

眼病误区与真相

MYTHS AND TRUTHS ABOUT EYE DISEASES

伍桂军 编著



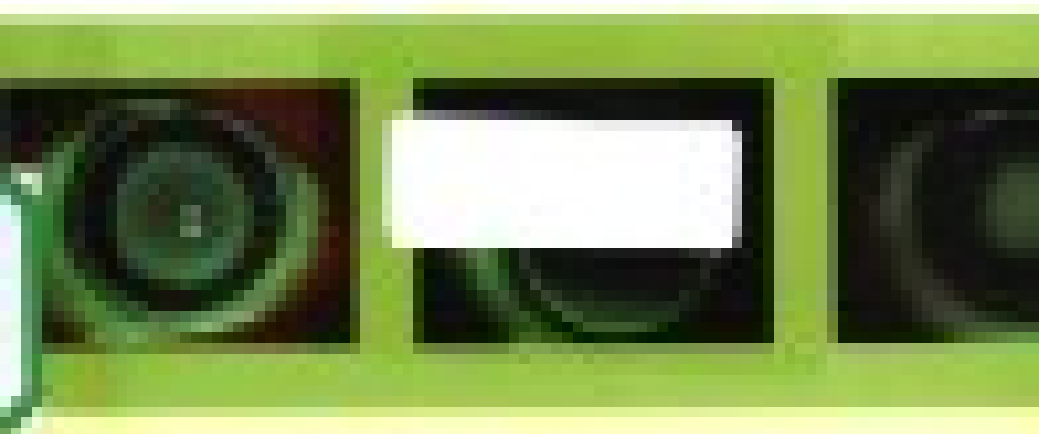
广东省出版集团

广东科技出版社 || 全国优秀出版社

GETTING UNDER THE HOOD ABOUT THE EYE

眼病误区与真相

张俊英 著



中国医药出版社
CHINA MEDICAL PUBLISHING HOUSE



眼病误区与真相

MYTHS AND TRUTHS ABOUT EYE DISEASES

伍桂军◎编著

广东省出版集团

广东科技出版社

·广州·

图书在版编目 (CIP) 数据

眼病误区与真相 / 伍桂军编著. —广州: 广东科技出版社, 2013. 1

ISBN 978-7-5359-5779-5

I. ①眼… II. ①伍… III. ①眼病—防治
IV. ①R771

中国版本图书馆CIP数据核字 (2012) 第230915号

责任编辑: 周 良

封面设计: 林少娟

责任校对: 梁小帆

责任印制: 罗华之

出版发行: 广东科技出版社

(广州市环市东路水荫路11号 邮政编码: 510075)

http: //www. gdstp. com. cn

E-mail: gdkjyxb@gdstp. com. cn (营销中心)

E-mail: gdkjzbb@gdstp. com. cn (总编办)

经 销: 广东新华发行集团股份有限公司

排 版: 广州市友间文化传播有限公司

印 刷: 广东新华印刷有限公司

(广东省佛山市南海区盐步河东中心路23号 邮政编码: 528247)

规 格: 889mm×1194mm 1/32 印张6 字数140千

版 次: 2013年1月第1版

2013年1月第1次印刷

定 价: 39.00元

如发现因印装质量问题影响阅读, 请与承印厂联系调换。

作者简介



伍桂军，男，医学硕士。1965年8月出生于湖南省常德市，1983年考入第一军医大学，1986年加入中国共产党，1988年大学本科毕业后于第一军医大学附属南方医院从事眼科医疗、教学、科研工作，1993年晋升为主治医师、讲师（副营级），2001年晋升为正团级副教授、副主任医师，2002年10月任眼科副主任，2004年8月随该院校整体转业到广东省广州市南方医科大学南方医院，一直工作至今。2001年荣获个人三等功1次，多次获优秀共产党员和嘉奖。有丰富的眼科学临床基础知识和专业技能，特别擅长各类型角膜移植、白内障超声乳化摘除及人工晶状体植入、抗青光眼等手术。承担并完成了多项科研课题。2001年《角膜移植的系列研究》获军队医疗成果二等奖，1999年《人工晶体植入术后晶体表面细胞学研究》获广东省科技进步二等奖，2000年《外伤性白内障手术治疗的临床研究》获军队科技进步三等奖，1997年《后房性人工晶体植入术后人工晶体前膜形成的机制研究》获军队科技进步三等奖，已发表专业论文30余篇。

