

干眼症的症状与治疗方法

□ 李佳佳

干眼症是一种常见的眼部疾病，其主要症状是眼睛干涩、疲劳、灼热感和畏光等，严重时还会导致视力下降。以下是关于干眼症的详细介绍、症状和治疗方法。

一、干眼症的概念

干眼症是一种由于泪液质量异常或动力学异常引起的眼部疾病，导致泪膜稳定性下降，无法有效湿润和保护眼睛。这类疾病在当今快节奏、高压力的现代社会中越来越常见，尤其是在长时间使用电脑、手机等电子设备的人群中。

二、干眼症的症状

干眼症的主要症状包括眼睛干涩、疲劳、灼热感和畏光等。这些症状可能会在

长时间使用电子设备、眨眼次数减少、眼睑运动受阻时出现。此外，严重的干眼症患者还可出现眼睛充血、疼痛、视力模糊等症状。

三、干眼症的治疗方法

治疗干眼症的方法主要包括药物治疗、调整生活习惯、物理治疗和手术治疗等。

- 药物治疗：**常用的药物是人工泪液，如玻璃酸钠滴眼液等，可以帮助湿润眼睛，缓解眼部不适症状。
- 调整生活习惯：**避免长时间使用电子设备，保持适当的眼部清洁，增加水分的摄入，有助于改善干眼症的症状。
- 物理治疗：**包括热敷、按摩等，可以促进

眼部血液循环，增加泪液分泌和排出，缓解眼部不适症状。

4. **手术治疗：**对于严重的干眼症患者，可以考虑手术治疗，如泪小点栓塞术等，通过阻断泪液进入眼睛，使泪液在眼睛内分布更加均匀。

此外，中医治疗也是一种有效的方法。中医认为干眼症主要是由于肝肾阴虚、气血不足等引起的，可以通过针灸、中药等方法来改善症状。

四、干眼症的预防

预防干眼症的方法包括保持良好的生活习惯和定期进行眼部检查。避免长时间使用电子设备。保持适当的眼部清洁、增加水分的

摄入等都可以有效预防干眼症的发生，以及定期眨眼和转动眼球等。此外，定期进行眼部检查可以及时发现并治疗干眼症。

总之，干眼症是一种常见的眼部疾病，症状包括眼睛干涩、疲劳、视力模糊、灼热感和畏光等。治疗方法包括药物治疗、调整生活习惯、物理治疗和手术治疗等。预防干眼症的方法包括保持良好的生活习惯和定期进行眼部检查。如果您有任何疑问，请及时就医并咨询专业医生的建议和治疗方案。同时，我们也应该注意保护眼睛，加强自我保健意识，避免长时间用眼，保持良好的生活习惯和作息规律的生活方式，以保持眼睛的健康。

(作者单位: 邯郸市中心医院)

肾内科治疗的疾病有哪些

□ 冯天佑

肾内科主要治疗各种肾脏疾病。肾脏是人体的重要器官，它的基本功能是生成尿液，借以清除体内代谢产物及某些废物、毒物，同时经重吸收功能保留水分及其他有用物质，如葡萄糖、蛋白质、氨基酸、钠离子、钾离子、碳酸氢钠等，以调节水、电解质平衡及维护酸碱平衡。肾脏同时还有内分泌功能，生成肾素、促红细胞生成素、活性维生素D₃、前列腺素、激肽等，又为机体部分内分泌激素的降解场所和肾外激素的靶器官。肾脏的这些功能，保证了机体内环境的稳定，使新陈代谢得以正常进行。

一、肾炎

肾炎是一种常见的肾脏疾病，通常表现为血尿、蛋白尿、水肿和高血压。根据病因不同，肾炎可以分为急性肾炎和慢性肾炎。急性肾炎通常是由感染引起，而慢性肾炎则是由多种原因导致肾脏逐渐受损所致。肾内科医生会根据患者的

具体情况制定治疗方案，包括药物治疗、饮食调整和适当运动等。

二、肾病综合征

肾病综合征是一种由肾脏损伤引起的疾病，其主要特征是大量蛋白尿、低蛋白血症、高脂血症和水肿。肾病综合征的治疗方法包括药物治疗、饮食调整和适当运动等。有时，医生可能会建议进行肾活检以确定最佳治疗方案。

三、肾衰竭

肾衰竭是指肾脏功能受损，导致无法正常排出体内废物和毒素，使得血液中的肌酐和尿素等废物升高。肾衰竭可以分为急性肾衰竭和慢性肾衰竭。肾内科医生会根据患者的具体情况制定治疗方案，包括药物治疗、透析治疗和肾脏移植等。

