



与“蚊子” 斗争到底



文 / 本报记者 褚睿雅

抓不住的“蚊子”让她辞职

陈萧的QQ签名上挂着这么一句口号:与蚊子斗争到底!

还没到夏天,怎么就叫做“与蚊子斗争到底”了呢?陈萧说,此蚊子非彼蚊子。她这个蚊子飞在眼睛里,看得见,摸不着,让她好不头疼。眼睛里怎么会有蚊子呢?陈萧说,这个就是传说中的“飞蚊症”了,她不知怎么的就得上。

陈萧的工作是做建筑效果图,公司的活一直都比较多,特别忙,经常加班到深夜,有时候甚至还要通宵赶进度。好在陈萧喜欢这份工作,她喜欢画漂亮效果图,看着一张张美丽的图片在她的巧手下诞生,不知道有多高兴。

今年开年回来,公司接了个大单子,但时间很紧,对方要求一个星期后交做好的图。老板就下了命令,这个星期,大家都通宵加班。怕大家支撑不住,老板还许诺:赶完这期,就放大家一个星期的假,回家好好睡觉,休息够了,再请大家出去春游。

“重赏之下必有勇夫”,陈萧说,在他们公司,一个星期的假真的是很难得,况且老板还难得这么大方要请大家出去玩。而且他们的薪水是与做多少图挂钩的。因此,大家都工作得特别卖力,拼命对着电脑画图,陈萧几乎就没离开过自己的位置,除了喝水上厕所。实在太累了就在桌子上趴一会,让同事隔一个小时叫醒她,醒来后继续画图。

一个星期过去了,效果图如期交出。陈萧准备回家洗澡睡觉。但是当从椅子上站起来的时候,突然觉得眼前有蚊子飞过,她下意识地去拍,但是没打到,蚊子也看不见了。同事看她手挥来挥去,就问她为什么。她说:眼前有蚊子飞过,想把它拍下来。同事说:“今年天暖,蚊子来得也早。”陈萧没拍下蚊子,又没有再看到,就和同事一起离开了。

但是走出办公室以后,她发现有好多蚊子在飞,但同事说并没有看到什么蚊子。陈萧再仔细看了一下,发现那些蚊子似乎是在她眼睛里面飞的,有时候会出现大的黑点。她从来没遇到过这样的情况,马上就有点心慌了,怕眼睛出了什么问题,于是就去医院检查。

刚告诉医生眼前老是有蚊子飞过,医生就说:“你可能得飞蚊症了,现在很多年轻人都得这个病,是不是长时间熬夜了?”陈萧说,是。医生再给她做了个仔细的眼部检查,确诊了。

陈萧很紧张,怕眼睛会瞎掉,但是医生安慰她,让她不要紧张,虽然这算是一种“不治之症”,但对眼睛也没有大的损害,不会影响视力的,并给她配了点眼药水回去点。

陈萧回家后,还是很不放心,对着电脑一通猛查,发现关于“飞蚊症”的讨论非常多,甚至还有专门的“飞蚊网”。点了眼药水后,黑点是变淡了,但没有完全消失。

飞蚊症虽然没对陈萧的视力造成大影响,但还是影响到工作了。有一次开会,她坐在老板对面,老板的背后是一堵白墙。开会开到一半的时候,蚊子就出现了,还跟视线一起移动,陈萧拼命眨眼睛。老板很困惑地看着她,再看看自己,然后停下来不说话了,问有什么问题。陈萧当时尴尬得要命,赶紧说,没事没事。

有时候画画久点,也会出现蚊子,小蚊子也越来越多,点眼药水也没什么作用,工作状态大不如前。医生说,是用眼时间太久了,要注意休息。

为了眼睛着想,陈萧已经把工作辞了,准备先休息三个月,提高免疫力,要努力与蚊子斗争。

飞蚊偏爱白领

其实与陈萧有相同经历的人很多,浙医二院眼科中心副主任徐雯告诉记者,飞蚊症就是玻璃体浑浊,以前多见于老人和高度近视患者,但现在视力正常的年轻白领患得也非常多。她的好几个朋友也患上了飞蚊症,她自己累一点的时候,眼前也会有小虫子飞过。飞蚊只是一个统称,眼睛里这些东西的样子是各种各样的,有些人看到的是蚊子,有些人看到的是线头,有些人看到的是小黑点,还有些是蛛丝……飞蚊症通常在患者仰望蓝天、白色墙壁,读书写字时,或身体较累、眼睛较疲劳时易出现。

