健康话题

本期:上眼睑下垂

眼睛是心灵的窗户,在眼睑一开一合间,人们“洞察世上悲欢事,明了心间爱恨由”。正常的眼睑保护着我们的眼球,但上眼睑过度低垂就是一种疾病了,这在医学上被称为上眼睑下垂。什么是上眼睑下垂?它有哪些危害?该如何治疗呢?1月14日,记者采访了重庆爱成眼科医院教授洪莉,请她进行了解答。

了解上眼睑下垂那些事儿

○记者 王灿

隋朝中医典籍《诸病源候论》卷二十八记载:“睢,指仰目而视。上胞下垂甚者,常借助仰首使瞳神显露,以便视物,故称睢目。”睢目就是我们现在所说的上眼睑下垂。随着现代医学的发展,我们对这种疾病的认识越来越清楚,也掌握了合理的方法去治疗它。

上眼睑下垂严重会影响视功能

“上睑下垂是指上睑部分或全部不能提起所造成的下垂状态,在向前注视时上睑缘遮盖角膜超过角膜的五分之一。正常睁眼平视前方时,上睑缘位于角膜上缘与瞳孔上缘间的中点水平,遮盖角膜上方约2毫米;上睑下垂眼向前注视时,上睑缘的位置异常降低,轻者不遮盖瞳孔但影响外观,重者部分或全部遮盖瞳孔,影响视功能。”洪莉说。

引起上睑下垂的原因很多,按照发病机理,可以归纳为分为先天性和后天性两大类。

先天性上睑下垂占所有分类的80%左右,是由动眼神经上睑提肌分支或动眼神经核发育不全所致,有遗传性,主要表现为双侧上睑下垂,可能会导致视功能减弱,甚至丧失。

后天性上睑下垂又可分为外伤性、神经原性、肌原性、腱膜性及机械性。外伤性上眼睑下垂是因沙眼、肿瘤、炎症和外伤造成眼睑肥厚、损伤上睑提肌,导致单侧或双侧上眼睑下垂。神经原性上眼睑下垂为眼肌麻痹性偏头痛、交感神经损伤等疾病导致神经支配缺损的结果。肌源性上睑下垂为上睑提肌有缺陷所致,如重症肌无力、肌萎缩、眼肌营养不良以及眼外伤影响上睑提肌收缩功能等。腱膜性睑下垂是由于上睑提肌功能传导障碍所致,典型表现是睑皱折过度或模糊,睑板上的眼睑很薄甚至在闭睑时能看到瞳孔,各型眼手术后可患。机械性上眼睑下垂常由于各种睑肿瘤、睑松弛症等而引起,也可因眼睑瘢痕影响上睑提肌运动而引起。

还有一种是假性上睑下垂,虽然患者上睑的外观呈下垂状态,但上睑肌功能正常,上睑真实位置也正常,常见于上睑皮肤松弛、上睑缺乏支撑、特发性睑痉挛。

自然睁眼平视时,上睑缘遮盖角膜上缘超过3毫米即为轻度上眼睑下垂,遮盖角膜二分之一为中度上眼睑下垂,而重度患者的上眼睑会超过角膜二分之一或遮盖全部角膜。由于睑遮盖了瞳孔,视物困难,患者常会耸眉、皱额、仰头,形成一种特殊的昂视姿态。

上眼睑下垂可通过整形手术纠正

上眼睑下垂在一定程度上会影响我们的生活,所以,尽早治疗是关键。洪莉告诉记者:“先天性的上睑下垂没有药物治疗,只能通过整形手术来进行纠正,但这与简单的双眼皮手术不同,需要有经验的外科整形医生进行治疗,术间才能把握治疗尺度,达到最好的治疗效果。因神经系统疾病、其他眼部疾病或全身性疾病所致的上睑下垂,应先行病因治疗,无效时再考虑手术。”

手术类型分为上睑提肌缩短术、额肌悬吊术两种。上睑提肌缩短术适用于上睑提肌功能尚未完全丧失者;额肌悬吊术适用于重度上睑下垂患者、3岁以下的重型先天性上睑下垂,以及不适于行上睑提肌缩短术者、上睑下垂严重的睑裂狭窄综合征儿童、行提上睑肌缩短术不能改善者。

先天性上眼睑下垂的最佳治疗时机是在患者2至5岁时,严重者可提早在1岁左右手术。

后天性上睑下垂在查明病因后,经治疗稳定,可在6-12月以后可考虑手术。手术切口将埋藏在双眼皮的皱褶内,一般看不出,如果术后形成双重睑、早期眼睑闭合不全一般也能在6个月后可以闭合。