四、尿路感染

尿路感染是指尿路被细菌等微生物感染的一种感染性疾病。肾内科医生会根据患者的具体情况制定治疗方案，包括抗生素治疗和预防措施等。

五、肾结石

肾结石是肾脏内形成的矿物质和盐类结晶导致的疾病。肾结石通常与尿液浓缩有关，可能与饮食不当、代谢异常等因素有关。肾内科医生会根据患者的具体情况制定治疗方案，包括药物治疗、饮食调整和预防措施等。

除了以上几个常见疾病外，肾内科还治疗其他一些肾脏疾病，如急性和慢性肾小球肾炎、多囊肾、狼疮性肾炎、紫癜性肾炎等。这些疾病的病因和症状各不相同，治疗方法也不同。肾内科医生会根据患者的具体情况制定个性化的治疗方案，以帮助患者恢复健康。

总之，肾内科主要治疗各种肾脏疾病，包括肾炎、肾病综合征、肾衰竭、尿路感染、肾结石等。为了保持身体健康，我们需要关注肾脏健康，定期体检，及时发现并治疗肾脏疾病。同时，我们还应该注意饮食健康、适当运动和保持良好的生活习惯，以保护肾脏健康。

(作者单位: 固安县中医院)

家庭访视在社区护理中的重要性

□ 耿艳

随着社会的发展和人口老龄化的加剧，社区护理逐渐成为医疗服务体系中的重要组成部分。其中，家庭访视作为社区护理的一种重要形式，对于提高居民健康水平、改善生活质量以及优化资源配置具有不可或缺的作用。

一、家庭访视的概念与目的

家庭访视是指社区护理人员在居民的居住环境中，为居民提供预防、治疗、康复、健康教育和咨询等服务。其目的是为了更好地了解患者的生活环境和需求，为其提供个性化、全面的服务，从而提高治疗效果和生活质量。

二、家庭访视在社区护理中的重要性

1. **提高治疗效果：**通过家庭访视，社区护理人员可以全面了解患者的身体状况、生活环境和家庭支持情况，为患者提供个性化的治疗方案和康复计划，从而提高治疗效果。

2. **改善生活质量：**家庭访视不仅关注患者的疾病状况，还关注患者在日常生活中的实际问题，如饮食、运动、心理等。通过提供针对性的指导和帮助，可以帮助患者解决生活中的困难，提高生活质量。

3. **强化家庭支持：**家庭访视可以增进家庭成员之间的沟通和理解，提高家庭成员对患者支持的能力和照顾能力，为患者提供良好的家庭环境。

4. **促进医患沟通：**家庭访视为医患之间提供了一个直接交流平台，有助于增进医患之间的信任和沟通，提高患者对治疗的配合度。

三、家庭访视的实施步骤与注意事项

1. **实施步骤：**首先，社区护理人员需要了解患者的基本情况，包括疾病状况、家庭环境等。然后，制定访视计划，明确访视的目的和内容。在访视过程中，要进行全面的评估和诊断，制定个性化的干预方

案。最后，实施干预措施，并进行跟踪评估，确保治疗效果。

2. **注意事项：**在进行家庭访视时，社区护理人员需要注意保护患者的隐私和尊严，尊重患者的意愿和选择。同时，要保持良好的沟通技巧和服务态度，与患者及其家庭成员建立信任关系。此外，还要确保访视过程的安全性和有效性，避免对患者造成不必要的困扰和伤害。

四、总结与展望

家庭访视作为社区护理的一种重要形式，在提高居民健康水平、改善生活质量以及优化资源配置方面发挥着重要作用。然而，目前我国家庭访视服务仍处于起步阶段，存在诸多问题和挑战。因此，需要进一步加强政策支持、完善服务体系、提高人员素质等方面的工作，推动家庭访视服务的发展和壮大。

(作者单位: 桓台县少海街道社区卫生服务中心)

定期口腔检查的必要性

□ 吕海驰

张阿姨最近吃饭吃不下，睡觉睡不着，很是痛苦。究其原因，说是牙齿吃凉的疼、吃热的也疼，而且这两天晚上疼的睡不着觉。家人带着张阿姨去医院检查，医生检查后告诉张阿姨，牙齿上有个很大的虫牙，已经累及到牙神经了，需要进行“杀神经”。治疗后还应该给牙齿做个牙套保护起来。在得知了治疗计划后，张阿姨后悔的对医生说2年前去医院检查医生就告诉她牙齿上有个虫牙，需要补牙，当时因为自己觉得牙齿不疼，就没有处理，没想到到现在牙齿不仅带来剧烈疼痛，治疗还这么复杂，花费也高，真是小洞不补，大洞吃苦啊。

