



愿你有双明亮的眼晴

Wish you to have bright eyes



• 主编 魏湘铭

- 近视可治疗 关键在得法
- 老年白内障 可治也可防
- 爱眼要从儿时开始做起

中国医药科技出版社

愿你有双明亮的眼睛

主编 魏湘铭

中国医药科技出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

愿你有双明亮的眼睛/魏湘铭主编. —北京: 中国医药科技出版社, 2006. 10

ISBN 7 - 5067 - 3534 - 2

I. 愿... II. 魏... III. ①眼—保健—基本知识②眼病—防治—基本知识 IV. R77

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2006) 第 109948 号

美术编辑 陈君杞

责任校对 张学军

出版 中国医药科技出版社

地址 北京市海淀区文慧园北路甲 22 号

邮编 100082

电话 010 - 62244206

网址 www.cspyp.cn www.mpsky.com.cn

规格 850 × 1168mm^{1/32}

印张 11 1/2

字数 226 千字

印数 1—6000

版次 2006 年 11 月第 1 版

印次 2006 年 11 月第 1 次印刷

印刷 三河富华印刷包装有限公司

经销 全国各地新华书店

书号 ISBN 7 - 5067 - 3534 - 2/R · 2911

定价 26.00 元

本社图书如存在印装质量问题请与本社联系调换



魏湘铭，男，1941年生。

主任医师，享受国务院颁发的政府特殊津贴。历任湖南省中医药研究院眼科研究室主任、科研医教处处长、湖南省中西医结合学会常务理事、眼科专业委员会主任委员。湖南省政协第六、七、八届委员、常委、文教卫体委员会副主任。从事医疗、科研40余年。能熟练地运用中西医结合的方法防治眼病，对部分疑难眼病的治疗积累了比较丰富的经验。在省以上杂志发表论文40余篇，科普文章50余篇。主编眼科专著一本，参编医学专著六本。获省厅科技成果二等奖一项、三等奖四项。



刘仁波，1964年生。出身医学世家，现任中国视光学会理事，湖南省中西医结合学会会员、眼科专业委员会副主任委员、湖南湘潭仁和眼科医院院长、湘潭市政协常委。从事医疗工作20余年，坚持用中西医结合的方法防治眼病，特别是对青少年近视的防治，积累了比较丰富的经验。十年来，主刀做近视手术（LASIK）逾2万例。发表论文十余篇。

内 容 简 介

本书是一本医学科普文集，内容包括眼的保健和眼病防治知识。书中共有 100 篇文章，按照其内容，大致分为“眼的构造与检查”、“屈光不正与斜、弱视”、“外眼病”、“内眼病”、“眼外伤”、“遗传与眼病”、“全身疾病与眼部病变”、“眼肿瘤”、“药物与眼病”、“生活中的眼保健”及“高科技与光明”等十一类。每篇文章议论一个问题，有理有据，有方有药，科学实用，通俗易懂。其中某些眼病的防治方药是作者数十年的临床结晶。故本书既适合广大读者阅读，也是广大基层医务人员学习参考的好资料。

主 编 魏湘铭

副 主 编 刘仁波

魏冠男

刘 炯

主 审 朱德湘

序

眼睛是人类最宝贵的感觉器官。2000 多年前，我国的《黄帝内经》就对眼睛在人体众多器官中的重要地位进行了“五脏六腑之精气皆上注于目”的精辟阐述。五彩缤纷的世界，要通过眼睛来认识；外界信息的 80%，要由眼睛来获取。在各类信息飞速发展的现代社会，人们的工作、学习、生活，样样离不开眼睛，眼睛对人来说如同生命一般重要。

随着社会的进步和人民生活水平的不断提高，我国在眼病防治方面取得了长足的进步。既往谈到视觉，大家都认为就是看不看得见东西，然而在现代化社会，人们对于视觉的要求，不应仅局限于以往的单纯防盲，而应从日常保健做起，以现代的护眼概念重视整体视觉质量的提高。

眼睛是心灵的窗户，许多人的眼睛并没有明显器质性损害，但却影响平时的生活质量，因此，早期的眼保健尤为为重要。我们提议每个人都应当树立自我保护意识，在眼保健方面建立“预防”的现代概念，时刻关心自己的视觉健康，不要等到出现问题了才去关注。通过改善不良生活方式，完全可以大大减少眼部疾病的发生率。

