

# 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 陆麒雯 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。