先天性上眼睑下垂是一种常染色体显性或隐性遗传性疾病,所以无法预防,但后天性上眼睑下垂是可以通过正确的习惯来预防的。平时要注意保护眼睛,不要让外伤损伤了眼睛周围的皮肤、动眼神经或上睑提肌;不要用眼过度,防止肌源性上睑下垂;保持眼部卫生也很重要,有时候眼部会因眼病的缘故而使眼睑重量增加而引起机械性上睑下垂现象,比如眼睑长肿瘤、沙眼病等,因此做好眼部卫生工作,预防眼部疾病的发生也会降低患上睑下垂的风险;多做上眼皮运动,不仅可以提神养目,还能起到缓解眼睑下垂的问题,让眼皮保持紧致的状态;选择适合自己皮肤的护肤品,不要用刺激眼部的护肤品,以免较快的出现眼睑下垂问题,在日常生活中做好眼部的清洁工作,让眼部周围保持干净。平时还要多锻炼,保持身体健康,有很多其他疾病出现的先前征兆之一就是眼睑下垂,首先自己要考虑出现眼皮下垂的状况是否与近期感染、糖尿病等病史有关,要做好身体各项常规检查,避免其他科的疾病引发眼睑下垂。

区中西医结合医院

成功开展内科胸腔镜技术

本报讯(记者 **王灿** 通讯员 **皮凤华**)1月17日,记者从区中西医结合医院获悉,该院呼吸与危重症医学科成功完成了院内首例内科胸腔镜技术,该项技术的成功开展标志着该院呼吸科诊治能力再上新台阶,并为呼吸与危重症医学科(PCCM)的建设和准备工作打下良好的基础。

据悉,患者是一名59岁男性,在就诊前3天出现不明原因的呼吸困难,在当地卫生院诊断为“左侧胸腔积液”,行“胸腔穿刺术”后仍未能明确病因,遂转诊至区中西医结合医院呼吸与危重症医学科。患者入院后经胸部超声及CT检查明确左侧胸腔积液,科室主任蒋飞与副主任皮凤华在详细了解患者病史后,结合检查结果,确定为患者实施内科胸腔镜检查,并做好了术中预案及风险应急预案。

经过充分准备,医师团队在患者胸壁上切了一个长约1.5cm切口,顺利送入戳卡及胸腔镜(气管镜替代),随着积液不断被抽吸,胸膜病变越发显现明显,胸膜充血,胸腔内见多发粘连带。蒋飞抽尽患者胸腔积液后,细心观察胸膜腔各部位,对可疑病变进行活检并送病理检查,整个手术历时约1小时,术后患者呼吸困难症状减轻,安全返回病房继续相关治疗。

据了解,内科胸腔镜通过微创切口方式,应用高清视频直视观察胸膜病变及外周肺组织的细微结构,可进行活检、粘连松解、药物灌注及冷冻等诊疗操作;较以往胸膜活检(非直视下盲检)技术更加精准,对良、恶性胸腔积液的病因诊断率可达90%以上。该项技术具有创口小、疼痛少、可视范围大、患者耐受性好、术后恢复快等优点,对胸膜疾病的诊断和治疗具有重要的临床价值。

健康时评

推广HPV疫苗接种,还应再加把劲

○李阳和

在过去的2021年,山东省济南市为34056名在校七年级女生免费接种了人乳头状瘤病毒(HPV)疫苗,实现了目标人群接种覆盖率大于90%的目标。这是济南市卫生健康委在消除宫颈癌行动中交出的一份漂亮成绩单。

宫颈癌是严重威胁妇女健康的恶性肿瘤,也是目前所有癌症中唯一病因明确,且可以通过接种HPV疫苗、早期筛查、早诊早治等综合防治措施达到公共卫生层面上消除的癌症。为此,世界卫生组织2020年11月发布了《加速消除宫颈癌全球战略》,包括中国在内的全球194个国家共同承诺要消除这一癌症。早在10年前,我国就已开展包括宫颈癌和乳腺癌在内的“两癌”筛查。目前,全国已有多个城市启动了HPV疫苗免费或补助接种工作,说明我国向着消除宫颈癌的目标迈出了一大步。

要实现《加速消除宫颈癌全球战略》中所确定的目标——到2030年,90%的女孩在15岁之前完成HPV疫苗接种,还有很长一段路要走。目前,宫颈癌疫苗在我国的总体接种率还不高,个体接种疫苗的意愿普遍较低,一个重要原因是其价格较贵。据了解,宫颈癌二价和四价的疫苗费用为2500~3000元,九价疫苗为4000~6000元。为此,需要在疫苗研发和财政支持两个方面加把劲。一方面,要鼓励研发更多HPV疫苗,并通过政府集中带量采购把价格降下来,才有可能扩大HPV疫苗的接种覆盖面。另一方面,也是更为重要的一点,就是政府要重视,切实履行公共卫生的责任。

