

眼底出血常见于哪些疾病?

郑 玲

安岳县人民医院 四川安岳 642350

【中图分类号】R276.7

【文献标识码】A

【文章编号】1005-4596 (2019) 06-073-02

眼底出血是眼科病很常见的疾病,也是很棘手的一种疾病,导致该病发生的原因也有很多,例如糖尿病、高血压的并发症。它不是独立的一种病,是由很多种眼病和其他身体疾病共同的一些表现特征。眼底出血是我们很多人都非常苦恼的疾病,眼睛对我们来说很重要,眼底出血会对我们的生活造成严重影响,严重时甚至会看不清东西。所以当出现眼底出血时,一定要及时治疗。那么我们接下来就一起来看一看眼底出血常见于哪些疾病。

眼底出血的临床表现有那些?

- 1、视力模糊,严重者会出现一片漆黑。
- 2、眼前老有黑影闪过,慢慢的就看不清眼前事物,无法分辨周围的一切。
- 3、眼前突然看东西呈红色,眼睛里开始出现血丝,视力逐渐减退。
- 4、病发前,有可能眼睛肿胀,眼皮跳动等不良感觉。

那些疾病导致了眼底出血?

眼底出血大部分是因为高血压、糖尿病视网膜疾病引起的,主要常见于高血压视网膜病变、糖尿病视网膜病变、视网膜周围炎症、黄斑盘状变性等各种病变^[1]。

1、高血压引起的眼底出血。这种病是高血压患者的一种并发症,也是一种危害极大的潜在疾病,在一般情况下,是很难发现的。当血压持续升高或者突然一下就升高的时候,眼底会有一个血压差,造成突然眼底充血。如果血压突然升高,一定要让舒张压慢慢稳定下来,如果急剧降低血压,会造成眼底缺血。因为长期高血压患者的小动脉已经纤维化,丧失了本应该有的弹性。如果血压降得太快或者太突然,神经末梢供血不足,会造成眼底的血压的反差太大,造成一些并发症。

2、糖尿病视网膜病变是糖尿病最常见的一种并发症,也成为人们视力低下和失明的重要原因之一。视网膜病变就意味着,有可能失明,严重影响到成千上万人的日常生活。据糖尿病视网膜病变研究所的资料表明,由于现在人们生活水平的不断提高,视网膜病变症状也在呈上升趋势,这类疾病的发生是由于视网膜血管的阻塞,和免疫功能的异常引起的眼底出血症状。对于这种症状目前医学上还没有很好的解决方法,所以大家一定要对自己的身体负责,克制自己的饮食,有一个良好的饮食习惯。

3、黄斑盘状变性是老年人容易得的一种病,临床上表现为视力减退,重影,看不清东西,这样的病症一般是因为黄斑区脉络膜毛细血管硬化。

眼底出血的临床的诊疗方法有那些?

目前中医采用活血化瘀法治疗许多疾病,对眼底出血的治疗也起到了很好的疗效,但用之不当,会发生副作用,眼睛是我们身体很重要的一分部,用药时一定要小心,防止进行二次伤害,造成眼睛二次出血。一旦医生确认了病情,一定要遵照医嘱用药,根据病情急缓的不同程度,病程的长短,

采用调和的方法,对全身进行调理,因为这种疾病有很多的并发症,也有潜在性,对于身体表现出来的疾病,我们进行治疗,没有表现出来的,一定要加以预防,身体在这个时间段一定是处于虚弱的状态,中药中有很多对身体有好处的东西,比较滋补,在服用中药时一定要按时进行,中药将就是循序渐进^[2]。多年临床研究表明,我们所采用的中药,具有降血糖,降血压、降血脂,调节神经内分泌,增强免疫功能等对病因的治疗。同时具有抗缺氧,抗氧化改善微循环的作用,可防止自由基对细胞的损害。保护视细胞,稳定和提高了视力,对阻止病情的复发,阻止眼部病情发展起决定性的作用,许多中药专长于活血化瘀,利水消肿,调整人体的机能,并且毒副作用极小,即可促进眼底出血的吸收,防止新生血管形成,又可防止眼底反复出血,增殖性视网膜病变。新生血管性青光眼等眼部严重并发症的发生,促进视力快速恢复,体现了标本兼治的特点,临床收到了理想的治疗效果。

眼底出血患者日常饮食应该注意些什么?

