

# 眼睛看不清 背后元凶是脑梗

“眼睛看不清,为啥让我去神经内科就诊?”最近,71岁的李女士因眼睛看不清到眼科就诊,经过相关检查,接诊医生却将其转诊到神经内科,这究竟是怎么回事呢?

## 脑梗让她看不清了

最近,李女士觉得左眼看东西时模糊,仿佛眼前笼罩了一层纱。起初,她以为跟看电视时间过长导致视疲劳有关,但休息了几天后,眼睛的不适症状反而有所加重,视力模糊的范围越来越大。“会不会是患了白内障?”李女士的家人不敢耽误,赶紧陪她到家附近的河南科技大学第三附属医院眼科门诊就诊。接诊医生给李女士做完相关检查后,建议她转到神经内科就诊。原来,

眼科的检查结果显示,李女士的眼睛本身并没有出现问题,因此医生推断她的问题可能跟脑血管疾病有关。随后,通过检查,医生很快锁定了让她看东西模糊的罪魁祸首——脑梗。

该院神经内科一病区主治医师曾跑营介绍,人看东西时,先在视网膜上形成影像,再传导给视神经,之后会形成视辐射。随后,视辐射在大脑深处“走行”,到达颅内后部的枕叶,形成视觉中枢。在此过程中,任一环节出问题,都可能导致看不清。李女士的头颅核磁共振检查结果显示,她右侧脑的枕部存在新发的脑梗,令其大脑中的血管堵塞,造成局部组织缺血,阻断了她的视觉通路,让她出现视物不清症状。

## 警惕脑梗非典型症状

“李女士的脑梗已经有一段时间了,只是自己和家人都没有察觉到。”曾跑营说,李女士有多年的糖尿病、高血压,但是这次眼部出现问题,家人都没有往脑血管疾病方面想。所幸她没有出现严重并发症,也没有留下后遗症。“对老年人来说,一定不要有‘休息一会儿就好了’,或是‘等天亮了、孩子回来了再说’的想法。”曾跑营提醒,脑梗除了口角歪斜、单侧肢体抬举困难、口齿不清等典型症状,还有头晕、视物模糊、性格突变等非典型症状。老年人尤其是有高血压、糖尿病等基础疾病的高龄老人身体出现异常时,一定要及时就诊,明确病因。“脑梗后4小时内是治疗的最佳时间窗,最好在3小时之内进行

静脉溶栓治疗。”

## 这些也会引起视物模糊

除了脑梗,导致视物模糊的常见原因还有以下几种。

眼部疾病:近视、远视导致的眼部屈光不正,角膜炎、视网膜炎等眼部炎症病变,青光眼等导致的眼压升高,糖尿病引起眼部晶状体糖代谢异常,继发白内障等;维生素A缺乏造成视网膜视觉细胞的发育异常;视神经病变:视神经萎缩、视神经炎、视神经的水肿等;视交叉损害:垂体瘤、颈内动脉严重动脉硬化等病变压迫视交叉;视中枢病变:脑梗、癫痫等引起对侧视野出现闪光、亮点等视幻觉,脑出血、脑肿瘤侵犯等破坏性损害会引起颅内病变对侧偏盲或视物不清。据《洛阳晚报》

## 养生驿站

### 长寿第一步 就是防跌倒

在广东省阳春市三甲镇庞洞村,今年刚好100岁的范家琼因说话声音洪亮,且出口成章、妙语连珠,人送外号“范大炮”。

“范大炮”不仅生活可以自理,还有余力管理家附近的一座古庙。前不久,我们登门拜访了他。“祝大家身体健康,长命富贵!”一见面,范家琼就用

他那独特的方式跟大家打招呼,声音响亮、节奏感强,犹如唱歌般动听,逗得众人乐不可支。在亲友们眼中,范家琼心态乐观,逢人都说好话,每天笑脸迎人,是大家的“开心果”。

说起长寿秘诀,范家琼笑称:“并没有什么特别之处。”饮食方面,范家琼一天只吃两餐,即早餐和

晚餐,平时从不吃生冷食物。生活作息方面,他晚上8时睡觉,早上7时起床,因为白天精神状态饱满,他几乎从不午睡。范家琼说,自己的安全意识特别强,虽然腿脚有力走路稳当,但每次出门都会主动拄拐杖,“长寿第一步,就是要防跌倒”。

据《阳江日报》

### 手掌颜色反映健康状况

浙江杭州65岁的老范前几年刚退休,他平时没有其他爱好,就喜欢每餐喝点小酒,然后去公园唱唱歌。近几个月来,老范常感睡眠质量不好,他便希望通过喝酒来助眠,于是晚饭都要喝下一大杯红酒。没想到,失眠没有好转,手掌却越来越红。老范察觉到这一变化,觉得身体出了问题,赶紧来到医院就诊。

