

超强狙击手

化治疗”,使青光眼提前3-5年被发现,降低了青光眼的致盲率

对话

“手术重要,但科研、培养年轻医生能帮助更多人”

过去,科学研究还未阐明青光眼发生和发展的机制,临床治疗手段也很有限,以致相当大部分青光眼患者最终会失明,当看到患者因病情拖延、误诊、漏诊、诊疗不规范而永远生活在黑暗中时,葛坚总是沮丧、无奈和心痛。

“青光眼是可以预防的!”如今随着科学

研究的不断深入,人们对青光眼的认知越来越全面,治疗措施也越来越多。葛坚强调,及早筛查发现青光眼,只要通过及时、规范、个性化干预、治疗,青光眼视野受损的程度可以得到相应控制。因此,提倡早期干预、合理治疗、终生管理是非常重要的。

不过,他也坦言,青光眼的临床诊疗虽然

有很大的进展,中国青光眼致盲率有一定的下降,但还有很长的路要走。葛坚教授告诉记者,全世界1/4的青光眼患者在中国,这是非常大的挑战。

手术刀是他帮助诸多处于绝境中病人的武器之一,但他觉得,手术固然重要,科研、培养年轻医生、科普、慈善公益能帮助更多人。



■葛坚认为培养年轻医生很重要。



■葛坚仍然会坚持参加义诊。

【谈科普】

仅需20元

筛查眼压就能早发现青光眼

新快报:青光眼致盲的原因是什么?如何早期发现?

葛坚:青光眼致盲的主要原因,即眼压异常增高导致视神经损伤。正如血压高会引起脑卒中、心脏病一样,眼压升高会导致视网膜、视神经的功能损伤乃至死亡,视力也会因此丧失。一般来说,人的正常眼压是14~21mmHg,超过这个范围就提醒我们需要做更细致的检查了。

青光眼早期症状不明显,5类人群尤其要注意定期筛查:有600度以上的高度近视、家庭有青光眼病史、高血压、糖尿病、50岁以上的人群,每年应该筛查一次,青光眼普通的筛查仅需20元,主要是眼压及眼底照相。如果检查有异常,还可以进行系统的详细检查,也只需要100~150元。日常中,有眼酸、眼胀、眼疲劳、眼红、眼痛、视力下降、畏光流泪等表现的人群应尽早到专业眼科医院进行就诊。

新快报:青光眼光顾各个年龄段的人,各个年龄段应当注意什么?

葛坚:青光眼有很多种,其中有三类特别值得关注:急性闭角型青光眼,表现为急性的眼痛,眼红、视力急剧下降,可能从1.0的视力降到几乎看不到,还可能伴有虹视、头痛和呕吐,有这种情况的要尽快到医院看,避免误诊为肠胃炎或感冒。40岁以上的女性要更警惕。

先天性青光眼,即小孩子一生下来就有青光眼。凡是新生儿刚出生时黑眼珠特别白、特别大,还怕光流泪,应立即到眼科找专科医生检查。

原发性开角型青光眼。这部分青光眼患者比较多,早期无明显症状,唯一能及早发现的办法就是通过定期做眼部体检来排查,每年一次测眼压、看眼底,可以大大降低青光眼晚期致盲的可能性。

新快报:如果发现了青光眼,一般如何治疗?

葛坚:青光眼是终身性疾病,除了治疗

以外更重要的是全程的疾病管理,包括眼压监测、视野监测、视网膜监测、药物调整等。患者可以跟定一个医生,经常交流眼疾情况,一个了解患者眼疾的医生,能够给予患者更精准的治疗方案。

青光眼治疗目前有十几种药物可供选择,手术方法也有十几种。诊疗技术一直在提高,患者可以不必太过担忧,学会跟青光眼“做朋友”,愉快地生活,在生活方式和饮食方面都可以像正常人一样。

【谈工作】

青光眼致盲能否复明?干细胞研究正在进行

新快报:您和团队拿了青光眼领域第一个国家科技进步二等奖,您觉得项目最大的意义什么?

葛坚:奖项最重要的目的,就是告诉大家一个临床诊疗治疗的新思路。青光眼你不干预,让其自然发展,一定是会致盲的,通过医疗手段积极干预,系统、精准地个性化治疗,绝大部分情况下,患者在其有生之年,都不会致盲,能看到美丽的世界。

为什么能领先,就是因为我们在大量的临床诊疗治疗实践中,整理和提炼出临床基本科学问题,阐明这个病利用系统、精准个性化治疗的方案,绝大部分情况下患者可以避免致盲的悲剧。另外就是推广合适的新技术、新方法来治疗,比如利用白内障摘除术治疗青光眼等。

新快报:您在诊断治疗青光眼之外,还希望做好哪些相关工作?