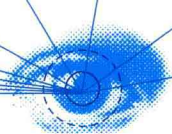


内 容 提 要

本书是根据作者从事眼科学医疗、教学和科研近30年的经验和体会，针对人们对眼睛一些常见问题的误解而阐述的科学真相，文字言简意赅，道理浅显易懂。

全书共6章，解释了远视眼、近视眼、老花眼、沙眼等的真相；告知人们如何预防和缓解长时间用电脑、手机所带来的眼部不适；如何保护和防止眼睛受伤；父母如何爱护婴幼儿的眼睛、尽早发现其眼病；如何科学地使用眼药水。

本书科学、趣味，图文并茂，是一本适合大众的科普读物。



序

眼睛是人类最重要的感觉器官，人所感受的信息80%来自视觉。罹患眼病轻者会影响生活质量，重者妨碍工作甚至最终导致失明，大大削弱了一个人对社会的贡献能力。

人们一旦患了眼病，往往希望尽快准确认知所患疾病以及如何正确治疗。目前，“眼专科”的参考书很多，有《中华眼科学》、医学院的眼科教材，还有更为深层次的眼科专科参考书，这类眼科参考书多供眼科专家或眼科医师作为诊疗工具书，而深入浅出并能准确地介绍常见眼病及部分严重眼病的科普书籍至今尚未多见。本书作者共用6章约15万字的精练篇幅，并配以60多幅图对眼科常见病及部分严重疾病做了简明扼要的阐述，使非眼科医生的读者及眼病患者能较广泛地认识眼病，消除误解，懂得正确的诊疗知识。

本书内容新颖，它使用通俗诙谐的语言及巧妙的比喻，使枯燥的医学知识变得生动有趣、跃然纸上，可读性非常强，是一本不可多得的眼科学科普教材。

本书的作者伍桂军毕业于第一军医大学，现为南方医科大学南方医院副教授、眼科副主任，有丰富的眼科学临床基础知识和专业技能，特别擅长各类型角膜移植、白内障超声乳化摘除及人工晶状体植入、抗青光眼

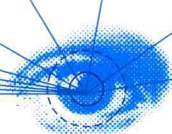
等手术。工作以来，伍桂军医生完成并取得了多项科研课题和成果，已发表专业论文30余篇。本书即是他长期眼科实践的经验积累而成，相信定会受广大读者的欢迎。

我热烈祝贺此书的出版！

中山大学中山眼科中心眼科学教授、博士生导师
俄罗斯自然科学院外籍院士

陈家祺

2012年9月



前言

眼睛是一视觉器官，人们只有通过眼睛才能看清万物，其对人之重要，可想而知。

我们在日常生活中，经常听到有人这么说：“我的眼睛很好，很远的东西都能看见，是远视眼。”“我的小孩成天看书、看电视、看电脑，学习成绩是很好，但是近视眼，最近给他配了近视眼镜，但他一会儿戴，一会儿不戴，真担心他这样会造成近视眼加深。”“我是一名建筑工人，工地上风沙很大，沙子经常吹到眼睛里去，所以我得了沙眼。”“我是一名中年律师，每天要看十几个小时的电脑或文字材料，下班后经常觉得眼睛干涩、酸胀、看东西朦、有重影，甚至恶心，不敢走路或开车，要休息一段时间才能看清远处。”这些几乎是常识性的小问题，有些说法却是错误的。人们或因这些小问题不太严重影响生活或缺乏这方面的知识，而习以为常或置之不理。大部分老百姓，甚至一些非眼科专业的医生们对这些小问题也会产生误解。笔者编写此书的目的，就是向人们解释这些小问题，使人们了解这些小常识，以便更好地保护眼睛。用明亮的眼睛，观赏美丽的世界！

