

白内障

- 定义
- 成因
- 症状
- 白内障形成时间
- 治疗
- 术后注意事项
- 结论

一、定义

白内障指眼内澄清的水晶体逐渐变得混浊，就像是一个起雾的窗户无法看透，使得视力下降。

二、成因：

大多数是老化引起，其他可能因素，包括：家族遗传、内科疾病（糖尿病）、眼睛外伤、药物（类固醇）引起、高度近视、长期曝晒在阳光下或是接受过其他的眼部手术后。

三、症状

一般白内障常见症状有视力减退、畏光，有时需要更换眼镜处方，而且阅读时，需要较强光源、夜间视力减退及色觉偏黄现象。白内障混浊程度是可轻可重，如果水晶体混浊不在视觉中心时，对视觉影响较小。

四、白内障形成时间：

白内障形成的时间因人而异，大部分因老化所引起的白内障，会经过几年时间逐渐恶化，高度近视及糖尿病人的白内障生成速度则相对较快，可能在几个月内就会影响到视力，虽然双眼有可能会同时出现白内障，其严重程度以及进行速度往往会不一致。

五、治疗

- （一）手术是治疗白内障的唯一方法，对于症状较轻的病人，更换眼镜度数或许会有帮助。目前为止并没有任何药物、饮食、运动或光学设施可改善白内障所产生的视力恶化。使用防紫外线的眼镜或许可减缓白内障的进展。
- （二）白内障并不是要等到「熟了」才能手术，而是根据病人的症状来决定。当病人的视力减退到影响日常生活时，如：工作、开车、阅读、看电视等，建议接受白内障手术，若白内障过度成熟，可能产生青光眼及眼内发炎等并发症，甚至导致永久性视力丧失，因此须由眼科医师做详细检查，共同商讨是否需要接受手术治疗。手术在局部麻醉下进行，病人意识清醒，但不会有显着的疼痛感觉。常用摘除白内障的手术方法有两种：囊外晶体摘除术及超音波晶体乳化术，根据病人眼部情况，由医师选择合适的手术方式。不论哪一种手术方

式，其原理都是将混浊的水晶体（白内障）取出后，再植入替换的人工水晶体。

- （三）白内障手术成功率极高，超过百分之九十的病人视力可以有所进步，但病人必须要了解此手术仍有机会产生并发症，病人本身就有角膜、视网膜或是视神经的病变，则预期效果会较不理想。

六、术后注意事项

（一）居家照护指导

1. 可自由活动，但须避免跑步、游泳等剧烈运动。
2. 每日洗脸请用毛巾擦拭；沐浴时，应避免脏污的水直接进入患眼造成感染，宜仰卧洗头，勿让水跑入眼内。眼皮周围每天用无菌的棉花棒，将眼屎及分泌物擦干净。
3. 避免辛辣、烟、酒等刺激性食物，有内科疾病如：糖尿病、高血压等，应依照医师指示执行饮食控制。
4. 按时回诊，若有持续性疼痛、剧痛、胀痛或视力骤退、不正常出血、不慎撞击到患眼时，应立即回诊。
5. 建议戴墨镜2周，避免不慎碰撞伤及患眼。若觉得有碍美观，白天可戴平光眼镜或太阳眼镜，夜间避免睡着不慎揉到患眼，造成感染或眼球破裂。

（二）注意事项：

手术后，医师会在病人患侧眼睛上覆盖一层纱布及铝制眼罩，剩一侧眼睛，判断车距不易，所以不可自行开车回家。手术后第二天，医师会为病人拆开纱布，病人可以恢复所有日常活动。病人需要注意的是依照医师指示使用眼药，并定期回诊，检查术后视力恢复的情形。在伤口恢复后，病人可能需要配戴眼镜，以达到最佳视力。

七、结论

在老年人中，白内障是造成视力下降常见原因之一，可以用手术治疗成功。眼科医师可以帮病人诊断白内障是否为造成视力下降的主要原因，并共同商讨是否需要接受手术治疗。