

您對白內障知多少？

什麼是白內障？ (What is Cataract?)

人隨著年齡增長，眼內的晶狀體會變得混濁。混濁的晶狀體會使進入眼內的光線分散，使眼睛不能把影像聚焦。結果導致視力模糊及 / 或感覺燈光耀眼。這過程好比一輛開篷車的後窗。最初是清晰的，就像年青人的晶狀體一樣。但久而久之，因老化及受紫外光的損害，開篷車的後窗及眼內晶狀體就會變黃，褪色，而且不再透明。晶狀體的混濁模式及程度各異。如混濁的部位不在晶狀體的中央，您可能不會注意到白內障的存在。

常見的白內障症狀包括：

- 視力模糊，但沒有痛楚
- 對光線敏感或感覺刺眼
- 經常改變眼鏡配方
- 一隻眼有複視
- 閱讀時要增加照明度
- 夜間視力很差
- 色彩褪色或變黃

白內障的成因是什麼？

最常見的白內障與眼睛的老化有關。其他的原因包括以下幾種：

- 家庭病歷
- 健康問題，例如糖尿病
- 眼部受傷
- 藥物影響，例如類固醇
- 眼睛在無保護的情況下長期接觸陽光
- 過去眼部動過手術

怎樣才知道患有白內障？

由眼鏡師或眼科醫生替您的眼睛作徹底檢查，便可察覺白內障的存在及程度，以及其他引致視力模糊或眼睛不適的原因。除白內障外，亦有其他引致視力喪失的原因，尤其是與視網膜或視神經有關的症狀。如患有這些症狀，在清除白內障後，視力不一定能完全恢復。但是如果這些症狀是嚴重的話，除去白內障後則未必對視力能有任何改善。經檢查後，醫生會告訴您可期望視力有多少改善。

白內障進展的速度如何？

白內障進展的速度因人而異，甚至兩眼病況的進展亦有不同。因老化所致的白內障大部份經過多年而漸漸惡化。其他類型的白內障，尤其是較年輕及患有糖尿病的人士，病況可能在幾個月內就會引致視力惡化。對個別人士而言，確實無法估計白內障進展的速度。

怎樣治療白內障？

假如白內障的症狀屬於輕微，可能只需要更換眼鏡的度數就可以使視力改善。

但假如眼鏡無法改善視力，眼科醫生可以清除白內障的唯一方法就是動手術。清除白內障最常用的方法是晶狀體乳化法 (phacoemulsification)。在進行此療法時，首先在眼內開一小切口，將一條細小的儀器插入眼內，並用超聲波能量把白內障分解成小片，然後除去，再植入一片永久的眼內晶片 intraocular lens (IOL)。

在進行白內障手術的時候植入眼內晶片 (或簡稱 IOL)，其功能是将進入眼睛的光聚焦。假如只是將眼內的晶狀體消除而不理會聚焦的問題，您的視力便會很模糊。

大部份的白內障手術都會包括植入眼內晶片，而晶片是預備永久留在眼內的。最新的眼內晶片有遮擋紫外光功能，可以保護視網膜。

在進行手術之前，醫生的助手會量度您的眼睛以確認最適合您的眼內晶片。最新的眼內晶片可以是單焦距 (monofocal)、減少散光 (toric) 或多焦距 (multifocal)。

單視覺或單焦距晶片把某一距離範圍內的影像聚焦，通常是遠距離、中距離或近距離，但不可以同時三種距離。例如，假如選擇了植入了遠距離視力的單焦距晶片，您通常仍然要配戴眼鏡才可以閱讀小字。而假如選擇了植入無需眼鏡便可閱讀眼前字體的單焦距晶片，您便要配戴眼鏡才可以看清楚遠距離的影像。有時候，根據您的個人需要和選擇，可以分別一隻眼矯正為遠距離視力，而另一隻為中距離或近距離視力。單焦距晶片可以矯正遠視和近視，但不可以矯正散光。

減少散光的晶片對有深度散光的人可能有好處。此晶片為遠距離視力，助您減低倚賴眼鏡，不過您仍需要配戴眼鏡來閱讀。醫生會與您商討，以決定您是否適合用這種晶片。

多焦距 (多聚焦/老花) 晶片的功能在讓您可以看遠和近而無需經常倚賴眼鏡。這種晶片對有輕微散光的病人最有效。有散光的病人也可以用多焦距晶片，但他們在白內障手術之後要接受另一次手術以治療散光。

每一種方法都各有優劣，在您決定接受手術的時候可以逐一與醫生探討。無論是減少散光或多焦距 / 老花晶片，都有額外的收費，這些晶片不在您的醫療承保內。

一般來說，手術後不需縫線。您的眼科醫生會使用顯微鏡及小型儀器進行這項精細的手術。雖然您在手術進行時是清醒，但藥物會讓您在手術時不會感到任何痛楚。

沒有任何藥物，營養補充品，運動，或協助視力的儀器可以預防及治癒白內障。防止過度接觸陽光或者可以預防或減慢白內障的惡化。有遮擋紫外光功能的太陽鏡，或配有清晰反紫外光薄層的普通眼鏡，都有保護眼睛的功能。

手術後需要多久才能復原？

有些病人手術後的第二天視力就明顯得到改善，但是有些病人則需要幾個星期至一個月視力才有改善。除了劇烈活動外，您差不多可以立即恢復所有的活動。您須要依照眼科醫生的囑咐使用眼藥水，以及在手術後復原期間要作多次覆診，以監察眼部復原的進度。手術後 4-6 個星期，您會有新的眼鏡配方。

白內障手術的成功率極高。大部份病人在手術後的視力都得到改善，除非有眼角膜，視網膜，或視神經問題者則屬例外。雖然是很罕見，但在手術進行時或手術後，併發症是有可能發生的。您的醫生會在手術前與您討論有關的風險。

何時應接受白內障手術？

當白內障引致視力喪失而影響日常事務，或因視力上的需要，就應考慮接受白內障手術。您必須決定您的視力是否能讓您安全工作和駕駛，舒適的閱讀及看電視。您是否能夠而沒有困難地應付日常事務，例如烹飪，購物，園藝或服藥？您的視力是否可以讓您尋找您的嗜好及樂趣？依照您的症狀，您的眼科醫生應該與您共同決定何時是接受白內障手術的適當時間。

本文撰寫人葉鎮國醫生 Dr. Kenneth Ip 是三藩市凱薩醫療中心眼科主任。他在 1998 年加入凱薩醫機構，曾任凱薩眼科協會主席。

三藩市凱薩醫療機構 - 眼科部

San Francisco Kaiser Permanente Medical Center - Ophthalmology Department