

白內障

◎ 草鞋墩社區醫療群 / 李為國眼科診所 奚義華醫師 李為國醫師

什麼是白內障？

白內障是眼睛因為水晶體混濁影響視力，大多數的白內障與老化有關，白內障在老人中非常普遍。

白內障如何形成？

白內障的年齡和年齡成長有關：

1. 隨年齡成長，水晶體的蛋白質變性影響了光線的聚焦能力。
2. 透明的水晶體慢慢地變成一微黃褐色的顏色，影響了視力。

白內障的症狀是什麼？

白內障的最普遍症狀是：

1. 視力模糊。
2. 顏色好像褪色。
3. 炫光，甚至非常怕光。
4. 在燈光周圍出現光暈。
5. 夜視視力變差。
6. 單眼視力出現重影或者多幅圖像。
7. 眼鏡或者隱形眼鏡度數經常改變。

這些症狀也可能是其他眼睛問題所造成。如果你有任何症狀，最好找醫師診治。

如何治療白內障？

早期的白內障可能只需要配新眼鏡，明亮的照明，或者抗炫光的太陽眼鏡就可以改善視力。如果這些方法都沒幫助，手術是唯一改善視力的方法。手術包含除去混濁的水晶體，並且植入透明的人工水晶體。

只有當視力受損影響每天的活動時，白內障才需要開刀，例如開車、閱讀，或者看電視受影響。多數情況下，延遲白內障手術並不會引起眼睛長期的損

害，你並不必急著手術。

白內障手術的種類？

1. 小切口超音波乳化術：眼科醫生把原子筆尖大小的超音波探頭插入眼睛中，這個設備發出超音波使水晶體變軟並且震碎，以便它可以被抽吸除去。
2. 傳統手術：醫生在角膜的邊上做較大的切割傷口，並且將混濁的水晶體整個取出。

因為水晶體被摘除，在自然的水晶體已經被摘除之後，必須植入人工水晶體，人工水晶體可以永久存在眼睛內並不需要特別照顧，病人不會感到或者看見有新水晶體存在。

我的視力什麼時候恢復正常？

手術後幾天你的視力可能還是模糊。但是如果另一眼有白內障未開刀，手術的眼睛可能需要時間調整適應，以便它能用另一只眼睛正確地對焦。此外，當你的眼睛復原後，可能需要重新配眼鏡或者隱形眼鏡，使視力更清楚。

我能做什麼保護我的眼睛？

1. 戴太陽眼鏡和帽子擋住紫外線可以幫助延緩白內障進行。
2. 停止吸煙。
3. 良好的營養能幫助減少白內障的危險，建議多吃綠色多葉的蔬菜，水果和其他含抗氧化劑的食品。
4. 如果年齡60歲以上，應該每兩年至少有一次放大的瞳孔眼睛檢查。
5. 除白內障之外，早期發現黃斑部老化，青光眼或其他視力問題，儘早治療疾病，可以保留你的視力。

醫 師 介 紹

奚義華醫師 · 李為國醫師

草鞋墩社區醫療群 / 李為國眼科診所