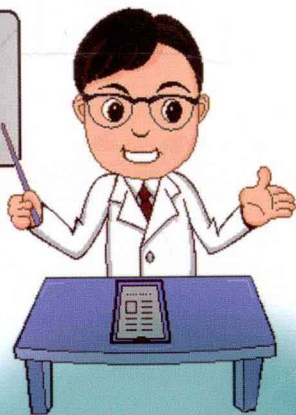
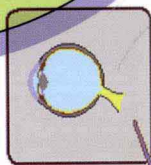


了解青光眼 战胜青光眼

孙兴怀 孔祥梅 主编





了解青光眼 战胜青光眼

张洪华 刘建明 主编



了解青光眼 战胜青光眼

主编 孙兴怀 孔祥梅

编者(以姓氏笔画为序)

王嘉健 文雯 方媛 孔祥梅

左磊 朱文卿 刘婷婷 孙兴怀

陈宇虹 陈雪莉 肖明

绘画 陈倩

復旦大學出版社

图书在版编目(CIP)数据

了解青光眼 战胜青光眼/孙兴怀,孔祥梅主编. —上海:复旦大学出版社, 2012. 3
ISBN 978-7-309-08740-6

I. 了… II. ①孙…②孔… III. 青光眼-防治 IV. R775

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2012)第 025742 号

了解青光眼 战胜青光眼

孙兴怀 孔祥梅 主编

责任编辑/王龙妹

复旦大学出版社有限公司出版发行

上海市国权路 579 号 邮编:200433

网址:fupnet@fudanpress.com <http://www.fudanpress.com>

门市零售:86-21-65642857 团体订购:86-21-65118853

外埠邮购:86-21-65109143

上海华业装潢印刷厂有限公司

开本 787×1092 1/32 印张 3.75 字数 83 千

2012 年 3 月第 1 版第 1 次印刷

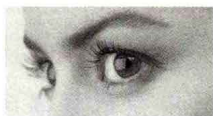
印数 1—10 500

ISBN 978-7-309-08740-6/R·1251

定价:10.00 元

如有印装质量问题,请向复旦大学出版社有限公司发行部调换。

版权所有 侵权必究



Foreword

序

青光眼是眼科常见病，患病率高，如诊治不当，其终极后果常为不可逆性的致盲，从而受到全世界眼科工作者和广大青光眼患者的极大关注。近半个多世纪以来，在青光眼科科研和防治工作中，眼科工作者倾注了大量心血，在阻止病情进展、保护视神经或延缓视功能衰退方面，取得了可喜成绩，预后大为改观。但以往的卫生宣教中较多强调了它的危害性，对防治方面的新进展和积极成果着力似显不足；加之对澄清坊间把青光眼和最终失明等同起来的谬误言论缺少有针对性的宣传，大有“谈青色变”的态势。

《孙子兵法》中有句名言“知彼知己，百战不殆”，意即在对敌斗争中，只要对敌我双方的情况了如指掌，就能战无不胜。要客观而理性地认知和正确地对待青光眼，也必须做到“知彼知己”。





本着这一精神,这本书通过青光眼专家提供与青光眼有关的基础理论阐述;对青光眼病友中普遍存在着的恐惧心理或疑问,用通俗易懂的言词,做进一步疏理和释疑;选录报刊上发表过,并取得良性反馈的青光眼科普资料;以及介绍上海市青光眼俱乐部会员们的活动情况和心得体会,对正在为战胜青光眼而斗争的朋友们,提供“知彼知己”所需的现实材料。希望关注青光眼问题的广大读者,通过参阅这本书,对有关青光眼的诸多问题有进一步正确认识,消除不必要的顾虑和恐惧,在与青光眼的斗争中振作精神,积极主动,医患协作,最终战而胜之。

嵇训传

2012年2月10日



Preface

前 言

青光眼是全球第一位不可逆性致盲眼病,其防治已成为世界各国重要的公共卫生问题。预计到 2020 年,全世界将有 7 960 万人患青光眼,其中 1 120 万人最终可能成为双眼盲。青光眼导致的视神经损伤目前是不可恢复的,但若及早发现并给予合理治疗和适当保健是可以终身保持有用视力的。青光眼又是一类典型的身心疾病,对患者、家庭,乃至社会都带来很大的影响。1997 年,我们在上海市医学会的大力支持下成立了上海市青光眼俱乐部,为青光眼患者进行医学知识及其预防保健和诊治的科普教育、密切医患之间的相互交流,提供了一个很好的公益性平台。15 年来举办了逾百场的专题讲座以及丰富多彩的青光眼相关活动,受惠者达万余人次,“为广大青光眼患者营造了一个温暖的家”。





