



尽早发现

通过常规检查 眼疾问题

“我的白内障还不‘成熟’，不知道可不可以动手术？”
“看东西‘蒙喳喳’，是白内障还是青光眼？要不要动手术？”

文 / 陈翠云

随着年龄的增长，我们的眼睛会出现各类与年龄相关的问题，视力退化或老化不会逆转，甚至可能会因此失明，因此，有必要随时注意这些问题的发病征兆，并且及时给予适当的治疗。

很多眼科疾病早期并无明显的病症，如果等到病症出现，可能会太迟，现代医学发达，通过常规眼科检查可以尽早发现问题，并且可以通过相应的治疗缓解或阻止眼疾恶化。

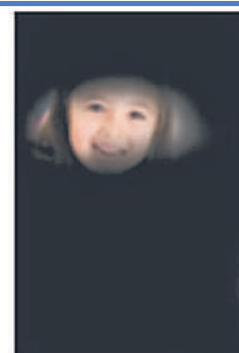
下列一组照片，让读者进一步了解五种不同的常见眼疾，包括白内障、青光眼、年龄相关性黄斑变性、糖尿病视网膜病变、视网膜脱离患者在观看同一张照片时出现的景象差异。



正常视力



白内障
(Cataract)



青光眼
(Glaucoma)



年龄相关性黄斑变性
(Age-related Macular Degeneration)



糖尿病视网膜病变
(Diabetic Retinopathy)



视网膜脱离
(Retinal Detachment)

同一张照片，在不同眼疾情况下所看到的景象。

美术组图。

白内障‘成熟’才可动手术？

谈到白内障，常听到一些长者的疑问是白内障“成熟”或“不成熟”？大部分人既定的印象是必须等到白内障“完全成熟”才可以动手术，是这样吗？

新加坡全国眼科中心（Singapore National Eye Centre, SNEC）白内障和综合眼科主任兼顾问方齐扬医生解释，一般来说，白内障“成熟”或“不成熟”的问题并不存在，什么时候需要接受白内

障手术，考量因素最重要的是白内障是否已影响到你的视力。

白内障的发生，是因为眼睛晶状体变性而变得混浊，从而导致视力逐渐丧失的一种眼疾老年化，在缺乏有效防护的情况下过度曝露于紫外线辐射（太阳光）、吸烟、眼睛旧疾、其他相关疾病（例如糖尿病）、以及长期使用某些药物（例如类固醇类药物）都可能导致白内障的形成。

白内障有什么症状？

常见症状包括：

- 视力模糊
- 夜间视力下降
- 色觉改变，颜色似乎消退
- 眩光和光晕
- 眼睛度数改变，需要频繁更换眼镜或隐性眼镜

如果你符合以上症状中的任何一项，你可能患有白内障，应尽快与眼科医生安排检查，查看自己是否患上了白内障或其他眼疾。

方医生说，如果眼睛晶状体

变得混浊的部分较小，没有影响到视力或日常活动（如驾驶或阅读），那么你就无需做白内障手术，因为在这个阶段，眼镜仍然可以帮你看得更清楚。

但是，如果使用眼镜的情况下，你的视力并没有改善，眼科医生可能会建议你接受白内障手术。

手术前的各种检查测试需要在手术前大约三个月内进行，包括测量血压、尿液检查、心电图（ECG）、血糖和眼球长度测量。

手术如何进行？

白内障手术包括摘除混浊的晶状体和植入人工晶体。方医生指出，在新加坡全国眼科中心进行的主要手术，最常见的技术是白内障超声乳化术。手术步骤如下：

- 首先在眼睛角膜做一个1.8mm至2.75mm的小切口。
- 通过这一个小切口，医生会插入一个超声探头，将混浊、变硬的晶体分成小块，使之变成乳糜状液体，再通过负压吸引的方式，将这些小块吸出。
- 当全部晶状体小块被吸出后，医生在相同位置植入人工晶体。
- 大多数手术伤口不需要任何缝合。
- 手术是日间手术，无需住院。