本书分为眼病的十大误区、常见眼病自救宝典、常见眼病真相大揭秘、父母之爱眼必备、小眼病中藏大学问等章节，用通俗易懂的语言解答了人们容易误解的问题：什么是

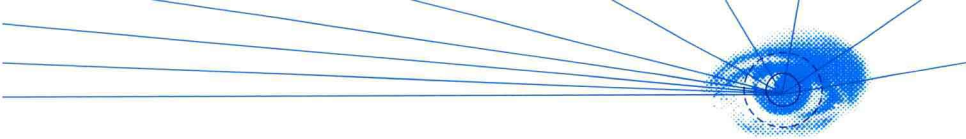
近视眼、远视眼、老花眼？戴隐形眼镜要注意什么？人人都能做激光治疗近视眼的手术吗？什么是青光眼、白内障？眼内进了沙子等异物或受了外伤后，该如何急救？

此文得以成书，除了笔者本人孜孜不倦的努力，更仰仗广大朋友们的激励，以及妻女的支持，妻子是本书的第一读者。还有我的同事们，也给了我莫大的帮助。为了让广大读者特别是非医务工作者更好地阅读和理解本书，笔者节选了《眼科学》眼部解剖的部分内容及一些图片，部分解剖名词还配有“通俗语”对照，在此一并向该书的编者赵堪兴、杨培增等老师致谢。还要特别感谢的是我的导师、中山大学中山眼科中心陈家祺教授，他为本书的审核、校对，提出了许多宝贵的意见，并作序。陈家祺教授的言传身教、人格医德将永远激励我兢兢业业，为病友服务。另外，衷心感谢：广州医药集团有限公司李楚源总经理、广东鸿图科技股份有限公司邹剑佳董事长、广东长实通信股份有限公司邹军董事长、广州旗智企业管理咨询有限公司向寒松总经理、中山市日顺厨卫有限公司何启标董事长、河源市源城区金基矿业发展有限公司袁秀华董事长、广州市瑞鹏塑料制品有限公司李久平董事长和广州市景泰投资有限公司陈文明董事长等对医学事业的关心和支持！

由于本人水平有限，不当之处，恳请广大读者朋友及眼科同道们批评指正。

伍桂军

2012年9月于广州



目 录 | CONTENTS

第一章 眼病的十大误区

1

- 一、对远视眼的误解 / 1
- 二、对近视眼的误解 / 3
- 三、对老花眼的误解 / 6
- 四、对沙眼的误解 / 9
- 五、对“风流眼”的误解 / 11
- 六、为白内障正名 / 14
- 七、看了不该看的东西真的会得眼病吗 / 16
- 八、没有摔伤眼睛怎么会导致瞎眼呢 / 18
- 九、对准分子激光治疗近视眼的又一误解 / 19
- 十、眼皮睁不开都是困倦引起的吗 / 21

第二章 常见眼病自救宝典

23

- 一、长时间用电脑带来的眼病 / 23
- 二、老年朋友眼皮上不可忽视的小疖子 / 26
- 三、眼皮上的小黑痣不能乱摘 / 27
- 四、擦眼泪的小窍门 / 28
- 五、千万别“刮眼沙” / 29
- 六、“兔眼”如何保护 / 30
- 七、青光眼的急救宝典 / 32
- 八、沙子等入眼内后不能揉 / 34

