

关于“白内障” 你要知道这些

白内障即透明的晶状体变浑浊。如果把眼睛比作照相机,晶状体就像镜头,起到聚光、成像的作用。正常情况下,晶状体是透明的。任何原因导致晶状体透明度降低或者颜色发生改变,引起视物模糊、视力下降,均称为白内障。
白内障的主要病因是衰老,但它并非老年人专有,任何年龄段都可能发生。因此,做好眼病筛查、预防尤为关键。

为什么会得白内障?

白内障产生的原因包括发育异常、老化、遗传、眼部其他疾病、代谢异常、营养不良等,其中,高龄是最常见的原因。人到中年以后,很多身体器官都会出现老化,而晶状体的老化表现为透明度下降,引起老年性白内障。

发育异常是因为基因改变或病毒感染。晶状体组织的发育异常,导致晶状体混浊,出生前后即存在或出生后才逐渐形成,称为先天性白内障或者发育性白内障。

高度近视也是引起白内障的重要原因,在近视状态下,玻璃体容易出现液化,导致眼内的微环境发生改变,晶状体容易出现浑浊。

其他因素,例如紫外线、服用激素类药物、眼外伤、糖尿病等也会导致白内障。其中,值得一提的是,现在很多家庭都有各种眼部按摩仪,但切忌用筋膜枪按摩眼眶及眼周,以免损伤晶状体,导致外伤性白内障或晶状体脱位。

先天性白内障有哪些表现?

当家长发现小儿歪头看东西、注视功能差、不能准确抓拿物品、对彩色物体或移动的物体不感兴趣、经常揉眼时,应当警惕先天性白内障的发生。

婴幼儿期是视觉发育的关键期,如果患有先天性白内障,会影响视觉发育,最终导致永久视力损害。只有早发现、及时治疗,才能获得较好的视力恢复,家长一定要重视。

学龄期儿童可表现为看不清黑板、阅读及写字凑得很近,此外还有斜眼视物、歪头视物、眼球震颤等。

并不是所有先天性白内障都有以上症状,幼儿及儿童不能表达或者不能准确表达视觉感受,因此常规的儿童眼病筛查非常有必要。

如何早期发现中老年人白内障?

当出现以下症状时,大家应当警惕白内障,并及时就医。

视力变化 中老年人出现无痛性、逐渐加重的视物模糊,多年不变的近视度数加深,或改变镜片度数也无法提高视力。

老花镜度数的变化 老花镜是很多老年朋友看书或者手机的利器。当发现老花镜度数减少或者不用戴老花镜都能看清近处时,是不是“返老还童”了? 不! 千万不要以为视力变好了,这很可能是白内障的早期症状。

眩光和重影 晚上看灯时,发现灯光都带一条“尾巴”,或者有一圈红晕;单眼看东西时,一个物体看成两个,甚至多个。这些都提示晶状体质地发生了不均匀改变,对光产生了散射。

其他症状 除了以上3个表现外,老年性白内障还有可能出现视物颜色改变、阳光下视物模糊、能看到东西但细节看不清楚等。

什么时候手术合适?

目前,白内障最有效的治疗方法就是手术。主流的手术方式是白内障超声乳化吸除+人工晶状体植入术。白内障摘除后,往往要植入人工晶状体。

人工晶状体的选择有很多,包括单焦点、可矫正老花人工晶状体,以及散光矫正型人工晶状体等。患者可以根据个人的眼球条件、工作和生活需要进行选择。

并非所有白内障患者都需要马上手术,当视力下降影响正常的生活和工作时,就可以考虑手术了。

对于老年性白内障,不建议患者等到白内障“成熟了”、完全看不见才去就医,因为在白内障变“成熟”过程中,容易出现并发症,且拖得越久,手术难度越大,术后恢复时间越长。

白内障能预防吗?

对于白内障,特别是老年性白内障,虽然不可避免其发生,但可以延缓其进展速度。预防小常识如下:户外活动时,可戴遮阳帽或太阳镜等,以便减少紫外线对晶状体的损伤。积极防治慢性病,如糖尿病等。

近视、青光眼、葡萄膜炎、眼部手术都会导致白内障的发生,因此,注重相关眼病的防治,也可降低白内障发生的风险。此外,养成良好的生活习惯,如饮食均衡、营养搭配合理、戒烟、戒酒、积极参加体育锻炼,降低使用药物和减少外伤风险,同样可以降低白内障发生的风险。

据健康中国微信公众号
作者:中山大学中山眼科中心白内障科 吴晓航 王琦玮 曹乾忠

老年人突发头疼 可能是急性青光眼

据日本《每日新闻》6月8日报道,青光眼是导致日本人失明的头号杀手。患有青光眼就会导致视神经受损,从而使视野变窄。一般来讲,青光眼患者会感觉眼睛所见范围逐渐缩小,但如果因为眼压突然升高发生“急性青光眼”,又未引起重视,患者甚至会在几天内失明。因此,尽早发觉病症相当关键,但是因为青光眼常伴有头疼、呕吐等症状,容易被误认为脑部疾病,所以很难迅速诊断。到底如何才能尽早发现病症?

报道称,日本眼科医会副会长小泽忠彦就此进行了解答。

“头疼+眼部异常” 需尽早告知医生

某天晚上,一位80岁的女性刚吃完饭忽然感觉头部剧痛,从太阳穴蔓延到眼睛内部,而且还伴有呕吐、视线模糊的症状。家人慌乱之中叫来救护车,医护人员怀疑患者所患的是脑部疾病,于是将其送至脑神经外科。但是核磁共振和CT结果显示脑部并无异常。到了第二天早上,患者因眼部不适请眼科医生帮忙诊断,这才发现自己患的是急性青光眼。

小泽说,这是典型的急性青光眼发病情况。急性青光眼发病一旦超过24小时,失明的风险就会急剧上升,因此尽早发现至关重要。急性青光眼一旦发作,眼球会变得像石头一样坚硬,眼部毛细血管血流不畅,造成眼睛充血。为了减少失明风险,也要尽早将除头痛以外的眼部不适详细地告诉医生。

为何预防急性青光眼要靠白内障手术

作为急性青光眼的一种普遍疗法,一般可以用激光切开隅角周围的部分虹膜,从而恢复隅角宽度。但是,最近有越来越多易患急性青光眼的人为了预防而主动做手术。他们所做的正是治疗白内障的“晶体摘除手术”。

为什么预防急性青光眼需要做白内障手术? 因为大部分患有急性青光眼的人同时也患有白内障。白内障是因为眼睛内部晶状体发生老化,透明度降低,从而导致视力下降。据小泽介绍,晶状体透明度降低的同时也会变厚,会对虹膜造成挤压,使隅角变窄,这样就更容易引发青光眼。因此,用人工晶体换下变厚的晶状体,可以增加隅角宽度。在日本第五版青光眼诊疗指南中,将白内障手术作为帮助高风险人群预防急性青光眼的优选方案。

远视眼发病风险更高?

小泽解释道:“远视的人眼球尺寸相对较小,隅角也偏窄。患青光眼的多是近视眼,但患急性青光眼的多是远视眼。”

以急性青光眼为首,随着年龄增长,眼功能会因为很多原因发生退化。这可能对日常生活造成影响,也是老年人跌倒、骨折的一大原因。小泽最后建议,为了防止出现上述问题,不妨趁视力稍稍出现异常时就及时到附近的眼科医院就诊。 据参考消息网