湘铭教授潜心眼科学研究和治疗 40 余年，致力于

眼科学知识普及 20 多年，经验丰富、多有心得，近年来广罗博杂、精雕细琢，将眼科学知识普及文章归纳整理、结集出版，此举造福全民，可喜可贺！细阅湘铭教授的《愿你有双明亮的眼睛》，亦问亦答、简洁实用，将读者对眼病方面的疑问尽囊其中，以其科学严谨的态度、流畅优美的文笔、通俗生动的语言、形象逼真的构图，使精深复杂的专业医学知识变得浅近明白，真正达到了“一看就懂，一懂就用，一用就灵”的效果。

有感于医学科学知识普及之不易，以及湘铭教授长期不懈努力之茹苦含辛，谨书当言为序。

中国工程院院士

山东省眼科研究所所长教授

谢立信

2006 年 10 月

前 言

眼睛是心灵之窗，人们收集信息，观察世界，改造世界，享受生活，一刻也离不开它。因而人人都想拥有一双明亮的眼睛。

作者长期在临床工作，经常有患者书信、电话咨询有关眼病的防治知识。特别是广大农村，由于缺少专业眼科医生，误诊误治时有发生。如把急性闭角型青光眼误诊为“偏头风”、“胃肠炎”，吊盐水，输糖水，越治越厉害，病人两三天即失明。此时，面对盲人，我们痛无回天之力，只好扼腕相叹！

我们深深体会到，一个临床医生，不仅要有一手过硬的技术为患者服务；同时还应该拿起笔来写科普文章，把那些深奥的医学知识用通俗的语言写出来，让读者读得懂，用得上。一般而言，做为医生，过硬的医疗技术固然重要，然而从某种意义上说，医学科普的作用也不可低估。邓小平曾在全国第二次科学大会上说过，中国要实现现代化，关键在于提高全民族的科学文化水平。

本书是科普文集，没有按卷、篇、章、节去编写，而是依照文章的内容，大致归类。如“眼的构造与检查”、“外眼病”、“内眼病”等。

在部分文章涉及的眼病防治中，介绍了一些常用方药，读者可以参照使用。只是有的眼病单服中药或单用西药就有很好的疗效，故介绍了西药就没有介绍中药，如“眼外伤”、“莱姆病”等；或只介绍中药而没有介绍西药，如“中浆”等。有的眼病中西医结合治疗效果更好，那就既介绍西药也介绍中药，

如“角膜炎”等。对全身病的眼部病变，因为治疗的关键是针对原因治疗原发病，属于内、外、妇产、传染科的范畴。故书中的这部分文章只从眼部病变出发，介绍常用的中药方，如“高血压”、“结核病”等。

由于科学技术的迅速发展，医学上的诸多问题一直在不断认识和深化之中。同时，限于作者水平，书中不完善的地方在所难免，敬请读者批评指正。

本书部分文章参阅和引用了同道的观点和成果，在此谨致谢忱！在编写中，承蒙肖国土、张宪安、朱德湘、路正平、胡郁坤等教授审阅，并提出不少的宝贵意见，在此一并致谢！

魏湘铭 刘仁波

2006年8月

目 录

•眼睛的构造与检查•	(1)
一、眼睛——心灵之窗	(3)
二、眼睛的构造与照相机	(5)
三、视力与视力检查	(8)
四、视野与视野检查	(11)
五、色觉和色觉检查	(14)
六、眼压和眼压检查	(17)
七、不是眼有病 为何查眼底	(20)
八、察眼睛变化 明生死吉凶	(22)
九、眼科常用的部分数值	(24)
•屈光不正与斜、弱视•	(29)
一、屈光不正分三类：近视、远视与散光	(31)
二、近视——一个关系到民族素质的大问题	(33)
三、近视眼的发病原因有哪些	(35)
四、近视眼的预防	(41)
五、近视眼可治疗 关键在得法	(47)
六、近视需配镜 配镜有讲究	(53)
七、谈谈近视眼的并发症	(63)
八、远视眼——看远看近都模糊的眼病	(66)
九、治疗儿童内斜视 宜早不宜迟	(68)
十、弱视——常被忽视的眼病	(71)
十一、孩子为何挤眉弄眼	(75)
十二、妈妈如何及时发现宝宝有眼病	(78)