飞蚊症又是怎样形成的呢?人体眼球正常的玻璃体有如鸡蛋的蛋白,是透明的胶质,但玻璃体的胶质会逐渐退化,在胶质与液体的交界面,浓缩聚集的胶质会产生阴影投射在视网膜上,于是形成飞蚊的症状。

记者搜索到陈萧所说的“飞蚊网”,发现这个论坛已经吸引了好几位网友。大家或者在上面高呼“与蚊子斗争到底”,或者在上面讲述自己“与蚊共舞”的日子,或者是在“飞蚊症”笼罩下的痛苦感受,还有人提供中西医各种治疗方法,或者互相鼓励与“蚊子”抗争。

这些病友注册的年纪平均只有二十四五岁,白领居多,一般都从事IT工作,经常与电脑打交道。很多人都说:“这个病已经影响到我们的正常生活,不是大病,但是很烦。虽说不用放在心上,可它却给我们造成了很大困扰。”

要怎么来对抗飞蚊症呢?徐主任说,现在年轻人患上的多是生理性“飞蚊症”,现在医学上还没有有效的治疗方法,但不会影响视力,不必过于担心。只要适当的休息,避免劳累,做到工作、休息要有规律,长时间用眼每隔一小时休息5至10分钟,使用电脑时间不要过长,自我感觉不适时要暂停用眼,就会有所好转。此外,多进食含有维生素C的食物,如蔬菜和水果等也会有所帮助。但如果黑影面积骤然增大,数目突然增加,或者黑影成片出现,或者感觉有黑烟从眼睛里面冒出,可能是病情有突变,必须尽快到医院检查。

要预防飞蚊症,可以多吃一些含碘的海产品,但主要还是注意用眼卫生。

● Q&A



怀孕吃桂圆 宝宝眼睛又大又圆?

宝宝能有桂圆那又大又圆的眼睛,多漂亮呀!怀孕两个月的李小姐收到了小妹妹送的15斤桂圆。小妹妹已经是一个一岁宝宝的妈妈了,宝宝的眼睛长得又大又圆,非常漂亮。小妹妹很开心地和她分享经验,说,她这个宝宝的眼睛,就是吃桂圆吃出来的,“孕妇吃桂圆,宝宝的眼睛会又大又圆”。虽然李小姐很想让宝宝拥有一双又大又圆的眼睛,但还是不敢盲目乱吃,因为民间还流传着另一种说法,孕妇是不能吃桂圆的,容易流产。

桂圆到底该不该吃呢?记者采访了浙江大学医学院附属妇产科医院妇女营养专科门诊冯磊博士。冯磊博士是浙江省食品协会理事、浙江省食品学会理事、浙江大学营养与食品安全研究所副所长,对营养与代谢性疾病有多年的诊疗经验。

冯磊博士说,孕妇吃桂圆能使宝宝眼睛长得又大又圆,这个只是民间说法,没有科学道理,宝宝的眼睛主要还是与父母遗传有关系。

桂圆的确有活血的作用,但孕妇少吃一点问题不大。从营养成分看,新鲜的桂圆(我们俗称的龙眼)中含有葡萄糖、蔗糖、维生素A、维生素B及酒石酸等物质,营养很丰富。一般来说,孕妇最好每天摄入半斤左右的水果,新鲜的桂圆可以作为其中的一种。从营养的角度来说,水果种类多样化会比较好。

您有健康方面的问题或者困扰吗?我们将请专家为您排忧解难。您关心的,就是我们关心的。

电话:85311082,

Email:csjr2005@163.com,

(请注明健康)