

手术几分钟 白内障神奇消失

从复明进阶到精准,蒋永祥医生不断“追求完美”

第 医 线

早就听闻“五官科医院有个开白内障的蒋医生,手术做得老好”,第一次见到他,记者还是有些吃惊。诊室内外被围得水泄不通,蒋医生的人影儿没见着,热情的讲话声倒是听得清楚,“老先生,我会尽力治好你的眼睛”。

蒋永祥教授是复旦大学附属眼耳鼻喉科医院眼科主任医师、白内障与晶状体疾病学科副主任。今年全国爱眼日来临前夕,记者走进复旦大学附属眼耳鼻喉科医院,带大家了解“多数人逃不掉”的白内障。



蒋永祥医生在手术中 采访对象供图

大了看不清楚是正常的,首次正规检查很重要,可以最大限度避免漏诊、误诊。”

别盲目选择贵的晶体

做了那么多年白内障手术,在常人看来早就没有什么挑战了,但蒋永祥还在不断“追求完美”。“患者做完手术能恢复视力就很满足,但对我来说还不满足。技术在进步,医生也要进步。追求切口更小、恢复更快、并发症更少、复发率更低,这条路是无止境的。”他坦言。

一位30岁的年轻人,视力还可以,太阳光下看不清,诊断为后囊下型白内障,发病原因尚未明确,可能与用眼不当或紫外线损伤有关系。患者年纪轻,用眼要求高,因此选择了目前最先进的多焦点人工晶状体植入,满足看近、中、远距离的不同需求。

过去,白内障手术只是帮助患者恢复一定的视力,如今传统的单焦点人工晶状体植入已经不能满足需求,白内障手术从复明时代进入了精准时代。蒋医生介绍,人工晶状体选择很多,包括单焦点、双焦点、多焦点,价格差距大。“用眼需求不同,要根据实际情况选择,不能只听广告宣传,更不要盲目选择贵的产品。盲目地使用多焦点镜片会导致光晕、眩光、对比敏感度下降等不适。”术前,蒋医生会抽出更多时间来跟患者交谈,了解他们的想法。

比如,“年轻老人”可以选择多焦点人工晶状体,因为他们经常用手机,还喜欢外出旅游;大一点的老人可选择单焦点人工晶状体,因为他们不怎么使用手机了。“有的患者认为花了那么多钱,植入的晶状体一定好用,后来发现与预期有一定差异,人工晶状体与自己本身生理晶状体提供的远、中、近视效果不是一回事。这些其实都是术前要跟患者沟通好的。”他说。

本报记者 左妍

常规手术只要几分钟

80岁的王阿姨上个月预约了蒋医生的门诊,在儿子的陪同下进行了检查,这次是来手术的。王阿姨眼睛“雾蒙蒙”好多年,后来走路都看不清了。通过裂隙灯检查,蒋医生看到老人两个晶状体都明显浑浊、发白——这是典型的白内障。“先做一个。考虑到您年纪大了,不太适合在门诊做,还是建议您住院,放心点。”

手术当日,白内障超声乳化仪前,护士给王阿姨点了眼表麻药,然后消毒。蒋永祥提醒紧张的王阿姨:“眼科手术比较安全的,别担心。”他熟练地用刀在她的黑眼珠与眼白交接处划出一道约2.2毫米的切口,送入粘弹剂针头,缓慢推注粘弹剂,撕除直径约5.5毫米的中央前囊膜。

蒋医生仔细地把患者眼里混浊的晶状体用超声乳化仪粉碎后吸出,把类似于隐形眼镜的人工晶状体从小切口植入囊袋并展开,替代原来的晶状体,整个操作过程只有几分钟。

第二天,王阿姨顺利出院。她激动地打

电话给家人“报喜”：“我可以看清楚病房宣传栏上的字了！”“拨开云雾”见月明,她感觉世界变了样。更开心的是,不用人搀扶就可以走了。

白内障,简单讲就是晶状体混浊。就像相机镜头里的镜片会被磨花一样,晶状体组织结构也会因为种种原因而无法正常代谢,导致晶状体由透明变成不透明,阻碍光线进入眼内,从而形成白内障。

双眼同时或先后发生视力下降,是白内障最主要的症状,此外还会出现看东西时眼前有一层膜遮挡,但也有些白内障患者并无明显症状。白内障发生与多种因素有关,包括紫外线照射、辐射、有害物质、眼部外伤、过量饮酒、吸烟和遗传等。其中,年龄相关性白内障是最为常见的类型,年龄越大,发病率越高。

不要等“熟透了”再手术

目前白内障的主要手术方式为白内障超声乳化吸除联合人工晶状体植入术,手术切口小、创伤小,熟练的医生十来分钟就可完成。即便如此,很多老年患者对手术依然心

存恐惧。蒋医生表示,白内障手术已很成熟,手术并发症的发生率也非常低,大多数患者术后恢复良好。

记者采访时,就遇到了一位前来复查的老伯。蒋医生检查了他的眼睛,眼球清澈,没有充血,“恢复不错”。术后他的视力也有了大幅提升。而在手术前,这名患者高度近视,加上视网膜脱离手术史,手术难度较大。

还有一位企业管理者问:“什么时候做手术好?”蒋医生表示,并没有明确标准,如果对生活质量要求高,或从事精细工作,最好早点手术;对视力需求不大,也可暂时不做。

有一点需提醒,不要等白内障“熟透”再手术。“已经成熟的白内障,核更硬,囊膜处理时可能会看不清,加上患者通常年龄过高,手术的并发症及炎症风险也升高。”蒋医生说,还有的病人拖了十几二十年,到了90岁才想做手术,这时已经有了严重的心肺疾病、糖尿病,就要权衡手术风险和获益再做决定。

