

保健康体

6月6日是“全国爱眼日”，今年“爱眼日”的主题为“情系白内障患者 共享和谐新视界”。目前，白内障是我国最主要致盲性眼病，那么在治疗白内障时如何走出常见误区呢？爱眼日来临之际，专家讲解如何正确对待并治疗白内障，并介绍如何预防白内障。



本期关注

白内障治疗学问真不少

本报记者 董海燕

手术是治疗的唯一手段

白内障是发生在眼球晶状体上的一种疾病，眼睛的晶状体由透明变成不透明，阻碍光线进入眼内，从而影响了视力。初期混浊对视力影响不大，而后逐渐加重，直至明显影响视力甚至失明。白内障的主要症状是无痛无觉的进行性视力减退。由开始的视物模糊，逐渐发展到视物不见。此外还可表现为近视度数加深，需要经常频繁更换眼镜；单眼视物重影，眼前固定

黑影，视物发灰发暗及怕光等症。经常为双眼发病，发病时间和程度可有不同。

目前，白内障是我国最主要致盲性眼病，最常发生于50岁以上的老年人，年龄越大发生率越高。糖尿病患者或高度近视患者出现白内障的时间相对较早。另外，一些年轻的病人、新生儿、婴幼儿也可能发生白内障。

白内障发生的确切病因尚不

清楚，可能与年龄的老化、遗传因素、紫外线过度照射、过量饮酒吸烟、高血压、糖尿病、高度近视、外伤及眼内某些炎症性疾病等有关。

“目前，世界上还没有任何一种能够治疗白内障的药物。”青岛市眼科医院白内障科主任、全国白内障学组委员黄钰森介绍，手术是治疗白内障唯一有效的方法，而且目前白内障尚无确切的预防方法。“50岁以上的人就要多

注意眼睛的日常保健，注意自己单眼视力的变化。”黄钰森表示，市民如果遮住一只眼时发现另一只眼的视力在逐渐减退，必须及时到医院就诊，经过彻底的眼部检查方可诊断是否患有白内障，如果患有早期白内障，患者不会感觉疼痛，眼睛也不红，仅表现为视力减退。

据介绍，目前白内障手术方式主要有三种：一是现代囊外白

内障手术，适用于晚期白内障比较硬的患者。二是超声乳化白内障摘除术，是目前国内外最为常用的手术方式。切口不超过3mm，无需缝合，手术散光更少，术后视力恢复快。三是囊内白内障摘除术，就是把白内障连同囊袋一起取出来，由于不能植入常规人工晶状体，目前已不是常规手术方式，仅适用于晶体脱位的部分患者。

走出误区，正确治疗白内障

黄钰森表示，在日常接诊中，发现市民在治疗白内障时容易陷入三大误区：

误区一是白内障熟透之后再治疗。“民间曾流传一种说法，白内障要等完全成熟、看不见了才能手术。”黄钰森介绍，而这是一种完全错误的观点，随着显微手术的普及和手术技术的提高，视力减退已不是白内障手术的唯一指征。一般来说，只要白内障影响到日常的生活和工作就可以考虑手术。有些患者虽然视力较好，但伴有明显的畏光

或眩光等不适，或对比较敏感度明显下降，应尽早手术，从而改善生活质量。“一般来说，视力下降到0.5以下就可以进行白内障手术了。”黄钰森说，如果等到成熟期或过熟期手术，不但可以因晶状体过热引起继发性青光眼或葡萄膜炎，而且手术难度加大，并发症相对较多。

误区二是有糖尿病的患者不能手术治疗。“有很多患有糖尿病的白内障患者认为，不能开刀治疗白内障，这也是一种错误的认识。”黄钰森介绍，对于患有糖尿病的白内障

患者来讲，将血糖控制在一定范围内后，越早进行手术治疗越容易起到效果。黄钰森称，在门诊中有一半的糖尿病患者因为不能及时到医院进行检查治疗，导致眼底血管病变，即使进行手术治疗白内障，效果也很差，“在血糖控制到一定范围内，这类病人越早检查，越有利于查出眼底血管是否发生病变，越容易根据具体情况进行治疗。”

误区三是白内障手术很简单，三分钟就能治疗好。“现在很多白内障患者或家人认为白内障手术就是

三分钟手术，十分简单。”黄钰森说，而这种认识也是极其错误的。一方面对于治疗白内障的药物，目前国内外都处于研究探索阶段，迄今为止世界上还没有任何一种能治疗白内障的药物。有的药物可能只起到减缓白内障发展的作用，但不能从根本上彻底治愈。现在有很多广告宣称吃药能治好白内障，这是极不负责任的，是对患者的误导。另一方面，很多患者会错误的认为白内障手术后不会出现任何问题。黄钰森介绍，因为白内障手术的治疗需要

