

眼白肿得像泡发的银耳 女白领一大早冲进眼科诊室

医生:每天佩戴美瞳别超过8小时

一位年轻女白领早晨起床照镜子时发现,眼睛的眼白竟然又肿又皱,像泡发的银耳。想到自己平时每天都戴美瞳,眼睛干涩时又习惯揉眼睛,她急忙赶往医院就诊,结果被诊断为结膜过敏水肿和干眼症。宁波明州医院眼科王惠云主任提醒:长期戴隐形眼镜的上班族出现眼睛不适,建议使用人工泪液缓解症状,每天佩戴隐形眼镜时间不要超过8小时。



王惠云主任医师正在坐诊。

1 “我是不是戴美瞳把眼睛揉坏了?”

早上刚开诊,宁波明州医院眼科诊室里就冲进一位背着电脑包、眼眶红红的陈小姐(化名),她带着哭腔说:“医生,我是不是戴美瞳把眼睛揉坏了?眼白都起泡肿了、皱了!”

陈小姐是一家互联网公司的运营人员,上班时长时间对着电脑。平时她都戴隐形眼镜,觉得眼睛干涩时就忍不住揉。前一天加班到深夜,她就感觉眼睛很不舒服,早上

起床对着镜子一看,竟发现眼白居然像刚泡发的银耳。她平时刷手机时经常看到戴美瞳伤角膜的新闻,越想越怕,赶紧请假赶往医院就诊。

接诊的王惠云主任用裂隙灯显微镜仔细检查后安抚陈小姐,她的角膜没有问题,但是结膜出现过敏水肿,还伴有干眼症,可以通过治疗来改善症状。

2 长期戴美瞳加重干眼症状

王惠云提到,像陈小姐这样的患者不在少数。他们喜欢戴隐形眼镜,再加上长时间使用电子产品,眼睛经常不舒服,以为是角膜出了问题。

实际上,结膜和角膜是各司其职的邻居。角膜是我们普通人说的黑眼珠,它是一个透明组织,起到屈光成像和保护眼内组织的作用,有丰富的神经纤维,被美瞳磨伤会疼痛、畏光和流泪。结膜则是附着在眼睑和眼白(巩膜)表面的半透明光滑黏膜组织,相当于眼睛的“保湿保鲜膜”,能分泌黏液润滑眼睛,使其保持湿润,同时让眼球能顺畅地活动。

“长期佩戴美瞳会加速泪液蒸发、破坏泪

膜稳定性;再加上长时间使用电子产品导致眨眼次数减少,眼睛更容易干涩。这会进一步影响结膜的润滑性和弹性,从而加重干眼症状,如干涩、刺痛、异物感和瘙痒等。”王惠云分析,陈小姐平时揉眼睛时会把镜片上的色素揉下来了,从而引起结膜过敏反应,出现了结膜水肿、发皱。

她提醒,频繁用力揉眼不仅会引起干眼症、结膜过敏,还会加速结膜松弛,还可能导致美瞳移位,边缘出现微小破口,导致角膜损伤。此外,手上的细菌会顺着揉眼的动作蹭到镜片上,再接触眼表,容易引发结膜炎、长麦粒肿。

3 戴美瞳上班族如何应对不舒服?

那么,戴美瞳的上班族眼睛不舒服该如何应对?王惠云专门给了几个针对性招数——

千万别用手揉,先摘下美瞳,用人工泪液或生理盐水冲一冲眼睛,再滴抗过敏眼药水,口服氯雷他定片;如果感觉美瞳滑片、磨眼,先取下镜片检查是否有污渍,护理液冲洗后再

戴,要是还不舒服,可能是镜片该换了;每天佩戴美瞳不超过8小时,别戴着睡觉,护理液每天换,镜片到期就扔,别为了省钱“超期服役”;建议每半年做一次眼部检查,及时发现眼干、结膜松弛等问题,别让小问题拖成麻烦。

记者 陆麒麟 通讯员 游云良 文/摄

硬币滑进喉咙卡住食道 9岁男孩小脸憋得通红

专家:孩子误吞异物后应这样处理

9岁的亮亮(化名)活泼好动,平日里总爱跑跑跳跳,时不时就闹出点小状况。上周末,一场意外突然降临——他骑车时把一枚五毛钱硬币含在嘴里,谁知路面一个颠簸,硬币竟“嗖”地一下滑进了喉咙!瞬间,亮亮捂着脖子疼得咧嘴皱眉,连吞口水都钻心的疼,还止不住地吐着口水,小脸憋得通红。家人见状吓得魂飞魄散,二话不说驱车直奔奉化区人民医院。

急诊医生一查,瞬间捏了把汗:硬币不偏不倚卡在食道上游入口,这可是食管最窄、最危险的“生死关卡”!这意味着,硬币在食道入口多待一秒,食道黏膜被压坏甚至穿孔的风险就越高。可难题是,亮亮才9岁,硬币一直在喉咙里“捣乱”,孩子被刺激得不停干呕、流口水,根本没法乖乖配合常规胃镜操作。

关键时刻,该院开启快速救援模式,消化内科、麻醉科火速组队。“上无痛胃镜!”胃镜室里,该院麻醉科陆权主任轻声安抚亮亮:“小男子汉,咱们睡一觉,醒来就让硬币搬家。”随着麻醉药物平稳起效,孩子渐渐进入安静的睡眠状态。此时,该院消化内科主任医师柳家红已守候在一旁。她手持内镜轻轻探入,屏幕上瞬间锁定目标——五毛硬币像个“不速之客”,死死卡在食道入口。

柳家红屏住呼吸,指尖精准操控异物钳,慢慢靠近、稳稳夹住硬币边缘,“叮——”一声清脆响,硬币被完整“揪”了出来,稳稳落在托盘里!取硬币的过程,前后加起来才10分钟!

亮亮在复苏室醒来后,下意识咽了口口水,随后惊喜地对妈妈说:“不卡了,喉咙舒服啦。”

“此次多科室联动下的高效救治圆满完成,不仅守护了患者生命安全,也充分彰显了医院的应急响应机制与团队协作精神。”柳家红特别提醒家长,小朋友总喜欢用嘴巴“探索世界”,硬币、纽扣电池、磁力珠这类危险小物件,一定要收进孩子够不着的安全角落。如果真的发生误吞情况,千万别轻信“吞饭团、喝醋”的偏方,这些做法只会让异物越陷越深,反而加重危险。正确的做法是立刻让孩子停止进食饮水,第一时间送医救治,“早一秒就医,孩子就少一分危险!”

记者 庞锦燕 通讯员 应吉龄 文/摄



专家团队在胃镜下为亮亮取出硬币。