- 九、眼睛受伤后怎么办 / 35
- 十、眼球穿通伤后怎么办 / 37
- 十一、酸碱烧伤眼睛的急救 / 39

第三章 常见眼病真相大揭秘

43

- 一、“挂影”之说 / 43
- 二、“关公脸”背后隐藏的凶险 / 44
- 三、“捉眼虫”的骗局 / 45
- 四、不要自己吓自己 / 46
- 五、“可怕”的眼睛红 / 47
- 六、大泡性角膜病变——角膜病患者永远的痛 / 49
- 七、“黑眼珠”上的怪毛病——圆锥角膜 / 52
- 八、“黑眼珠”上也会生肿瘤吗 / 54
- 九、导致国人眼盲的头号杀手——白内障 / 55
- 十、做了白内障手术后还会得白内障吗 / 57
- 十一、什么是青光眼虹膜睫状体炎综合征 / 59
- 十二、眼病与生殖器溃疡有关吗 / 60
- 十三、一只眼睛受伤后会导致另一只眼睛变瞎吗 / 61
- 十四、眼睛内真能长虫吗 / 62
- 十五、“眼卒中” / 64
- 十六、黄斑中心凹易患的疾病之一：中心性浆液性视网膜脉络膜病变 / 65
- 十七、黄斑中心凹易患的疾病之二：年龄相关性黄斑变性 / 68
- 十八、视神经萎缩——眼睛的“绝症” / 69
- 十九、患脑垂体瘤后为什么会伤害眼睛 / 71

二十、与甲状腺功能亢进相关的眼病 / 73

第四章 父母之爱眼必备

76

一、是不争气的小孩“气瞎”了老妈老爸的眼睛吗 / 76

二、小孩的视力与父母的爱心成正比 / 79

三、“小眯眯眼”什么时候治疗最好 / 81

四、小儿“对对眼”的真相 / 83

五、“斜眼”的最佳治疗时机 / 84

六、如何治疗“斜眼” / 86

七、如何治疗弱视 / 89

八、怀“宝宝”会伤害眼睛吗 / 92

九、让人闻之色变的“猫眼征”——视网膜母细胞瘤 / 93

十、眼睛里能长出“萝卜花” / 95

十一、大而无神的“黑眼珠” / 97

十二、眼病也能遗传吗 / 98

十三、早产儿的眼睛会“先天不足”吗 / 100

第五章 小眼病中藏大学问

102

一、不可掉以轻心：老年人突然眼痛或为青光眼急性发作 / 102

二、可以世界大流行的“红眼病” / 104

三、春秋季节眼痒为哪般 / 105

四、痛彻心扉的眼病——急性闭角型青光眼 / 107

五、眼睛的隐形杀手——开角型青光眼 / 109

六、患高血压病会损害眼睛吗 / 111

七、糖尿病会损害眼睛吗 / 113

八、患肾脏疾病会损伤眼睛吗 / 117

第六章 护眼要诀**120**

- 一、合理使用眼药 / 120
- 二、隐形眼镜及其相关并发症 / 123
- 三、伏案工作会导致哪些眼部不适 / 125
- 四、凶险的绿脓杆菌性角膜炎 / 126
- 五、戴隐形眼镜容易患棘阿米巴角膜炎 / 128
- 六、高度近视眼患者应警惕视网膜脱离 / 131
- 七、配戴眼镜的若干问题 / 136
- 八、屈光手术的若干问题 / 140
- 九、春夏梅雨季节谨防眼睛患霉病——真菌性角膜炎 / 146
- 十、“黑眼珠”的头号杀手——单纯疱疹病毒性角膜炎 / 149
- 十一、吹玻璃工人的职业病——热辐射性白内障 / 152
- 十二、一朝眼受伤，十年怕青光眼 / 153
- 十三、一跤摔成一辈子流眼泪 / 154
- 十四、假酒对眼部的损害与预防治疗 / 155

附录 眼球的组织解剖**159**

- 一、眼球（俗称眼珠） / 159
- 二、眼眶及眼附属器 / 167
- 三、视路 / 174
- 四、眼部血管和神经 / 176



第一章 眼病的十大误区

一、对远视眼的误解

“我的眼睛视力很好，很远的东西都能看见，是远视眼！”

这种说法肯定是错误的。正确的说法是：“我的眼睛视力很好，很远的东西都能看见，只是远视力好！”

我们眼睛视力的好坏是可以看清视力表上的符号来表示和衡量的。人们的视力分远视力和近视力，即看远处物体的能力和看近处物体的能力。一个人站在5m远的地方能分辨出视力表1.0那一行上所有字符的方向，这个人的远视力就是正常的；一个人如能分辨出放在他眼前30cm远处的近视力表1.0那一行上所有字符的方向，这个人的近视力是正常的。人们的远视力和近视力是两种不同的能力，不同的人或同一个人在他从年轻到老年的不同时期，远视力和近视力是不同的，也可以是变化的。可以出现以下几种情况：一个人的远视力和近视力都是1.0，说明他的远、近视力都正常，是正常视力眼，这个人可以这么说：“我的眼睛视力很好，很远、很近的东西都能看见。”一个人的远视力是1.0，近视力低于1.0，说明他的远视力正常，但近视力不正常，是老花眼。这个人只能这么说：“我的眼睛视力还好，远处的东西能看见，但近处的东西看不见。”一个人的远视力低于1.0，近视力