引起眼底出血的原因可分为全身和局部两大类。全身性病变大致有糖尿病性视网膜病变,高血压性视网膜病变,肾性视网膜病变等多种疾病,当出现这些病情时,我们根据医生的治疗,加上我们自己对自身的控制,让病情逐渐好转。

1、生活一定要有规律而且定量:糖尿病眼底出血患者一定要按时而且有规律地吃饭、吃药、运动、工作等行为对糖尿病眼底出血患者特别重要。

2、低血糖时用糖好:糖尿病还有其眼底出血的患者有很多原因是会有低血糖的表现,所以在这时一定要先补糖,当使血糖恢复正常后,再做其它处理。例如比较轻的糖尿病患者应用过量优降糖等造成低血糖;糖尿病人过量用胰岛素造成。

3、患者的主副食品稳定好:糖尿病眼底出血患者每天每餐中的主副食品应该基本是固定的,千万不要随意进行增减,但花样品种可随意更换^[3]。

4、含有胆固醇的食品一定要限制好,如果吃胆固醇高的食品对糖尿病肥胖得患者的危害是很大的,减少含胆固醇高的食品。

其实眼底出血绝不是不可治疗,绝大多数眼底出血通过药物控制,饮食控制,长久保持良好视力,只有少数病例控制不良,但也可以通过治疗延长有用视力。眼底出血患者不应悲观,要保持愉悦的心情,抑郁和暴怒是眼底出血的诱发因素。有的医生说只要患者的心情好,病已经好了一大半了,有时候患者不是因为病重,而是自己的心态不好,造成病情的恶化,现在有很多得了癌症的患者,由于心理状态很好,最后癌症都会被治愈,所以可见良好的心态有多重要。

预防眼底出血,应该适度用眼,不要长时间上网、电视、看书报,建议看过40分钟后休息2~3分钟,不要过度兴奋、

(下转第74页)

术后镇痛理念新跨越：从超前镇痛到预防性镇痛

李志勇

四川省宜宾市珙县中医院 四川宜宾 644500

【中图分类号】R614

【文献标识码】A

【文章编号】1005-4596 (2019) 06-074-01

现代医学的飞速发展下，我国外科手术术后镇痛手段也得以进一步发展，但外科手术患者的疼痛管理工作仍是极具挑战的一个问题。术后镇痛的效果与质量关系到患者的术后康复，所以近年我国术后镇痛理念也在不断的创新和跨越，早期的疼痛管理和镇痛方法早已被改革和创新，实现了从超前镇痛到预防性镇痛的新跨越，这对患者的病情预后也有着极大的作用。

1 什么是术后疼痛？

疼痛是人类对组织损伤或者潜在损伤有关的一种不愉快的主观感觉及情感体验，它是人类的第五大生命体征，并具有保护性反应的特点，因为人体无论是受到何种刺激，只要达到一定的强度则就会引起疼痛。

人体对疼痛造成的刺激反应是疼痛直接生理效应，可导致机体产生恐惧与焦虑等心理状况，从而对机体的循环和呼吸、内分泌等生理功能造成影响，致使其呈功能失衡紊乱的状态，强烈疼痛会导致人体出现休克的状态。术后疼痛主要是因为手术导致机体的组织损伤造成炎症引起的自发性疼痛，一般会连续疼痛4-6天。

2 术后疼痛会造成什么影响？

术后疼痛对人体造成的影响很大，通常会引起多系统不良反应，常见的就是患者出现心血管系统不良反应，比如心率加快和血管收缩等，使心脏负荷与心肌耗氧量增加。再者是消化系统不良反应，主要表现为胃肠功能恢复时间过长或者胃肠蠕动减少等。也会对患者的呼吸系统造成很大的影响，比如肺功能降低，呼吸变得浅、快，并出现通气量减少的问题，患者呼吸道中的分泌物不能有效清除。对患者骨骼肌肉系统的影响也很大，表现为肌张力增加，导致其机体活动被限制，致使患者出现深静脉血栓的几率加大。对泌尿系统造成影响，常表现为尿道和膀胱肌的运动力量降低，导致患者出现不同程度的尿潴留。对患者神经与内分泌系统造成的影响也较为显著，比如患者常出现应激反应增强，体内血液出现高凝状态，许多患者也会出现免疫抑制的问题，这时其体内便会分泌更多的儿茶酚胺，性激素的水平大幅度降低。

