

维吾尔族儿童散光眼与偏食的关系探讨

穆塔里甫·吾布力哈斯木¹, 穆尼热·麦吉提², 陈雪艺¹

作者单位:¹(830054)中国新疆维吾尔自治区乌鲁木齐市,新疆医科大学第一附属医院眼科;²(830002)中国新疆维吾尔自治区乌鲁木齐市眼耳鼻喉专科医院眼科

作者简介:穆塔里甫·吾布力哈斯木,男,毕业于上海医科大学(现复旦大学医学院),主治医师。

通讯作者:穆尼热·麦吉提,女,毕业于新疆医学院,本科,主治医师,研究方向:小儿斜弱视。mutallipo@yahoo.com.cn

收稿日期:2009-04-23 修回日期:2010-04-20

Study on the relationship between astigmatism and deviation food habit of Uighur children

Mutallip Obulkasim¹, Munire Mijit², Xue-Yi Chen¹

¹Department of Ophthalmology, the First Affiliated Hospital of Xinjiang Medical University, Urumchi 830054, Xinjiang Uygur Autonomous Region, China;² Department of Ophthalmology, Eye-nose-ear-throat Hospital of Urumchi, Urumchi 830002, Xinjiang Uygur Autonomous Region, China

Correspondence to: Munire Mijit. Department of Ophthalmology, Eye-nose-ear-throat Hospital of Urumchi, Urumchi 830002, Xinjiang Uygur Autonomous Region, China. mutallipo@yahoo.com.cn

Received:2009-04-23 Accepted:2010-04-20

Abstract

• **AIM:** To find out the astigmatic distribution of Uighur children between the age of 6 and 13, and to observe the relationship between astigmatism and deviation food habit at the same time.

• **METHODS:** The distribution rules of the main types of astigmatism and the distribution rules of deviation food habit on the astigmatism of the 262 children 485 eyes aged 6 to 13 were investigated.

• **RESULTS:** The astigmatism degrees were in low grade of both myopic and hypermetropic astigmatism, the myopic astigmatism accounted for 64.9% of total astigmatic eyes, hypermetropic astigmatism accounted for 35.1% of total astigmatic eyes. In the myopic astigmatism, there were 71.4% children didn't like meat, and 48.2% children didn't like vegetable; and in the hypermetropic astigmatism, there were 40.6% children didn't like meat, and 68.8% children didn't like vegetable.

• **CONCLUSION:** There are more myopic astigmatism than hypermetropic astigmatism, and low grade than middle or high grade astigmatism, in school age children. Most of the children with myopic astigmatism don't like meat, and hypermetropic astigmatism ones don't like vegetable. To prevent myopic astigmatism, the children have to learn a good eating habit to balance diet. Children must

be treated for apositia syndrome early if founded.

• **KEYWORDS:** children; astigmatism; deviation food habit

Obulkasim M, Mijit M, Chen XY. Study on the relationship between astigmatism and deviation food habit of Uighur children. *Int J Ophthalmol (Guji Yanke Zazhi)* 2010;10(5):986-987

摘要

目的:了解6~13岁少年儿童散光状态,并探查儿童散光与偏食之间的关系,为少年儿童视力不良的防治提供依据。

方法:对门诊验光者中6~13岁262例485散光眼散瞳验光并分低、中、高度的近视散光和远视散光,同时调查患儿饮食习惯中偏食(不吃肉或不吃蔬菜)情况,观察在不同程度散光组中偏食习惯的分布。

结果:6~13岁少年儿童262例485眼中,近视散光为315眼,占散光总数的64.9%,总的近视散光中不吃肉者为71.4%,不吃蔬菜者为48.2%;远视散光为170眼,占散光总数的35.1%,总的远视散光中不吃肉者占40.6%,不吃蔬菜者占68.8%。散光程度均以低度为主。

结论:学龄期儿童中近视散光多于远视散光;轻度屈光度数的散光多于中、高度屈光度数的散光;在近视散光眼患者多不吃肉,而远视散光患者多不吃蔬菜。预防近视和散光应做到养成良好饮食习惯合理搭配食物,儿童有厌食症时应及早治愈。

