

# 出现这些症状 需警惕白内障

如果人们的眼睛出现以下症状,应及时就医排查白内障:

1. 视力渐进性下降。看东西如同隔着毛玻璃,且无法通过佩戴眼镜改善。
  2. 眩光。夜晚看灯光时出现光晕或星芒状散射光,影响驾驶或夜间活动。
  3. 复视(重影):单眼或双眼视物时出现双影。
  4. 老花眼症状突然减轻。老花眼者无需戴老花镜也能看清近处物体,这实则是白内障引起的屈光变化,并非视力“好转”。
  5. 对比敏感度下降。难以分辨楼梯台阶、斑马线或人脸轮廓等低对比度物体。
  6. 色觉异常。对蓝色系色彩感知偏差(如蓝色物体显得灰暗),常见于核性白内障患者。
- 白内障需通过专业眼科检查(如裂隙灯、眼底镜)确诊,人们切勿仅凭症状自行判断。  
(据“健康中国”公众号)

## 膝关节疼痛患者 如何选择影像检查方法

膝关节疼痛患者活动时疼痛往往加重,严重者甚至影响行走。若该症状持续存在,患者应及时就医。那么,患者应选择哪种影像检查方法呢?

退行性骨关节病患者可采用X线检查,观察膝关节骨质或关节对应关系的改变。

如果是外伤引起的膝关节疼痛,患者应首先进行X线检查。当X线检查结果为阴性,但疼痛症状明显时,患者要进一步进行CT或者MRI检查,观察是否存在细微骨折或肌肉韧带损伤。

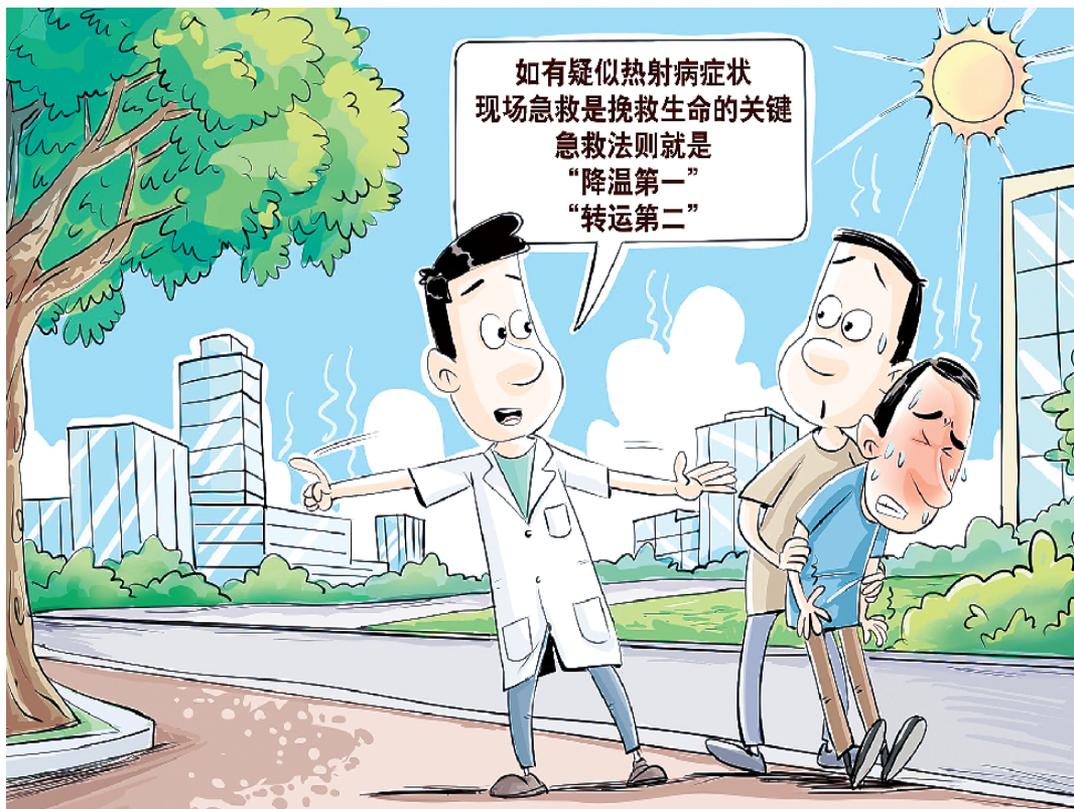
临床查体时,若考虑软骨、半月板、肌肉韧带的损伤,或者怀疑滑膜炎、关节积液,患者可进行MRI检查。