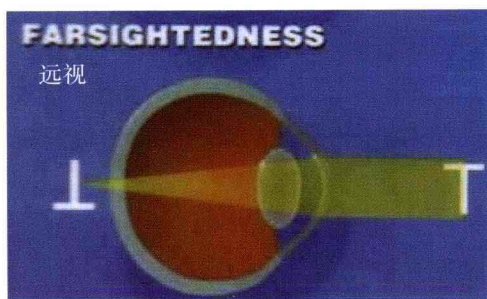


图1 远视眼示意图

是1.0，说明他的近视力正常，但远视力不正常，是远视眼。这个人只能这么说：“我的眼睛视力不好，远处的东西看不见，但近处的东西还能看

见，如看看书、读读报还行。”还有一种情况是一个人的远、近视力都低于1.0，说明他的远、近视力都不正常，这才是真正的远视眼（图1）。这个人只能这么说：“我的眼睛视力不好，远处、近处的东西我都看不见，只能靠听广播了。”

度数较低的远视眼患者，年轻时由于眼睛有一定的调节能力而被代偿，看近物和看远物都清楚，不适症状被掩盖，但他们出现“老花”的年龄（正常人在45岁左右表现出老花）会提前，老花的程度也会比正常人重。度数高的远视眼患者，婴幼儿时期如果不及时发现和矫正，有影响视网膜感光功能的发育、导致弱视的危险。

远视眼的治疗：准确散瞳验光后，配戴合适度数的远视眼镜。远视眼镜的镜片和老花眼镜的镜片一样，同是周边部薄、中央厚的凸透镜（图2）。

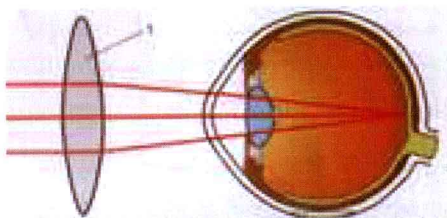
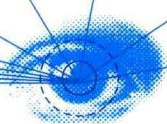


图2 远视矫正示意图

目前，有一些使用准分子激光手术或



巩膜灼热治疗远视眼的尝试，但技术还不成熟。

二、对近视眼的误解

目前我国青少年的近视眼发病率已超过80%，近视给人们的生活和工作带来诸多不便。日常生活中我们经常听到这样的话：“我的小孩是近视眼，最近给他配了近视眼镜，但他一会儿戴眼镜，一会儿不戴眼镜，真担心他这样会造成近视度数加深！”这是对近视眼的误解。我们的眼睛看近处时相应的肌肉在工作，而看远处时，这些肌肉就在休息。青少年患近视的根本原因是长时间持续看近处，眼睛疲劳而引起的，这是内因。即是“青少年只要不长时间（通常以40min为限度）持续看近处，不使眼睛疲劳，就不会得近视，即使以往得近视了，以后近视度数也不会加深；而如果长时间持续看近处，使眼睛疲劳，就可能得近视，以往得了近视，以后近视度数还会加深”。与是否戴眼镜无关，下面就谈谈近视眼的话题。

眼睛是一个视觉器官，人们靠眼睛看清大千世界，这种能力叫视力。视力分两种：能看远的能力（即远视力）和能看近的能力（即近视力）。人们的视力是用能看清视力表上最小的符号来表示和衡量的。人们的远视力和近视力是两种不同的能力，一个人在他从年轻到年老的不同时期，远视力和近视力是可以变化的。如正常人在他45岁前他的远视力和近视力都是1.0，即他的远、近视力都正常，他就是正常视力眼；45岁以后他的远视力是1.0，但近视力会逐渐低于1.0，