3 什么是术后镇痛？

由于术后疼痛感会带给患者很大的影响和危害，所以医学界对术后疼痛的抑制尤为关注。据报道称，大约57%的患者在术前非常关注术后疼痛，89%左右的患者觉得术后会产生中

重度的疼痛感，36%左右的患者认为镇痛药物可以降低或者解除疼痛。一般来讲，患者术后疼痛会出现在术后即刻，疼痛更会持续一段时间，这也说明术后疼痛的控制尤为重要，镇痛效果的提高是很大的挑战。

3.1 超前镇痛

超前镇痛是在20世纪初被Crile等学者提出的镇痛方法，这种镇痛方法主要是在伤害刺激机体前，便给予一定的方法预防或者抑制中枢/外周神经的敏感程度，尽量降低或者消除其造成的疼痛，通过这样的机理减轻手术造成的急慢性疼痛。超前镇痛使用于很多手术中的减轻术后疼痛作用显著，对患者视觉模糊评分（用来判断疼痛程度的方法）有着明显的降低效果，所以患者术后需要使用的镇痛药物剂量会有所减少，同时患者术后出现的不良反应会适当的减少，获得的镇痛效果良好。

总体而言，超前镇痛的效果与患者中枢神经敏感程度阻断相关，所以一般要选择可以在脊髓水平以上的药物进行镇痛。常用的超前镇痛药物包括阿片类药物和局部麻醉药物以及非甾体类抗炎药、 α_2 受体激动药等，这些药物对人的中枢神经敏感程度降低、外周神经敏化抑制的作用显著，所以能够起到良好的超前镇痛效果。

3.2 预防性镇痛

近年医学界对围术期急性疼痛的认识不断加深，预防性镇痛已经将超前镇痛替代。超前镇痛被替代的原因较多，比如镇痛时采用的药物容易导致患者恶心呕吐和便秘，或者对患者的中枢神经系统造成较大的影响，据报道称，如果患者在术前单纯接受超前镇痛，并不能对伤害刺激传入起到完全抑制和阻绝的作用，患者依然会出现痛觉过敏或痛觉异常的问题。

预防性镇痛注重患者神经敏化的完全预防，主要是在高强度的刺激中，给患者使用全程痛觉过敏预防治疗，术后也为患者提供适当的预防性镇痛，从而对患者出现术后神经炎性变化的情况起到抑制作用，并阻止因此出现的外周和中枢神经敏化问题。一般实施预防性镇痛时，并不一定是在患者手术前进行，由于中枢神经敏化的完全抑制，是要从患者切皮和创伤完全愈合的过程中实施，而其中的完全阻断是手术创伤造成的全部疼痛及伤害性信号传入，它强调镇痛的质量及其持续时间，对实施的时机并无一定的限制。

(上接第73页)

疲劳、激动或恼怒，保持良好和充足的睡眠。此外要少吸烟、少饮酒，少吃有刺激性的食物，禁喝浓茶或咖啡。

从现在的生活状态来看，眼底出血的症状在年轻人中间的发生概率也越来越大，对于我们现在的生活，一定要注意饮食，和加强锻炼，让疾病远离我们。

参考文献

[1] 李鹏. 益气养阴方辅治气阴两虚型眼底出血的疗效及对中医症候、眼底出血面积吸收和视力的影响 [J]. 四川中医, 2019, 37(05):173-175.
 [2] 叶龙星, 王业静, 王韶红, 等. 糖尿病肾病伴眼底出血患者的药学监护 [J]. 基层医学论坛, 2019, 23(16):2350-2352.
 [3] 石晓凤. 眼底出血患者应用护理干预模式的效果及治疗依从性的影响 [J]. 中国医药指南, 2019, 17(05):270-271.