

为什么不要从网上配镜? 眼科医生说出了原因……

现在大家都会选择网上购物,有些人甚至是拿着验光单从网上配镜。但是像眼镜这种需“量身定做”的商品,真的不适合在网上购买。下面就为大家说一下为什么不可以从网上配镜。

首先,有几个问题大家需要清楚:

- 1、验光不等于配镜处方。
- 2、网上无法选择对自己合适的镜架。
- 3、你对镜片了解多少。
- 4、到货后不舒服怎么办?

这些基本的问题,在网上配镜是没有办法解决的。

验光单不等于配镜处方

很多人以为去眼镜店验光就是“检测眼睛的度数”,拿着这个结果就可以配镜了。其实验光处方是患者眼睛屈光状态的一个“测量结果”,配镜时仍要根据顾客的视力情况(近视/远视/屈光参差)、用眼习惯、年龄、职业等进行修正后才可以配镜的处方。因此,验光和配镜是一项完整的工作,如果割裂开来,很容易出问题。

网上无法选择合适的框架

选择镜架就好比找对象,以后要长久的生活在一起,除了颜值以外,至少还要考虑三个因素:

1、镜架是有尺寸的 例如有的人耳朵位置靠前或是靠后,所选的镜脚长度就会不一样,过长过短都会影响眼镜的前倾角和镜眼距。虽然大部分购物网站上都会标明眼镜的尺寸,但不经过现场试戴,是很难选择到适合自己尺寸的镜架。

2、你的配镜处方 你的处方和镜架选择紧密相连,例如高度数的消费者,如果选了大尺寸的镜框,不仅镜片会又厚又重,而且常常会出现眨眼时睫毛刷到镜片的尴尬。

3、眼镜的使用场景和目的 不同的需求所选的镜架是不一样的。经常伏案工作的你,需要带有防滑托叶并且镜圈高度较高的镜架;开车的你需要更宽阔的旁视野。专业的配镜师可以根据你的实际需求给你适合的推荐!

以上三点只有在线下配镜时才能完整体现,不是在网上觉得好看买回来就行的。网店质量参差不齐,售后无保障隔着一线网络,眼镜出现问题也无法调试。

为什么要到医院医学验光配镜

医院验光后,会针对视功能检查结果进行分析和修改,比如近视外隐斜加以足矫,内隐斜欠矫,还有屈光参差引起的不等像、主视眼检测、新旧眼镜参数对比等都是配镜度数修改的关键因素。配镜只有达到舒适清晰的基本要求后才能有效的保护我们的眼睛及视力,配镜并不单单是只提供屈光度和瞳距这么简单。

咨询电话:0554-2211160 地址:田家庵区金地国际城对面安徽理工大学附属眼科医院



守护甲状腺健康 远离颈部“蝴蝶癌”

健康教育

根据国家癌症中心新近公布的统计数据,甲状腺癌已经跃居女性恶性肿瘤新发病例第三位,我国部分城市中甲状腺癌的发病甚至已经超过乳腺癌跃居女性恶性肿瘤第一位。

甲状腺是人体颈部处的小器官,形状像个蝴蝶。其重量只有20~30克,却是人体内重要的内分泌腺。

甲状腺常见疾病包括甲状腺功能亢进症或者减退症、甲状腺炎、甲状腺结节、甲状腺癌等。早期可查、晚期可控、中期要规范,简称“一早、一晚、一规范”的筛查和处理理念,是保障公众有效防治甲状腺癌的重要手段。

揭开“蝴蝶癌”的面纱

人体在做吞咽动作时,甲状腺会随着喉部上下移动,似蝴蝶翩翩起舞。这么美丽的器官,近年来癌变的发生率却在迅速增加。

甲状腺癌是一种起源于甲状腺滤泡上皮或滤泡旁上皮细胞的恶性肿瘤,分四种类型:乳头状癌、滤泡状癌、未分化癌和髓样癌。前两者因为其跟正常的甲状腺组织在分化、发育上比较相似,仍有摄取碘的功能,所以称为分化型甲状腺癌。近十年,新增加的病例大多是分化型甲状腺癌,其中又以乳头状癌为主。在所有甲状腺癌中,分化型甲状腺癌占90%以上,而且大部分分化型甲状腺癌患者可以长期生存。

给蝴蝶“节”早装摄像头

绝大多数甲状腺癌始于结节,在体检时被发现。结节是甲状腺内的肿块,多数是由于正常的甲状腺细胞过度增生形成。5%~15%的结节是由于甲

状腺细胞恶性增殖,称为“恶性甲状腺结节”,会发展成甲状腺癌。

若怀疑是恶性甲状腺结节,患者应尽快到医院复诊,首选彩色超声检查。医生会对结节的大小、位置、与周围结构的毗邻关系给出“雷达图”,对结节的良恶性进行分级判断。

研究显示,对于小于1厘米的甲状腺恶性结节,五年内结节直径增大超过3毫米的约占12%。对于周围没有重要结构侵犯风险的微小恶性甲状腺结节,外科医生会给出进行动态监测的治疗方案。

