



多种因素可造成白内障 及时治疗让“视界”更清晰

白内障是一种常见眼病,关系到人们的日常生活质量。近日,首都医科大学附属北京世纪坛医院眼科副主任卢艳接受新华网采访时表示,在白内障患者的“视界”里,看到的東西是模糊不清的,色彩对比敏感度也会下降。如果浑浊的白内障影响到正常生活和学习,可以通过手术解决,让患者的“视界”更清晰。



日常辐射会造成白内障 应加强防护

白内障是全球首位致盲性眼病,随着年龄增长,白内障的发生率越来越高。数据显示,我国60岁至89岁人群白内障发病率约为80%,而90岁以上人群白内障发病率高达90%以上。卢艳介绍,眼球中的晶状体相当于照相机的镜头,年轻的时候晶状体是透亮的,随着年龄增长,晶状体蛋白质变性,发生浑浊,密度会越来越高,到了一定的浑浊程度,就会造成白内障。

据悉,白内障与年龄、中毒、营养、代谢、口服药物、放疗等多种因素都有关系。“日常生活中的一些辐射也会造成白内障,例如很多人使用微波炉的时候喜欢盯着看,如果微波炉质量不到位、密闭性不好,微波辐射射向晶状体,长久下来就会造成白内障。另外,紫外线、电脑、手机、IPAD等也具有一定的辐

射,对晶状体可能都会有影响。”卢艳说,“因此,平时生活中应尽量回避外界可能造成的伤害:打开微波炉之后,最好站远一点;光线太强的时候,出门戴上墨镜;玩手机、电脑的时间不易过长,一般四十分钟左右就要闭眼休息或者出去活动一下,对眼睛起到很好的保护作用。另外,糖尿病患者代谢异常可以加重白内障的进展,因此,糖尿病患者要及时就医,调整血糖达到正常水平。”

除此之外,卢艳还强调,如果平常眼睛出现了不舒服,看不清东西、看东西变形等都应该到眼科做一个全面检查。不仅是白内障,其他的一些眼病,例如青光眼、角膜发炎、黄斑病变、糖尿病视网膜病变、眼底出血、黄斑水肿等,都可以导致视功能下降,应该引起注意。

相关链接

白内障

凡是各种原因如老化,遗传、局部营养不良、免疫与代谢异常,外伤、中毒、辐射等,都能引起晶状体代谢紊乱,导致晶状体蛋白质变性而发生混浊,称为白内障,此时光线被混浊晶状体阻挡无法投射在视网膜上,导致视物模糊。多见于40岁以上,且随年龄增长而发病率增多。

1、先天性白内障

又叫发育性白内障,多在出生前后即已存在,多为静止型,可伴有遗传性疾病,有内生性与外生性两类,内生性者与胎儿发育障碍有关,外生性者是母体或胎儿的全身病变对晶状体造成损害所致,先天性白内障分为前极白内障,后极白内障,绕核性白内障及全白内障。

2、后天性白内障

出生后因全身疾病或局部眼病,营养代谢异常,中毒,变性及外伤等原因所致的晶状体混浊,分为6种:①老年性白内障,最常见,又叫年龄相关性白内障,多见于40岁以上,且随年龄增长而增多,与多因素相关,如老年人代谢缓慢发生退行性病变有关,也有人认为与日光长期照射,内分泌紊乱,代谢障碍等因素有关,根据初发混浊的位置可分为核性与皮质性两大类。②并发性白内障(并发于其他眼病)。③外伤性白内障。④代谢性白内障。⑤放射性白内障。⑥药物及中毒性白内障。

三临床表现

单或双侧性,两眼发病可有先后,视力进行性减退,由于晶体皮质混浊导致晶状体不同部位屈光力不同,可有眩光感,或单眼复视,近视度数增加,临床上将老年性白内障分为皮质性、核性和囊下三种类型。

1、皮质性白内障

以晶体皮质灰白色混浊为主要特征,其发展过程可分为四期:初发期,未成熟期,成熟期,过熟期。

2、核性白内障

晶体混浊从晶状体中心部位即胚胎核位置开始出现密度增加,逐渐加重并缓慢向周围扩展,早期呈淡黄色,随着混浊加重,色泽渐加深如深黄色,深棕黄色,核的密度增大,屈光指数增加,病人常诉说老视减轻或近视增加,早期周边部皮质仍为透明,因此在黑暗处瞳孔散大视力增进,而在强光下瞳孔缩小视力反而减退,故一般不等待皮质完全混浊即行手术。

3、后囊下白内障

混浊位于晶状体的囊膜下皮质,如果位于视轴区,早期即影响视力。



白内障不必养“熟”了再做手术

据了解,很多白内障患者看到的東西除了模糊、色彩度下降之外,还会出现复视、眩光等症状,对患者的日常生活造成很大的影响。然而公众对白内障的认知还有不少误区,很多人以为白内障要养“熟”了才能做手术。卢艳表示,过去的设备和技术水平都比较低,只能等到白内障患者看不见了才能做手术,而且术后并发症比较多,治疗效果也不是很理想。随着科技的

发展,白内障治疗技术逐年提升,现在只要白内障浑浊影响到正常生活和学习,都可以进行手术。

另外,卢艳提醒,一些“过熟”的白内障,晶体里的蛋白质会乳化,并通过囊膜渗透出来,可能会造成患者出现继发性青光眼,并伴有恶心、呕吐、疼痛等症状,如果不及时处理,2-3天就可能造成不可逆的失明。因此,这种情况患者“拖不得”,需及时就医治疗。



白内障手术可同时进行视力矫正

据介绍,现在白内障手术已经进入到屈光时代,患者不仅希望通过手术达到复明的效果,还希望自己的“视界”能够更清晰。卢艳表示,目前治疗白内障的主流手术是超声乳化术,无论患者有近视、远视,还是散光,都可以通过植入不同的人工晶体适当地进行矫正。

目前,人工晶体的种类比较多,有单焦点、多焦点等之分。单焦点人工晶体是目前使用比较广泛的人工晶体,但没有调焦的功能,术后只能通过眼镜来弥补视觉上的不足。卢艳表示,“人们日常用眼多数是看近距离的事物,例如用手机、写字、吃饭等。因此面对既有老花又有近视,而且已经习惯了戴近视镜的患者,我们常常会在手术的时候为其保留一定的近视度数,可以让他们看近距

离的事物时不用戴老花镜,看远处事物时戴低度数的近视镜便可。”

与单焦点人工晶体不同,多焦点人工晶体可以提供由远到近的焦点范围,不过多焦点晶体不是人人都适用。卢艳表示,安装多焦点晶体不仅费用比较高,而且需要各方面检查都符合条件才行,眼睛有病变,例如青光眼,就不适合做这类手术。

谈及白内障手术之后的注意事项,卢艳给出了几点建议:第一,术后一周内尽可能避免剧烈运动、低头、提重物等;第二,一个月之内眼睛不要接触生水,避免炎症感染。第三,饮食上不吃辛辣食物,以蔬菜、水果等清淡饮食为主;第四,注意用眼卫生,点眼药水之前要将手洗干净。