由于种种原因耽误最佳治疗时间的患者也不少。“看不清,不一定就是单纯的白内障,也有可能是其他疾病在进展。不要以为年纪



虹口区生活垃圾分类科普馆馆长张麒峰带领团队——

科普垃圾分类知识接地气



垃圾为什么要分类?分类后的垃圾去哪儿了?……在上海推行垃圾分类过程中,科普宣传在为市民答疑解惑方面起到了很大作用,也让垃圾分类的目的和意义更深入人心。

作为上海市中心首个垃圾分类科普馆——虹口区生活垃圾分类科普馆馆长,张麒峰带领团队通过场景化、体验式的方式,向市民分享虹口乃至上海在垃圾分类方面取得的经验,倡导大众“像保护眼睛一样保护生态环境”。近日,他荣获2023年“生活垃圾分类达人”称号。

既“引进来”也“走出去”

在虹口区垃圾分类科普馆,1700个来自生活垃圾“可回收物”服务点的废旧瓶盖,在墙上拼贴出一幅虹口地图及“我爱虹口”字样,展示了虹口居民在源头做好可回收物分类的成果。

这里就是张麒峰的宣传阵地。2018年,他还在基层从事垃圾分类工作,2021年开馆后,他便来此担任馆长,所在的“课堂”更大了,科普责任也更重了。

科普馆建在天宝路,周边居民区众多,张麒峰便打造了“引进来”与“走出去”相结



张麒峰讲解垃圾分类知识

采访对象供图

合的宣传模式,力求将虹口区生活垃圾分类科普馆打造成“体验垃圾分类魅力的平台、启发环保创新思想的殿堂、展示城市智慧建设的窗口、开展全民科普教育的阵地”。

“‘引进来’是指,我们周边拥有学校、企事业单位、机关园区等资源,他们有低碳环保相关的活动,科普馆可以引入作为联动。比如今年首届全国城市生活垃圾分类宣传周期间,我们为嘉兴路街道社区卫生服务中心举办了亲子专场,创意手作环保小课堂令家长与孩子们了解了分类资源化的妙趣所

在。”张麒峰说,“‘走出去’是指,我们有一些DIY的课程,可以去虹口区内8个街道的居民区及单位进行宣讲,辐射周边社区。”

除了线下,线上课程更是科普馆的特色。张麒峰说,科普馆坚持在“虹口绿容”视频号上播放短视频,始终与社区保持联络。今年,科普馆也会延续短视频模式,使受众对垃圾分类有更充分的了解。

科普宣传是“排头兵”

在张麒峰看来,与一些偏远的末端处置科普馆相比,虹口科普馆“镶嵌”于居民区中,融入在生活圈里,参观便捷度大大提升。因此,科普馆走的是接地气的“亲民路线”。无论是对于源头分类意义的阐述,还是文字和彩绘内容,抑或是简单的垃圾分类小游戏,科普馆总是能第一时间捕捉到居民们对于垃圾分类的疑惑及诉求,并及时通过寓教于乐的形式让大家“上手”分类更容易。

“科普宣传是推进垃圾分类的‘排头兵’,我们进入居民区、企事业单位等源头分类场所,及时了解实际参与者的想法,并根据居民需求调整方案。”张麒峰说。

截至今年4月,虹口区生活垃圾分类科普馆已开展手工活动23场、“走出去”活动12场、线上直播4场、线上云展馆6次、主题活动4场、节日打卡活动5场、户外拓展公益捡拾2场。

本报记者 金旻昊

今天上午,在张江镇中心村,垃圾车陆续来到垃圾中转站。记者看到,和一般的垃圾中转站不同,湿垃圾被留下来后,进入了一个状如车厢的“大肚腩”里。等湿垃圾重新现身时,已经“摇身一变”为可以反哺农田的有机肥。

据悉,上海玖钦环保科技有限公司(以下简称“玖钦环保”)自主研发的新技术率先应用到了张江镇部分乡村,实现湿垃圾不出村;同时,一套智慧数据系统,则起到了监督垃圾分类的“千里眼”作用。

张江镇中心村是这项新技术的一个应用场景。如今,村里每天垃圾分类后湿垃圾的“肥水”不必“外流”,直接送到这个处理点,就可实现“自产自销”。这一变化的功臣是“欢宝卫士”。玖钦环保创始人苏贵明介绍,单纯依靠传统的环保设备和技术,已经难以满足湿垃圾处理的实际需求。为此,他们与中科院、复旦、交大等科研院所高校合作开展微生物技术的研发,研制出了运用微生物降解技术的第二代处置设备,即在“欢宝卫士”设备载体中投入微生物,让微生物在适宜的温度和湿度条件下,快速降解消化湿垃圾。由于采用的微生物降解技术国内领先,湿垃圾降解率达到90%~95%,处置全过程无污水、无臭气排放,杜绝二次污染。

湿垃圾就地处置,不仅满足了“欢宝卫士”的“大胃口”,这套设备还安上了“千里眼”,可以实时监控湿垃圾处置情况,并“监督”垃圾分类的效果。

本报记者 宋宁华

「大肚腩」让湿垃圾不出村
张江镇率先让这项新技术「安家」