关键词:少年儿童;散光;偏食

DOI:10.3969/j.issn.1672-5123.2010.05.061

穆塔里甫·吾布力哈斯木,穆尼热·麦吉提,陈雪艺.维吾尔族儿童散光眼与偏食的关系探讨.国际眼科杂志 2010;10(5):986-987

0 引言

随着生活水平的提高,青少年的近视眼大有增加的趋势。很多人都认为近视眼只是由于用眼过度、光线不足及姿势不正确等原因引发的,却忽视了饮食不当这一重要因素。近年来,临床医学家认为儿童时期患消化不良与营养不良者,极易引起近视眼,并且发展的度数越来越高。据美国纽约大学贝兰博士对大量患近视眼的青少年学生进行饮食分析后得出结论认为,体内缺少微量元素与近视的形成有相当重要的关系。因此,我们从饮食、尤其是儿童偏食与视力这个角度观察了新疆乌鲁木齐市屈光不正儿童的情况。现将新疆医科大学第一附属医院眼科和乌鲁木齐市眼耳鼻喉专科医院眼科从2009-01/2009-03在门诊就诊的从6~13岁维吾尔族儿童262例485眼进行统计分析,报告如下。

1 对象和方法

1.1 对象 本组病例262例,是新疆医科大学第一附属医院眼科和乌鲁木齐市眼耳鼻喉专科医院眼科从2009-01/2009-03在门诊就诊并确诊散光的,年龄从6~

表 1 近视散光度数及其偏食情况 眼

屈光度数(D)	眼数	不吃肉	不吃蔬菜
-0.25 ~ -1.00	107	79	55
-1.25 ~ -2.00	100	74	51
-2.25 ~ -3.00	29	24	20
-3.25 ~ -4.00	17	13	10
-4.25 ~ -5.00	18	12	10
-5.25 ~ -6.00	7	3	1
-6.25 ~ -8.00	8	5	2
-8.25 ~ -10.00	19	10	3
-10.25 ~ -14.00	9	4	-
-14.25 ~ -18.00	4	1	-
合计	315	225	152

表 2 远视散光度数及其偏食情况 眼

屈光度数(D)	眼数	不吃肉	不吃蔬菜
+0.25 ~ +1.00	97	43	81
+1.25 ~ +2.00	40	16	17
+2.25 ~ +3.00	7	3	4
+3.25 ~ +4.00	8	3	6
+4.25 ~ +5.00	2	1	1
+5.25 ~ +6.00	2	1	-
>6.25	14	2	8
合计	170	69	117

13 岁的维吾尔族学龄期儿童;男 95 例,女 167 例;单眼 39 例,双眼 223 例;以视物模糊为主诉来诊,且散瞳前视力均 < 0.8 者。

1.2 方法 采用国际标准视力表检查视力,用角膜映光法及交替遮盖法检查眼位,同时用裂隙灯显微镜检查屈光间质及用眼底镜检查眼底,以排除眼部器质性病变。用 10g/L 阿托品眼液滴眼,3 次/d,连续 3d 后检影验光,3wk 后复验配镜。屈光状态评定标准: < -0.25D 和 < +0.50D 为正视, ≥ +0.50D 为远视眼, ≥ -0.25D 为近视眼,柱镜 ≥ ±0.50D 为散光眼。屈光度 ≤ 3.00D 为轻度屈光不正, 3.00 ~ 6.00D 为中度屈光不正, > 6.00D 为高度屈光不正。对所有患儿及其家长调查患儿的饮食习惯,确定有没有偏食:每日 2 顿饭均不吃或挑除肉和或带脂肪的肉定为不吃肉制品者;每日 2 顿饭中不吃或者挑除 2 种及以上蔬菜的定为不吃蔬菜者。

2 结果

为了观察和统计方便,我们在数据中只录取散光的度数、不讨论其轴位。我们将所有散光按其近视或远视分为近视散光和远视散光两大类,近视散光为 315 眼 (64.9%);远视散光为 170 眼 (35.1%)。

2.1 近视散光及其偏食情况 近视散光度数及其偏食情况见表 1。低度近视散光 (≤ -3.00D) 为 236 眼,占近视散光的 74.9%,其中不吃肉者占 75.0%,不吃蔬菜者占 53.4%;中度近视散光 (-3.25 ~ -6.00D) 为 42 例,占近视散光的 13.3%,其中不吃肉者占 66.7%,不吃蔬菜者占 50.0%;高度近视 (> -6.25D) 为 37 眼,占 11.7%,其中不吃肉者占 54.0%,不吃蔬菜者占 13.5%;总的近视散光中不吃肉者为 71.4%,不吃蔬菜者为 48.2%。