生活中有张阿姨这种想法的非常常见，觉得牙齿的洞洞小，又没有疼痛，所以没有引起重视，等到出现疼痛症状的时候为时已晚。这其实是和龋病本身的疾病性质相关。因为龋病本身发生发展的特点，牙齿最表面的一层组织是牙釉质，牙釉质本身不含有神经、血管，所以在牙洞局限在牙齿表面牙釉质的情况下，外来的刺激如冷、热、酸、甜不会引起牙齿的不适，导致龋病在生活中往往被大家所忽视。随着龋病进展深度的加深，细菌感染位于牙釉质深层的牙本质，牙本质中包含有众多的牙本质小管，牙本质小管中包含有从牙神经发出的细胞突起和大量的液体，牙本质小管就将牙神经和口腔环境连接起来，外界的刺激如冷、热、酸、甜就会引起疼痛不适。有人会说，牙齿能自己恢复吗？外界刺激的持续存在，在牙齿会引起自我防御，在接近牙神经的牙本质区域会出现一薄层屏障，隔绝外界的刺激，这时候，你可能会发现之前疼痛的牙齿现在没有症状了，有人说反正不疼了我不管了行不行？答案当然是否定的，虽然没有了临床症状，但已经出现的缺损是不能自我修复的，需要用牙科材料将其修复，恢复牙齿的形态及功能，在这个时候，对于疾病来说，还处于可控范围内。如果放任不管，细菌会长期存在于病损部位，并且会持续损伤牙齿硬组织，导致龋坏的范围越来越大，细菌及其毒性产物最终引发牙神经发生不可逆性病变，这时候疼痛的程度会加重，让人难以忍受，而且治疗所需的技术：根管治疗术技术要求更高、治疗疗程更长、治疗费用更高及并发症也会越多，而且和天然健康牙齿相比，死髓牙齿的寿命更短。

所以，我们一定要养成定期口腔检查的习惯，半年一、一年的口腔检查习惯，会让医生及时发现口腔内的小问题，小洞及时补，未来不吃苦。

(作者单位: 山西医科大学口腔医院)

糖尿病视网膜病变的预防和治疗方法

□ 韩悠

糖尿病视网膜病变是一种常见的糖尿病并发症，主要特征为视网膜血管扩张、渗漏、出血和增生，这些改变会导致视力下降、视觉扭曲等。糖尿病视网膜病变的严重程度和进展速度因人而异，如果不加干预，可能会发展为完全失明。因此，预防和治疗糖尿病视网膜病变非常重要。

一、什么是糖尿病视网膜病变

糖尿病视网膜病变是糖尿病常见的微血管并发症之一。长期的血糖控制不佳会导致视网膜血管异常，引起眼底病变，如微血管瘤、硬性渗出、棉絮状白斑、视网膜水肿、玻璃体出血等。这些病变会严重影响患者的视觉功能，甚至导致失明。

二、如何预防糖尿病视网膜病变

预防糖尿病视网膜病变需要从以下几个方面入手：

- 控制血糖：**这是预防糖尿病视网膜病变的最重要措施。患者应该定期监测血糖，并在医生的指导下调整饮食和药物剂量，以保持血糖的稳定。
- 定期检查：**糖尿病患者应该定期进行眼科检查，以便及时发现视网膜病变并采取相应的治疗措施。一般来说，糖尿病患者应该每半年到一年进行一次眼科检查。
- 保持健康的生活方式：**包括适当的运动、健康的饮食、戒烟限酒等，都可以降低糖

尿病视网膜病变的发生风险。

三、如何治疗糖尿病视网膜病变

一旦发现糖尿病视网膜病变，就需要及时进行干预。治疗方法包括药物治疗、激光光凝治疗和手术治疗等。

- 药物治疗：**包括使用血管舒张剂、抗炎药物等，可以帮助缓解症状，控制病情。
- 激光光凝治疗：**对于早期糖尿病视网膜病变，激光光凝治疗是一种有效的治疗方法。通过激光封闭视网膜血管，减少渗漏，保护视功能。
- 手术治疗：**对于晚期的糖尿病视网膜病变，如玻璃体出血较多，影响视力，可以进行手术切除玻璃体出血，并使用硅油或气体

填充。但手术治疗需要谨慎考虑，因为多次手术可能会导致失明。

在任何治疗措施中，患者都应保持积极的心态和良好的配合度。此外，在饮食上注意控制总热量、低糖、低脂肪食物，多吃富含优质蛋白质的食物如鱼肉、牛奶等；多吃富含膳食纤维的食物如蔬菜、水果等对控制病情也有很大帮助。

总之，糖尿病视网膜病变是一种严重的并发症，对视力危害极大。预防和治疗糖尿病视网膜病变需要从控制血糖、定期检查、保持健康的生活方式等方面入手。一旦发现病情，应及时就医并遵医嘱进行治疗。

(作者单位: 邯郸市中心医院)