普 >>

秋季干燥，儿童容易流鼻血怎么办

文 / 李景瑜 (湖南省儿童医院病友服务中心)

1. 改变生活习惯。让孩子多喝水，避免用手抠鼻子；饮食上避免辛辣、刺激食物，多吃新鲜蔬菜、水果，如苹果、梨、芹菜等；注意个人防护，如出门时戴口罩。
2. 改变环境。由于秋季相对干燥，可以在室内放空气加湿器，保持室内温度适宜，以缓解由于干燥引起鼻子出血的症状。
3. 药物冲洗。可以使用鼻腔冲洗药物，如用生理盐水进行鼻部冲洗，保持鼻腔清洁。
4. 采用滴鼻药物。使用油性滴鼻剂，如复方薄荷油或鱼肝油滴鼻剂等，可以缓解鼻腔干燥，减少鼻子出血的概率。
5. 涂抹药物。若发生鼻腔出血，可以在出血一侧的鼻腔涂抹药膏，如红霉素软膏等，以保护鼻腔黏膜，增加鼻腔湿润度，对黏膜愈合有一定帮助。如果孩子长期出现此类情况不缓解，需要到医院检查，及时治疗。

宝宝如何做六指切除手术

文 / 覃曼丽 (湖南省儿童医院麻醉手术科)

通常情况下，宝宝做六指切除手术时会进行全身麻醉，麻醉医师会根据宝宝的实际情况，给宝宝静脉、肌肉注射或雾化吸入麻醉剂，使宝宝的中枢神经系统、神经肌肉反射受抑制，从而意识消失。因此，在麻醉期间，宝宝是感受不到疼痛的，这有利于外科手术正常进行。在手术完成后，麻醉药会随着宝宝的呼吸及尿液代谢至体外，这时，神经抑制消失，之前手术造成的组织损伤处开始疼痛，很多宝宝会表现为术后哭闹不止。家长可以结合动作和声音来安抚，比如轻拍宝宝的背部，轻声安慰宝宝不要害怕，必要时可在医生指导下，给予非甾体抗炎药，如布洛芬颗粒等，以帮助宝宝止痛。手术后，应注意营养均衡，要清淡饮食，多吃瓜果和蔬菜，同时注意保持刀口部位清洁，防止感染。

秋天如何给小孩养肺

文 / 刘媛 (湖南省儿童医院病友服务中心)

1. 饮食调理。如果小孩属于肺气不足的体质，在秋天容易出现咳嗽等症状，可以让小孩适量食用雪梨、银耳等食物。雪梨具有清肺、化痰的功效，银耳则具有滋阴润肺的功效，两者对肺气不足引起的咳嗽、咳痰等症状都有一定的辅助治疗作用。
2. 推拿。可以在专业医生指导下，通过揉法、推法等推拿方式，对小孩的肺俞穴、天突穴等穴位进行按摩，有助于促进局部血液循环，起到一定的养肺作用。
3. 服用药物。如果小孩通过饮食调理、推拿等方式无法起到养肺的作用，可以在医生的指导下，合理使用玉竹、麦冬等中药材进行调理。除此之外，小孩在日常生活中还需要注意多休息，避免过度劳累，并且要根据环境温度的变化，及时增添衣物，避免受凉，以免引起感冒等不适症状。

小孩晚上睡不着是什么原因

文 / 方红军 (湖南省儿童医院神经内科)

1. 精神过于兴奋。小孩入睡前处于兴奋状态或者在入睡前接触具有刺激性的事物，比如观看具有刺激性的动画片和听具有刺激性的故事，会导致小孩的大脑中枢神经系统处于兴奋状态，导致晚上睡不着。
2. 睡眠环境问题。如环境温度不适宜，室内光线不适宜且噪声过大，会导致大脑皮层不能进入睡眠状态，导致小孩无法正常入睡。
3. 病理因素。小孩出现呼吸道感染的症状，如发热、流鼻涕、咳嗽等，或者小孩患有急性胃肠炎，出现恶心、呕吐、腹痛等症状时，会影响到夜间睡眠。
4. 缺乏维生素 D 或钙。缺乏维生素 D 或钙，会导致部分小孩中枢神经系统的兴奋性变高，从而影响睡眠。因此，家长要注意帮小孩调整作息时间，或者增加体育锻炼，让孩子在白天多进行有氧运动。



医生正在给患者眼睛打针。

今日女报 / 凤网记者 唐天喜 徐珂 通讯员 梁辉

给手臂、屁股打针很常见，但你听说过医生会给眼睛打针吗？

近来，给眼睛打针的医院日渐增多，不仅有省级医院，还有县级医院，不少人打完针后，视力都有一定程度的恢复，甚至有些人的视力从 0.1 恢复到了 0.8。

给眼睛打针的效果为什么这么好？安全吗？什么样的疾病可以给眼睛打针呢？

打一针，视力从 0.1 恢复到 0.8

“没想到，给眼睛打一针，眼睛就看得更清楚了。”9月14日，家住长沙市天心区的李美丽（化名）告诉今日女报 / 凤网记者。

李美丽年近七旬，原本在家享受天伦之乐，近一段时间却突然视力下降，几乎看不清东西。9月13日，在家人的陪同下，她来到湖南省人民医院眼科就诊，经检查诊断为右眼老年性黄斑变性。