2.2 远视散光及其偏食情况 远视散光度数及其偏食情况见表 2。低度远视散光 (< +3.00D) 为 144 眼,占远视

散光的 84.7%,其中不吃肉者占 43.1%,不吃蔬菜者占 70.8%;中度远视散光 (+3.25 ~ +6.00D) 为 12 眼,占远视散光的 7.0%,其中不吃肉者占 41.7%,不吃蔬菜者占 58.3%;高度远视散光 (> 6.25D) 为 14 眼,占远视散光的 8.2%,其中不吃肉者占 14.3%,不吃蔬菜者占 57.1%;总的远视散光中其中不吃肉者占 40.6%,不吃蔬菜者占 68.8%。

3 讨论

我们对 262 例 485 眼屈光不正患者进行统计分析,结果显示:近视散光多于远视散光;女性多于男性;轻度屈光度数的散光多于中、高度屈光度数的散光;在低度散光眼中看出近视散光眼患者多不吃肉,而远视散光患者多不吃蔬菜。但由此并不能得出我市总人口中屈光不正近视多于远视这样的结论。因为本文所研究的是到医院检查的少年儿童屈光不正患者中的散光患者,样本含量少、代表性也差。但是本研究从侧面指出,儿童少年正处于生长发育的关键时期、眼球的解剖功能也不例外,需要补充丰富的糖、蛋白质和脂肪以外,还着重补充必要的微量元素。近视是当前全世界备受关注的公共卫生医学问题。在欧美国家有 25% ~ 35% 的人群受累,而在亚洲国家 50% 以上的人群患病^[1]。我国是世界上近视眼发病率最高的国家之一,少年儿童学业负担仍较重,中小学仍以“应试”教育为主,中小学生近视眼的发病率随着学龄的增长而增加。在我国有 3 亿患者,并且还有增多趋势。视力已经成为入学、就业、选择工种的一种依据。遗传和环境则是影响学生发生近视的两个重要因素。因此,防治近视眼应从改善学生的学习环境、减轻学业负担,减少看近或防治过度调节着手^[2]。在糖和脂肪的消化代谢过程中,铬元素协助人体胰腺分泌的胰岛素发挥重要的生理作用。青少年不仅每天学习紧张,还处在发育生长的旺盛时期,他们对微量元素铬的需求量比成年人多。由于铬主要在粗粮如玉米、高粱米、豆类食品、蔬菜、水果及红糖等食品中,而目前独生子女多,家长溺爱孩子,又不注意食物的营养搭配,长期给孩子吃一些精制食品,从而造成机体缺少微量元素铬。人体缺铬会引起血液渗透压的变化,进而导致眼睛晶状体和房水渗透压的变化。当房水的渗透压低于晶状体的渗透压时,房水便会经过晶状体囊进入晶状体内,促使晶状体变凸,眼的屈光度随之增加而出现近视和或散光。缺乏蛋白质,尤其是动物蛋白质的缺少能诱发近视。蛋白质是组成细胞的主要成分,缺少时极易造成视力疲劳、眼肌紧张继而诱发近视和或散光。缺乏维生素 B₁ 能促使近视加重。青少年学生多喜欢甜食或甜饮料。在人体代谢过程中,过量的高糖饮食要消耗大量的维生素 B₁,尤其是糖代谢产生的酸性代谢物质还需要和体内的铬、钙等碱性元素发生中和反应,导致体内钙与铬的相对减少。所以当缺乏维生素 B₁ 时会使近视和或散光程度加重。预防近视和散光应做到养成良好饮食习惯,一日三餐细嚼慢咽,有益于食物的消化吸收,改变偏食的不良习惯。多食蔬菜、水果、鱼、河虾、鸡肉、蘑菇、粗粮,合理搭配食物。儿童有厌食症时应及早治愈。

参考文献

1 Cordan L, Eaton SB, Miller JB, *et al.* An evolutionary analysis of the etiology and pathogenesis of juvenile-onset myopia. *Acta Ophthalmol Scand* 2002;80:125-135

2 徐广第. 眼屈光学. 上海:科学技术出版社 1987:45-47