事实上,老范的感觉

是对的。这是因为,正常人的手掌应该是掌面饱满,红润之色隐现于皮肤之内,这才是身体健康的表现。如果手掌发红,多是有热证的表现,其多见于男性,常伴有掌心灼热、烦躁易怒、失眠易醒等不适。这类人需要清内热,一方面要注意调畅情志,不要动不动就生气、发怒;另一方面可以吃一些具有清热功效的食物,如百合、绿豆等。

此外,有些人的手掌发黄,一般是脾虚、脾湿的表现。这类人要注重健脾祛湿,在日常饮食中增加一些健脾祛湿的食物,如山药、薏米等,同时应少吃生冷、油腻食物和甜品等。如果手掌颜色发白,大多是因为血虚或者阳虚,这类人往往会有怕冷、乏力等不适。日常调理方面,可以适当食用桂圆、红枣等补气活血的食物。

据《今晚报》

### 养狗多年为何突然过敏

杭州的吴女士有一只养了10年的金毛犬。最近,她发现孩子只要一接触金毛犬,就会揉眼睛、流鼻涕,喂感冒药不起作用,症状越来越严重,皮肤上还起了很多瘙痒的红疙瘩。她丈夫近期也频繁出现鼻痒鼻塞、胸闷气喘、呼吸困难的状况。杭州市中医院耳鼻喉科主任陈志凌

判断父子俩患的是中重度过敏性哮喘,进一步检查得以证实。

为什么刚养狗时,家人没有过敏?陈志凌解释:养狗过敏是个缓慢的过程。引起过敏的不是狗毛,而是粘在狗身上的狗的皮脂腺、汗腺、唾液腺等的分泌物。对于过敏人群,最佳的方式是回避过

敏原。但吴女士不舍得将狗送人,于是父子俩接受了脱敏治疗。陈志凌提醒,家养宠物要注意环境卫生,经常开窗通风,勤洗衣物,勤换床上用品,不建议跟宠物同吃同睡、亲吻宠物。若感觉喘息、胸闷、气急、哮喘等症状加重,应及时就诊。据《每日商报》

## 热传防雾霾食谱 大多不靠谱

雾霾天气,让人“叫苦连天”。有网友抱怨说:早起外出走两圈,喉咙就难受得很。这不,网上开始流传各种防霾食疗方、防霾食谱等,它们究竟有没有科学依据?

### 适当多吃萝卜和生姜

浙江中医药大学附属第二医院中医内科主任周文军表示,从中医理论来看,雾霾是一种湿浊邪气,会直接损伤肺、脾两大脏器。

“一般来说,雾霾天饮食要保持清淡,少吃刺激性食物,多喝水。”周文军主任建议,雾霾天里可适当多吃点萝卜和生姜。其中,萝卜能宣肃肺气,可祛除雾霾对人体的伤害。而生姜有健脾和中之效,古代久居雾霾或湿气偏重地区的人出门前都会含一块生姜,用于祛邪辟秽。

针对吸入体内的霾,周文军推荐多吃荸荠,它有清洁肺里淤堵毒素的能力,是一款药食同源的食材。有条件的,可用荸荠煮水,调入蜂蜜即可饮用。

### 防霾食谱多不靠谱

周文军注意到,目前网上流传着很多防雾霾食谱,在他看来,大多都不靠谱,“那些夸大效果的‘雾霾清肺茶’等食疗方应该是市场炒作出来的”。

陆军军医大学第二附属医院中医科主任徐梓辉也表

示,“防霾食谱”缺乏科学依据。他注意到,有一款“鱼腥草清肺汤”流传甚广,相关文章称:“鱼腥草是天然又安全的植物抗生素,可以解烟毒,所以也有对抗雾霾的作用。”对此,徐梓辉表示,鱼腥草并不是什么“安全的植物抗生素”,因为鱼腥草中含有“马兜铃酸”物质,长期摄入该物质,可能会导致肾脏损伤。此外,目前没有任何医学证据表明鱼腥草有抵挡雾霾的作用。

### 重点保护三个部位

上海市光华中西医结合医院治未病科主任徐中菊认为,雾霾首先会“攻击”鼻子、咽喉、眼睛,因此要重点保护这三个部位。

当出现鼻子干痒等不适时,可将两手合掌上下搓擦,等手掌双侧的鱼际肌发热后再揉搓鼻翼两侧,每次50下即可。

当出现眼睛干涩等不适时,可用毛巾热敷眼睛来缓解。如果感觉眼睛刺痛、有异物感,可到药店购买人工泪液滴入眼内,缓解不适。

当出现咽干、干咳等不适时,可以喝点百合杏仁粥。取鲜百合、大米各50克,杏仁12克,将百合洗净后浸泡10分钟,杏仁洗净备用。将大米洗净加水焖煮30分钟,之后加入百合、杏仁再煮10分钟即可,可加少许冰糖调味。

据《新民晚报》