十三、头痛因何故 只缘眼疲劳	(81)
十四、漫话眼镜	(84)
十五、话说戴眼镜	(92)
·外眼病·	(95)
一、沙眼仍在危害光明	(97)
二、话说“红眼病”	(100)
三、“春卡”可治根治难	(102)
四、恼人的眼表过敏症	(104)
五、眼睛为何长胬肉	(107)
六、当心病毒性角膜炎损害儿童视力	(110)
七、老人易患带状疱疹性角膜炎	(112)
八、角膜炎——一个重要的致盲眼病	(115)
九、角膜移植与人类文明	(121)
十、眼睛缺水——干眼症	(124)
十一、情感表露流 助你养明眸——漫话眼泪	(127)
十二、宝宝为何泪汪汪	(130)
十三、上睑下垂是啥病	(132)
十四、胬肉术后易复发 羊膜移植好办法	(135)
十五、眼内进了沙 切莫用手擦	(137)
十六、眼睑痉挛 不伤视力也痛苦	(140)
十七、黄褐斑、老年环——动脉硬化的信号	(142)
十八、去除眼袋保青春	(145)
·内眼病·	(149)
一、“中浆”——中青年易患的眼病	(151)
二、中老年人要谨防青光眼“偷袭”	(154)
三、老年白内障 可治也可防	(158)
四、人工晶体——白内障眼换零件	(161)
五、白内障有多种 手术方法不相同	(164)



六、白内障术后如何护眼	(168)
七、白内障手术史话	(170)
八、葡萄膜炎可致盲 服药治疗要耐心	(175)
九、眼前为何黑花飞	(178)
十、眼睛为何也“中风”	(180)
十一、老年黄斑变性	
——老年致盲的主要眼病	(183)
十二、视神经萎缩莫灰心 坚持治疗有希望	(186)
十三、漫话眼的老化	(189)
十四、谈谈老花眼与老花镜	(193)
十五、老花眼况各异 验光配镜不同	(196)
十六、患了青光眼 用药要谨慎	(199)
十七、青光眼需要终生呵护	(201)
十八、谈谈低眼压性青光眼	(205)
十九、视神经炎与多发性硬化	(208)
·眼外伤·	(211)
一、眼外伤——一个沉重的话题	(213)
二、“三电”伤眼没商量	(216)
三、当心电弧光、紫外光伤眼	(219)
四、爱美莫伤眼	(221)
·全身疾病与眼部病变·	(225)
一、糖尿病为何会瞎眼	(227)
二、良性、恶性高血压 眼底有变化	(230)
三、动脉粥样硬化并眼病 血脂增高是祸根	(233)
四、治疗甲亢突眼症 药物手术相结合	(235)
五、结核病卷土重来 眼部病变莫敷衍	(239)
六、艾滋病与眼病	(242)
七、梅毒是性病 眼睛也遭殃	(248)



八、父母有性病 宝宝患眼病

——谈新生儿眼淋病 (251)

九、眼睛看不清 查查肾脏病 (253)

十、妊娠毒血症 并发眼病也不轻 (257)

十一、白血病的眼睛病变 (260)

十二、败血症合并眼病 处理不当可失明 (263)

十三、养宠物者：当心莱姆病 (265)

十四、伪盲、癔病盲 诊断治疗要恰当 (267)

·遗传与眼病· (269)

一、遗传性眼病治疗难 关键在预防 (271)

二、视网膜色素变性——一个先天遗传性眼病 (274)

三、爱眼要从十月怀胎做起 (276)

·眼肿瘤· (279)

一、眼部肿瘤知多少 (281)

二、“猫眼”——视网膜母细胞瘤 (283)

三、病毒与眼肿瘤 (285)

·药物与眼病· (289)

一、药能治眼病 亦能致眼病——谈谈药物伤眼 (291)

二、懂得眼部用药特点 争取药半功倍效果 (295)

三、滴眼药的学问 (299)

四、眼病患者如何选用中成药 (302)

五、成纤维细胞生长因子——疑难眼病的福音 (305)

六、维生素缺乏在眼部的表现 (308)

·生活中的眼保健· (313)

一、警惕盲从口入——从吸烟说起 (315)

二、吃出光明——从维生素 A 说起 (318)

三、练出光明——从眼保健操说起 (324)

四、教你自我查眼病 (328)



五、眼部的热敷与冷敷	(331)
六、祖国医学与眼的保健	(334)
•高科技与光明•	(339)
一、用高科技擦亮心灵之窗	(341)
二、高压氧与眼病治疗	(347)
三、盲人需要心理抚慰	(350)





眼睛的构造 与检查