老年黄斑变性又称年龄相关性黄斑变性，是一种严重影响视力的退行性眼底疾病，其引起的中心视力急剧下降会严重影响患者的日常生活，最终可能导致失明。

“在我国，年龄相关性黄斑变性是 50 岁以上人群的主要致盲原因，其患病率随年龄增长而升高。”湖南省人民医院眼科一病区主任曾琦告诉今日女报 / 凤网记者，“正常人的视力通常在 1.0 以上，而李

女士当时的视力只有 0.1，我们给她眼睛打针后，她的视力很快恢复到了 0.8。”

“以前只听说给手臂、给屁股打针的，给眼睛打针还真是第一回见到，而且这个治疗速度也真快，当天到医院治疗，当天就出院了。”李美丽笑着说。

在李美丽戴着纱布离开医院时，医生叮嘱她可以正常用眼，在几个小时后或第二天就可以取掉纱布，但在一周之内要注意用眼卫生，避免生水入眼，不要揉眼，并坚持一周使用抗生素滴眼液。

无独有偶，家住长沙市望城区茶亭镇的 72 岁的黄奶奶也在望城区人民医院接受了“给眼睛打针”的治疗。黄奶奶被确诊为“左眼黄斑囊样水肿”，具有玻璃体腔注药术抗 VEGF 治疗指征。经过玻璃体腔注药术后，黄奶奶的黄斑水

肿明显消退，其视力由此前的 0.08 恢复到 0.4。

“给眼睛打针”的专业术语是玻璃体腔注药术，通过专用注射针头将药物直接注射到眼球内的玻璃体内，使药物直接作用于眼底，达到治疗目的。其优点在于药物可直接作用于病变部位，避免全身用药时眼内或眼底有效药物浓度受限问题，同时减少全身副作用。

“我们科室目前一个月平均有 100 多个病人来接受玻璃体腔注药术。”曾琦介绍，玻璃体腔注药术以前使用的部分药物很贵，打一针需要花费 9800 元，而且由患者自费；随着相关药物纳入国家医保集采范畴，如今打一针约 3000 元，加上医保报销，患者自费部分只有几百元。

就诊，治疗越早效果越好。“玻璃体腔注药术会根据患者的不同症状对症下药，通常需要根据病情发展变化进行多次治疗，比如抗 VEGF 治疗一般是 1 个月注药一次，连续注药 3 次以后定期复查，而糖尿病性视网膜病变引发的黄斑水肿，当前治疗方法也是 1 个月注药一次，但要连续注药 6 次。随后，医生会根据复查情况按需治疗”。

不过，曾琦也告诉今日女报 / 凤网记者，玻璃体腔注药术虽然能够恢复视力，但并不能治疗近视，“它治疗的是因为高度近视病变而导致的视力下降”。

此外，曾琦分享了一个用来检查年龄相关性黄斑变性的方法。“大家可以使用阿姆斯勒方格表 (Amsler) 进行自我检查。”曾琦介绍，如果纸上的文字看起来模糊或直线变得扭曲，或者有看不见的地方，应立即去眼科医院进一步检查。

“给眼睛打针”安全吗

“给眼睛打针”安全吗？会扎破眼球吗？所有的病人都能达到像李美丽一样的治疗效果吗？这种治疗方法适合近视眼治疗吗？

“给眼睛打针是安全的，不用担心会扎破眼球。”曾琦肯定地告诉今日女报 / 凤网记者，首先，打针前，医生会给患者实施表面麻醉，即把麻醉滴眼液滴在眼睛表面，这是玻璃体腔注药术的常见麻醉方式，麻醉效果好。其次，给眼睛打针就跟打预防针一样，只是注射针头更细，部位也不同。“玻璃体腔药物注射都是在无菌手术室进行的，打针的部位几乎没有血管、神经，不会有痛感，也几乎没有不良的并发症。”而且，给眼睛打针的注射过程很快，通常不过几秒钟。

但是，不是所有的病人都能达到像李美丽一样的治疗效果。曾琦介绍，目前，“给眼睛打针”可以用于治疗的眼科疾病，主要包括糖尿病性视网膜病变、高血

压性视网膜静脉阻塞等引起的黄斑水肿、视网膜新生血管，以及年龄相关性黄斑变性、高度近视继发黄斑新生血管等。这些疾病都会引起患者视力下降。“据国际糖尿病联合会的数据显示，我国糖尿病患者人数已超过 1.4 亿，其中糖尿病性视网膜病变引发的黄斑水肿、视网膜新生血管患者有几千万人。”

“玻璃体腔注药术不是万能的，现有药物不能满足所有眼部疾病的需要。我们每个月 100 多个病人中，80% 的患者治疗效果明显，20% 的患者是难治疗的。”曾琦介绍，“如果发病时间不长，视网膜结构破坏不严重，一针下去视力从 0.1 恢复到 0.8 是有可能的；如果视网膜结构破坏严重，发病时间长，比如长达半年以上，治疗效果就会差一些，可能视力能从 0.1 恢复到 0.3。”

因此，曾琦建议，患者一旦发现视力下降，应该及时去医院