尽管如此,还有更多的青光眼患者和高危人群没有得到青光眼疾病相关知识的普及,也缺乏科学的诊疗理念和正确的预防保健指导,以至于青光眼在世界各地致盲眼病的排名不断攀升。鉴此,我们根据青光眼临床诊治工作中的认识和开展青光眼患者俱乐部活动的经验体会,结合我国青光眼患者和临床诊治、预防的实际状况,组织编写了这本青光眼科普小册子。期望汇集相关的知识和建议措施,能够加深对青光眼疾病的认识、提高公众青光眼的防治意识,以及增进眼科医生和青光眼患者的交流,减少或阻止青光眼的视觉功能损害。也借此配合由世界青光眼协会和世界青光眼患者协会共同发起、每年3月在全球各个国家同时举办的“世界青光眼周”活动,将青光眼的危害控制在最低程度。

本书从临床实际出发,结合专业进展和成熟的新技术,就公众普遍关心和青光眼患者普遍存在的问题,以及医生对青光眼疾病的关注点,用通俗的语言、形象的比拟,并从贴近生活的角度来撰写。不仅适合青光眼患者及其家属、公众阅读,而且也可供临床医务人员参考。唯有我们的共同努力,充分了解青光眼,才能战



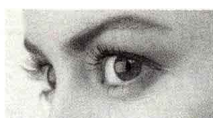
胜青光眼。

受限于知识和经验,本书难以盖全,难免不足。唯有读者积极谏言,不断探索,才能再版时进一步完善。



2012年2月14日





Contents

目 录

第一部分 青光眼的基础知识	1
一、眼球的结构	3
二、什么是青光眼	6
三、青光眼有哪些类型	10
四、青光眼有哪些症状	11
五、青光眼有哪些常见的检查方法	13
六、青光眼的药物治疗与激光治疗	19
七、青光眼的手术治疗	23
第二部分 青光眼的扩展知识	27
一、青光眼的患病率	29
二、哪些人容易患青光眼	30
三、青光眼会遗传吗	32
四、发育性青光眼——残害孩子视力的杀手	33
五、易与青光眼混淆的疾病	35
六、眼压不高,怎会是青光眼	37
七、抗青光眼药物的合理选用	39
八、如何应对长期用抗青光眼药物引起的	





不适	42
九、青光眼与白内障的关系	44
十、青光眼与心理因素的关系	45
十一、保护视神经,青光眼患者的“第一要务”	48
十二、青光眼患者该如何自我保健	50
十三、青光眼是可预防和良好控制的	53
十四、青光眼患者应注意什么	54
十五、如何正确点眼药水	56
十六、专家答疑	58
第三部分 近年在报刊上发表的部分文章	63
一、专家在首个“世界青光眼日”提醒市民: 年过不惑请您定期眼检	65
二、“世界青光眼日”提醒:年过四十每两年 做一次眼部体检	66
三、青光眼已成为全世界第二位致盲性眼病: 对高危人群的“筛查”刻不容缓	68
四、年轻人,也会患上青光眼	70
五、两大途径助青光眼“早发现”	73
六、患了青光眼会不会瞎	75
七、小心青光眼“偷走”视力	77
八、克服恐惧症,直面青光眼	80
九、专家谈青光眼自我保健	83
第四部分 上海市青光眼俱乐部	87
一、上海市青光眼俱乐部简介	89
二、上海市青光眼俱乐部会标	89
三、上海市青光眼俱乐部章程	90



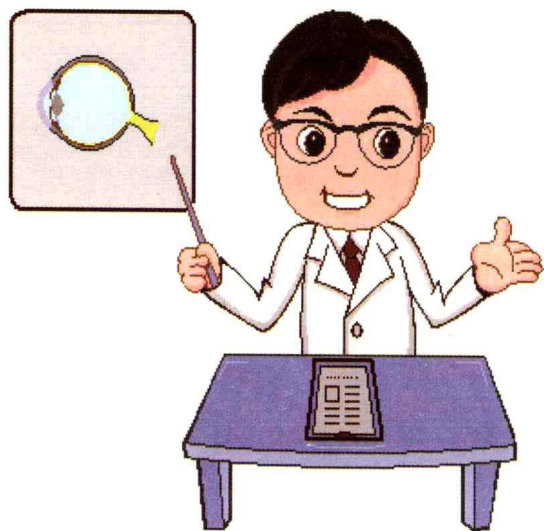


四、上海市青光眼俱乐部活动图片	93
五、会员心声	96
青光眼俱乐部就像我们温暖的家	96
自我保健几点心得	102
走好人生的路程	104



第一部分

青光眼的基础知识





一、眼球的结构

眼是视觉器官,人们通过双眼看到外界事物,了解世界。那么人们是如何看到这一切的呢?首先,外界事物的光信号进入眼球;然后,眼球将这种光信号转化为视觉生物电信号;最后,通过视神经传递到脑,让人们感受和认知外界事物。人类的眼睛功能强大,不但能看近,还能看远;不但能在白天看东西,还能在晚上看东西;不但能看清东西的轮廓,还能分辨不同的颜色。这些强大的功能是由眼球精巧的构造所决定的,最精密的照相机也是模仿眼球制造的。现在让我们逐一了解眼球的解剖结构。