X线平片、CT、磁共振成像(MRI)检查方法是相互补充、不可替代的。有时需要结合血液检验结果,排除类风湿性关节炎、痛风。

影像检查的优缺点:X线平片,价格低、速度快,可观察骨质及部分软组织变化,但存在重叠伪影,可能遗漏隐匿性骨折。CT检查,无重叠成像,尤其适用于复杂骨折或骨肿瘤,但对软组织分辨率较低。磁共振成像(MRI),软组织对比度最佳,可清晰显示半月板、韧带及早期病变,但检查时间长、费用较高,且不适用于体内金属植入物患者。

(周口淮海医院 完颜成明)

本版组稿 李鹤



随着全国大范围高温天气强势来袭,北方开启“烧烤”模式,南方则陷入“桑拿”蒸笼。随着这波热浪来袭,还有一个隐藏的“高温刺客”——热射病。它是中暑中最危险的一种,需准确识别,及时施救。如有疑似热射病症状,现场急救是挽救生命的关键。陆军军医大学陆军特色医学中心肾内科主任陈宏宏说,急救法则就是“降温第一,转运第二”。  
新华社发 王鹏 作

## “农疗”+“工疗”助力精神障碍患者康复

周口精神康复医院里,有一个占地200亩的农疗基地,它和多个工疗车间组成了独特的康复场所。这里没有传统的治疗仪器,取而代之的是充满生机的农田和忙碌的工作台。在这里,精神障碍患者通过参与劳动实践,开启独特的康复之旅。

在农疗基地,到处是治愈的场景:春天,精神障碍患者在医护人员的指导下播撒种子;夏天,他们顶着烈日悉心照料各类蔬菜,汗水浸透衣衫;秋天,他们采摘成熟果实,感受丰收的喜悦。精神障碍患者通过参加农事活动,不仅锻炼了身体,还在大自然中逐渐找回内心的平静。其中,患者小李的变化尤为显著。因精神疾病封闭自我的小李,在日复一日的农事劳作中,不仅见证了农作物的生长,更找回了对生活的掌控感,脸上重新绽放笑容。

工疗车间则是另一番忙碌景象。精神障碍患者坐在工作台前,全神贯注地投入手工制作、产品组装等工作。医院与企业合作,引入插花、工艺品制作等适合精神障碍患者参与的简易生产项目。在这里,曾经与社会脱节的精神分裂症患者小张,从当初进入车间时的手足无措,到如今能熟练完成任务,并主动与同伴协作完成各种手工

制作,社会功能逐步恢复。

这些精神障碍患者成功康复的背后,是医护人员满满的温情与付出。他们既是专业治疗师,又是陪伴精神障碍患者劳作的伙伴。在田间,他们耐心指导精神障碍患者正确使用农具、辨认农作物;在工疗车间,他们手把手教精神障碍患者掌握工作方法和技巧。

除了日常的劳作指导,医护人员还时刻关注精神障碍患者的情绪变化和病情波动,及时为他们调整康复方案。护士小王说:“有一次,一名患者在工作中突然摔碎工艺品,情绪瞬间崩溃。我立刻放下手头的工作,坐在他身边轻声安抚,陪他聊天。等他情绪平静后,我们一起分析原因,帮助他重新调整状态。”

“农疗”与“工疗”并非单纯的劳动,而是针对精神障碍患者的治疗方式。精神障碍患者在劳动中重拾自信、恢复社会功能。在医护人员的温情陪伴下,精神障碍患者正以独特的方式书写着属于他们充满希望的康复故事。

(周口精神康复医院 武静)

精神(心理)健康  
咨询电话:0394-8989120