根据患者情况进行个性化的治疗方案，涉及到手术过程、手术中人工晶体的选择等多方面，术后会有极少数患者可能会出现并发症，出现并发症后，患者需要及时到医院进行检查治疗。

同时，黄钰森还提醒伴有闭角型青光眼的白内障患者，应该提前进行白内障手术。“亚洲人的眼睛小，有的人会因为晶状体膨胀水肿促使房角关闭，诱发白内障的出现。”黄钰森介绍，这类病人也应该提前到医院检查，并进行白内障手术治疗。

手术治疗白内障注意事项多

“目前，手术是治疗白内障的唯一手段，在进行白内障手术时，我们会提前给病人及其家属播放视频短片，介绍手术的注意事项和术后并发症的情况。”黄钰森介绍说。那么，白内障患者在进行手术治疗及术后该注意什么呢？

手术之前患者的食宿要规律，同时也要消除心理上的紧张情绪。“白内障手术是眼科常做的

手术，技术方面已经比较成熟。”黄钰森介绍，如果没有发生并发症，手术时间短、痛苦也很少，甚至手术后也没有什么特别的感觉。对于同时患有高血压、糖尿病及呼吸道疾病的患者来讲，应在疾病控制稳定后再施行手术。若有服用相关药物，应在手术前后及当天都继续服用。手术前一天或当天请清洗头发，不可用任何眼部化妆品。手术中，患者不要咳

嗽，因咳嗽会增加眼压不利手术进行。手术时，患者也不要移动头部或同医生聊天，否则影响手术者操作，如果出现疼痛胸闷等不适感觉应告知手术医生。手术当天一般不会有疼痛等反应，部分患者有轻微的眼磨、眼红，都是正常的，如有眼疼甚至头痛、恶心等症，应及时咨询医生。服药后部分患者会有手指麻木感，请勿担心。

手术当天患者不要擅自打开包扎，并尽量安静休息。还要注意用眼卫生，切勿揉眼，术后轻活动，减少低头弯腰，勿咳嗽并保持大便通畅。忌辛辣食物，勿抽烟、喝酒，洗脸、洗澡动作轻柔，勿使水流入眼内。遵守复诊时间，按时点药，如有不适，应及时就诊。点眼药水时应先洗手，两种以上眼药水滴用时，要间隔10~15分钟，夜间睡眠不再点用。

“虽然白内障手术的方式已经比较成熟，而且多数手术安全而效果好。”黄钰森介绍，但是个别患者还是可能出现麻醉及心脑血管意外、感染、爆发性脉络膜出血、晶状体脱入玻璃体腔、不能顺利植入人工晶状体、视网膜脱离等问题。一旦出现上述并发症，患者应保持良好心态，积极配合治疗，多数可通过药物或再次手术的方法控制病情。

编辑：崇真 组版：刘宾

相关链接

16日眼科医院实验室对外开放

6月16日，青岛市眼科医院还将举办主题为“普及科学知识，提高科学素养”的省部共建山东省眼科学重点实验室开放日活动。活动主要针对大中专院校在校生及中、小学生，通过展示实验室的主要成果，使公众了解本实验室在国内外的地位和优势，提高公众对眼科科普知识的了解；通过科普知识讲座，正确教育中小学生学习科学合理用眼、佩戴接触镜、防治斜弱视等。

6月16日早10点，有兴趣的大中专院校在校生及中小学生在科研楼一楼集合，在指导教师的引领下，参观实验室。上午10点半还将举行眼科科普知识讲座有奖抢答活动(青少年如何科学合理用眼，预防屈光不正，怎样合理佩戴眼镜，角膜接触镜的佩戴常识)。

活动地点为青岛市燕儿岛路5号的山东省眼科学重点实验室(青岛市眼科医院内)。

爱眼日九医有义诊

6月6日是第17个全国爱眼日，今年“爱眼日”活动主题定为“情系白内障患者共享和谐新视界”。市第九人民医院眼科将开展义诊活动，凡当天就诊的60岁以上患者，均可免除挂号费、免诊查费。目前，医

院定期携手北京同仁医院、广州中山大学权威眼科专家开展“微创白内障超声乳化联合折叠人工晶体植入术”，如有需手术的白内障患者，医院可联系专家共同开展手术。(通讯员 沙家梅)