1. 眼睛的正面观

首先从正面来看眼睛(图1)。我们俗称“眼皮”的结构在医学上称为眼睑,眼睑保护整个眼球,就像照相机的镜头盖。张开眼睑,看到的是中央的“黑眼仁”和周围白色的“白眼仁”。“黑眼仁”的医学名叫角膜,就像照相机最前面的镜头,位于照相机的最前部,它的主要功能是汇聚光线。“白眼仁”的医学名叫巩膜,但是巩膜并非只有我们看到的这一部分,还有大部

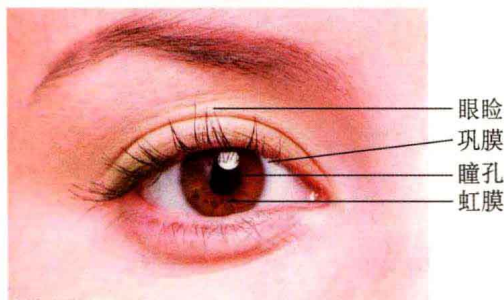


图1 眼的正面结构



分巩膜在眼球后面,巩膜及其内层的脉络膜构成了主要的眼球壁,就像照相机的金属机身,包绕照相机,形成一个小暗房,防止其他的干扰光线进入眼球。在巩膜的表面还有一层透明的膜状组织,称为结膜。通俗讲的“红眼病”看上去就是“白眼仁”发红,而红眼病是结膜组织炎性充血造成的。如果再仔细看“黑眼仁”,会发现这个黑眼仁里面还有一个小黑洞,小黑洞的外面是棕色组织。棕色的组织是虹膜,而这个小黑洞就是瞳孔。瞳孔会随着光线强弱、情绪变化等变大变小,它们就像照相机的光圈,在黑暗的地方需要更多的光线进入眼球时,瞳孔就放大;反之,瞳孔就缩小。

2. 晶状体

接下来,从纵切面来了解一下眼球的内部结构(图2)。最前面的组织是角膜,角膜和巩膜相延续。角膜的后面是棕色的虹膜,虹膜的根部与睫状体相延续。虹膜之间的空隙是瞳孔,瞳孔的后方是晶状体。晶状体是眼内另一个镜头,但与角

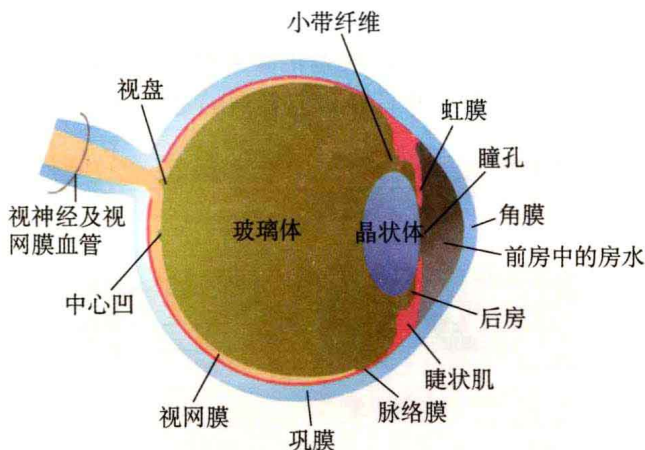


图2 眼球的纵切面结构



膜这个镜头不同的是,晶状体可以通过变胖(变凸)和变瘦(变平)来调节光线的焦距,从而使来自不同方向的光线最后都聚焦在视网膜上。因此,我们既能看远,又能看近。晶状体会随着年龄的增大不断增厚,同时弹性越来越差,最后丧失调节能力。因此人到了一定年龄后,看远还清楚,而看近却不清楚或感到很吃力,这就是俗称的“老花眼”。

3. 前房和房水

角膜和虹膜之间有一定的空间,称为前房,角膜和虹膜根部形成的一个夹角称为前房角。前房中充满透明像水一样的液体,称为房水。房水不是一潭死水,而是不断循环的。眼球好比一个水箱,有进水的龙头和出水的排水管。进水的龙头在睫状体,它不断分泌产生房水,然后从晶状体和虹膜之间的缝隙流出,经过瞳孔进入前房;最后从前房角的小梁网流出眼球,前房角的小梁网就好比水箱的排水管。房水产生和流出在正常情况下是平衡的,从而维持一个稳定的眼内压力(眼压)(图3)。好比水箱的水流入和流出是一样多,这样水箱可以维持一个正常压力。如果一旦平衡打破,流入多于流出,或流出少于流入,水箱里的水就会越来越多,水箱里的压力就会越来越高。眼球就像这样的水箱,如果小梁网堵塞,房水无法

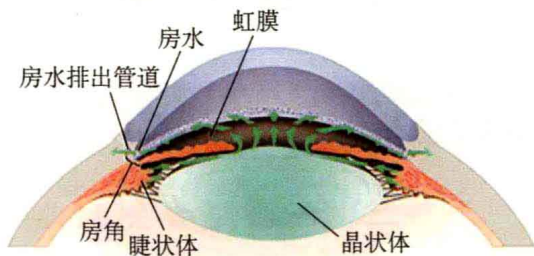


图3 房水循环示意图