接种HPV疫苗是最具有成本效应,也最便于实施的消除宫颈癌的公共措施,政府的态度和行动决定着其完成情况。全国爱卫办、健康中国行动推进办于2021年发布《关于健康中国行动创新模式试点城市遴选结果的通报》,内蒙古自治区鄂尔多斯市、福建省厦门市、山东省济南市、四川省成都市等15个城市成为首批试点城市,HPV疫苗免费接种已在其中6个城市落地。广东省计划2022—2024年新增约6亿元用于HPV疫苗免费接种工作。这些实际行动,体现了政府在履行公共卫生责任中的担当作为。

距离疫苗90%覆盖率的目标还有不到10年,时间不等人。我们期待,未来10年,HPV疫苗免费接种成为更多地方的“民心工程”,让更多适龄女孩从中受益。

(据1月17日《健康报》)

我区多渠道开展健康科普宣讲

本报讯(记者 **王灿** 通讯员 **王丽惟**)日前,记者从区卫生健康委获悉,为提高我区居民的健康知晓率,我区通过线下线上多种渠道开展健康科普宣讲。

据悉,线上方面,我区努力做优健康合川品牌,创新构建了“健康合川”微信公众号、抖音号、微视频号、微博号、今日头条号等新媒体科普矩阵,常态化更新健康政务和科普资讯,目前已推送相关信息6800余条,浏览量达400余万次;邀请区级医疗各领域知名专家入驻“健康合川”公益健康讲坛直播讲解,让广大群众足不出户便能接受到权威、有趣的健康知识及便民健康政策,目前已开展101期,共80万余人获益;积极搭建互动竞答平台,通过“微信答题领红包、微信点赞送礼、微信朋友圈植入公益广告”等渠道进行健康知识宣传分享,增添了趣味性,让健康知识传播更加直观与便捷,吸纳100万余人次参与。

线下方面,夯实志愿服务阵地,创新健康科普宣传阵地,结合合川区新时代文明实践医疗卫生志愿服务活动,定期在风景优美的文峰健康主题公园健康坝坝会现场,举办健康坝坝会,目前已开展30期,使10000余人次受益;延伸常态化活动阵地,在城区及镇街开展卫生主题宣传活动350场,做好正向科普宣传;重点打造健康科普馆阵地,该馆系重庆市首家综合、独立的健康科普馆,配套有线上云端展区,已接待市区两级多位领导调研,同时接待参观团队16个,参观群众1000余人。

我区还多维构建健康科普氛围,根据群众个性化需求,制作发放健康知识宣传折页160余万份、台历及无纺布袋等宣传实物20余万份;积极扩大知识覆盖面,精心制作原创科普视频80余条,在城区人流量大的13个公交车站及9辆公交车车身投放项目宣传广告,于黄金时间在合川电视台每日播出公益健康广告。

区疾控中心

开展突发网络安全事件应急处置培训

本报讯(记者 **王灿** 通讯员 **雷雪煜**)为提高职工网络安全意识和突发网络信息安全事件的应急处置能力,保证网络安全事件得到迅速、高效的处理,最大限度地减少损失,日前,区疾控中心开展了突发网络安全事件培训及应急演练。网络安全管理相关工作人员及各科室网络安全联络员参加了本次培训及应急处置演练。

培训中,重庆市七彩虹数码科技有限公司的专业技术人员介绍了勒索病毒、挖矿病毒等危害,然后从个人防护、病毒鉴别、弱口令强化、系统防护4个方面着手,用浅显易懂的方式作了防范讲解。随后,专业技术人员以日常网络安全巡查发现检验科电脑存在网络攻击为依据,展开了网络攻击的全流程应急演练,各参训人员认真观看了应急处置流程,掌握了科室在应对网络攻击的责任和义务。

通过本次培训和演练,提高了区疾控中心工作人员的网络安全意识,规范了中心突发网络安全事件时的处置流程,提升了网络安全事故的应急处置能力。

启 事

2022年1月7日上午,在区精神卫生中心救治的一名流浪精神病人经医院抢救无效死亡,请其家属或亲属自登报之日起30日内,携带有效证件前往合川区卧龙纪念园认领。逾期,我单位将按相关殡葬法规对尸体进行火化处理。

区救助站联系电话:42883594

卧龙纪念园电话:64299444

重庆市合川区救助站

2022年1月17日

HECHUAN CHINA

SHEHUIZHUYI 社会主义 核心 JIAZHIGUAN 价值观

富强 民主 文明 和谐 自由 平等 公正 法治 爱国 敬业 诚信 友善

全面推行公筷公勺

倡导文明健康生活方式

讲文明树新风公益广告

重庆市合川区文明城区建设指导中心

重庆市合川区融媒体中心 (宣)

中国梦