葛坚:我希望加强基层医生的培训,让更多患者,在家门口就能享受到同质化的服务。

当时的奖项,诊断、治疗讲得比较多,而预防讲得比较少。这些年来,我们一直在扩大预防宣教,定期开展筛查,还成立了青光眼俱乐部,加强诊断、治疗后期的全程管理。

新快报:青光眼致盲后,是否有希望能复明?有无相关研究解决这一难题?

葛坚:我们做了很多干细胞研究,利用

干细胞在体外,构建一个视网膜类器官,再将其移植到青光眼致盲的猴子眼中,看看是否能复明,离临床研究虽然还差一步,但难度太大了。项目起码要做30只猴子实验,目前做了10多只,还是有希望恢复猴子的一部分视功能。至于最后成果,大概还需5年~10年,希望将其应用于临床。科研就是这样不断试错的过程。

【寄语年轻人】

学习是一种生活状态静下心来耐住寂寞才能做好科研

新快报:回顾您40年临床、科研工作,对年轻医生有何寄语?

葛坚:经验医学千万不能忽视,因为它是一切医学发展的基础。一个医生,只有看的病人多了,积累的素材多了,才能将这些经验升华为理论,再去指导实践,在实践中做到更精准一点。临床上一定要收集、积累、分析资料,善于从日常众多、复杂重复的临床实践中,总结出基本科学问题,这是第一点。基本的科学问题,就是解决这些实际问题一把钥匙,比如2007年,我们第一个把致盲眼病分为光学致盲眼病和神经性致盲眼病,找到了疾病的共同发病机制,才可以提出防治研究。

新快报:您觉得医生应当培养哪些方面的素质?

葛坚:技术操作方法一定是要学习的,这是基本功,但是您还要发现一些新的东西。医生分三类,一类是手术做得相当漂亮的;还有手术做得一般,但有很好的临床诊断思路,这部分是理论家。但最要紧的,我认为培养临床科学家,就是手术做得非常漂亮,还能有很好的诊断思路。欧美都是强调往这方面培养。

新快报:您能否从个人经历谈谈如何成长为临床科学家?

葛坚:思路就是不断学习,始终保持学习的状态,学习不单是一种能力,实际上也是一种生活状态。现在学习渠道很多,很方便。1978年我从江苏苏州医学院毕业后留校,在苏州医学院附属第一医院眼科任任

院医生。1982年,考入中山医科大学攻读硕士学位,师从全国青光眼学组组长周文炳教授。那是一个为中华之崛起而读书的时代。我和同学们都憋着一股劲地发奋读书,做研究。从课堂到图书馆,几乎是分秒必争。三年的研究生生涯,还是“宿舍、教室、图书馆、医院”,几乎就没有离开中山医科大学,硕士毕业后还没有来得及参加工作,又被李绍珍教授和周文炳教授留在身边,继续攻读博士学位。

读研究生最大的收获有两条,第一条就是学会了研究方法,学会了独立思考,发现问题、找到问题、努力解决问题;第二是始终保持好奇心和兴趣,没有兴趣、不好奇,就不要去做研究,也不要去做临床工作,并要坚守、坚持,科研工作中功利心不能太强,必须静下心来,花大量的时间,耐得住寂寞,心态浮躁做不好,科研者只有不为名利所扰,才能切切实实地进行工作。

新快报:您平时爱看什么书?有没有推荐?

葛坚:我是一个“文学青年”,很喜欢阅读文史哲方面的书籍,涉猎比较广泛,也喜欢阅读那些带来历史性变革的伟人传记,爱因斯坦、牛顿、诺贝尔奖获得者传记等,从书中了解他们的成长过程,或许会对自己的人生有些启发,他们跟我们一样,不是一出生就是伟人,也是经过刻苦学习、努力工作,坚持和坚守自己所从事的工作,才能成为伟人。我很赞同爱迪生说的,天才是1%的灵感加99%的汗水。



点赞方法

关注“广州市科协”公众号,选取您最敬佩的科技大咖,在文章末尾为他(她)点赞,并在留言区留下点赞原因,即有机会获得神秘礼品。