所谓动态监测,宛如给恶性甲状腺结节装上摄像头,定期通过超声检查复查结节的变化,筛查其中可能“潜伏”的高危甲状腺癌。

短期内进展、增大,甚至转移的恶性甲状腺结节,大家需注意筛查。早筛查、早发现、早治疗,可以阻断蝴蝶“节”演变成“蝴蝶癌”。

九成早期“蝴蝶癌”可治愈

有数据显示,我国甲状腺癌患者5年生存率从90年代的67.5%提高到2015年的84.3%,成为生存率提升最显著的恶性肿瘤之一。通过规范化治疗,早期甲状腺癌的治愈率达90%以上。

甲状腺癌规范化治疗包括早期甲状腺癌的密切动态观察、高危甲状腺癌的筛查、中早期综合规范化治疗和晚期精准治疗。

手术是大多数甲状腺癌患者首选的治疗方法。术后,患者还需要遵医嘱服用甲状腺激素类药物辅助进行内分泌治疗。一方面用于纠正手术带来的甲状腺功能减退,另一方面达到抑制癌细胞生长的目的。

此外,内外放射性治疗和

分子靶向治疗等多学科联合的综合治疗也广泛应用于临床。虽然晚期甲状腺癌患者病情进展最快,但也不要放弃,应该接受规范治疗,可以通过服用精准治疗药物控制病情。

甲状腺癌患者要按时到医院复查,而不是体检中心。患者必须严格遵医嘱用药,不能自行调整用药时间和剂量。提醒大家注意的是,不要一发现甲状腺有问题就要求医生尽快切除“以绝后患”,避免过度治疗。

预防“蝴蝶癌”做好三件事

预防甲状腺癌,根据人群的不同可以分为一级预防、二级预防和三级预防。一级预防主要让未患病的人群避免发病危险,做到“未雨绸缪”。二级预防指的是已经发现甲状腺问题的人群,动态监测,降低发病风险,做到“萌芽管控”。三级预防是指让已经发生甲状腺癌的患者得到规范化的治疗康复,医患配合“化险为夷”,延长生存时间,提高生活质量。

预防甲状腺癌,有以下三点建议:

第一,定期查体。普通成人每年查一次,有家族史人群,建议缩短为6个月查一次甲状腺功能和甲状腺彩超,监测是否有功能异常和肿块出现。孕妇在怀孕3个月后,筛查是否出现甲减、桥本氏甲状腺炎等。

第二,保持健康生活方式。保持情绪稳定,睡眠充足,适量运动,合理膳食,保护好免疫力,避免肥胖。

第三,儿童尽量避免频繁接受X光的照射。所有人群接受X线的照射时,都应注意规范佩戴防辐射护具。

来源:健康中国

脸上的“黑痣”该如何处理

很多朋友会为脸上的“黑痣”要不要点掉而纠结。其实,在点痣之前要搞清楚脸上的“黑痣”是不是真正的色素痣。

一般来说,按照痣细胞分布的位置,色素痣可以分为交界痣、皮内痣和混合痣。

交界痣的痣细胞巢位于表皮基底层,临床上一般表现为色素性斑片,不突出或略高起皮面。

皮内痣指的是痣细胞巢全部位于真皮内,从外观来看,为半球性黑色丘疹或者结节。早期皮内痣从表面看来是黑色的,但是随着时间的延长,一些“老”的皮内痣中间的色素会逐渐褪去,从表面来看,这些色素痣就和我们的皮肤颜色基本一致了。

混合痣则介于交界痣和皮

内痣之间,痣细胞巢同时出现在表皮层和真皮层。临床上看起来和皮内痣没有大的区分。

色素痣在临床上一般容易诊断,但是需要与有些看起来相似的疾病相鉴别。比如,中老年患者需要提防病毒疣、脂溢性角化病,甚至是基底细胞癌。这几种疾病,都可以在面部表现为黑色丘疹或者斑块,呈孤立或群集分布。诊断有疑问的时候,可以借助皮肤镜鉴别。如果还不能明确,可以配合病理检查。

对于色素痣,该如何选择合理的治疗方案呢?有人会倾向于激光,有人会选择手术。整体而言,这两种都是可行的方法,不过在具体制定方案的时候,医生还是会根据具体情况具体分析。如果色素痣属于

皮内痣或混合痣,临床上表现为半球性突起,或较高隆起于皮肤表面的,建议手术切除。其原因在于激光在临床治疗色素痣时,能够到达的深度是有限的。如果这种情况选择激光处理,真皮深部的色素痣细胞不能被完整去除,在伤口愈合后会重新出现色素痣的概率大。如果是交界痣,也就是临床上看起来面积不大,颜色不深,基本平齐于皮肤表面的,可以选择激光治疗。接受治疗后,要预防感染。伤口一般1周左右即可愈合。

特别提醒,无论是激光还是手术,都是正规的治疗方案。千万不能选择药物腐蚀的方法。

来源:健康报 作者:西安交通大学第二附属医院 安全刚