据了解，为了确保患者在手术过程中保持轻松舒适，手术前麻醉师会使用药物让患者镇静，至于麻醉的程度则因人而异。

人工晶体有哪些？

至于所选择的人工晶体，则有单焦点或多焦点的人工晶体可供选择，它们的区别在于：

- 使用单焦点人工晶体，手术后阅读时需要戴眼镜。
- 使用多焦点人工晶体，手术后大约90%的机会不需要配戴任何眼镜，就可以有良好的远距离视力和近距离视力。

眼科医生将根据个别患者的情况，与患者讨论并推荐适合的人工晶体。



新加坡全国眼科中心

4月2日 中文讲座

视力会影响人们的生活，视力不佳，除了影响阅读之外，也会对生活造成影响，甚至构成危险（例如看不清楚跌倒），想要了解更多关于白内障、青光眼、飞蚊症等问题，你可参加4月2日由新加坡全国眼科中心举办的中文讲座，主题是“年年岁岁都享有更健康的视力”。

讲座详情：

日期：4月2日（星期六）
时间：下午1点至下午4点半
地点：Academia Auditorium Level 1, 20 College Rd, Singapore 169856（新加坡全国眼科中心正门对面）
入门费是\$8，更多关于讲座详情，请游览：www.snec.com.sg/seminar



年年岁岁都享有 更健康的视力

关于白内障和其它与年龄相关眼部疾病的中文讲座

健康的视力不论在人生的哪一阶段，均对人的生活素质非常重要。与新加坡全国眼科中心的医生交流畅谈关于成人和处于黄金年华的乐龄人士所面对的常见眼部疾病，其病因、病状以及最新治疗方案。

日期：2016年 4月 2日（星期六）

时间：1.00pm – 4.30pm

地点：Academia Auditorium, Level 1, 20 College Rd, Singapore 169856（新加坡全国眼科中心正门对面）

报名费：每人8元。茶点招待。先到先得。

报名详情：手机简讯：将姓名、出席人数、讲座日期“2 Apr Chn”发送到 9710 8463。
电邮：events@snec.com.sg | 请拨打热线 6322 8822（9.00am – 5.30pm，星期一至星期五）

讲座

1.00pm	参与者登记
1.30pm	参与者入场
1.45pm	欢迎致词与视频
1.55pm	白内障：如何不让白内障模糊您的视力 听方医生讲解如何使用现代的白内障手术技巧来帮助除去白内障及晶状体选择，以降低屈光不正的问题。  方齐扬医生 Dr Allan Fong 主任兼眼科顾问 白内障和综合眼科
2.20pm	急性发作的飞蚊症和闪光：您是否有视网膜脱落的风险？ 眼睛飞蚊症和闪光可能是因为视网膜裂孔或脱离造成，而这有可能导致永久性失明。与林医生一同发掘此病症的症状和现有的治疗方案。  林姓医生 Dr Laurence Lim 眼科顾问 玻璃体视网膜诊疗中心
2.45pm	茶点时间
3.10pm	眼睛出血：是因为糖尿病或是年龄的关系？ 糖尿病和年龄由于会造成黄斑受损，因此可能会影响您的中央视力。陈医生将与大家分享各种可能会造成黄斑出血的情况，以及其诊断及处理方案。  陈翠敏医生 Dr Chan Choi Mun 高级眼科顾问 玻璃体视网膜诊疗中心
3.35pm	青光眼：在疾病还没悄悄夺走视力之前采取行动 青光眼在新加坡是造成永久失明的主要原因之一。向郭医生讨教关于此对视力造成极大威胁的疾病，及其病因、病症、风险因素及治疗方案。  郭栋梁医生 Dr Desmond Quek 眼科顾问 青光眼科
4.00pm	问答环节
4.30pm	结束

主办机构：



Singapore National Eye Centre
SingHealth
www.snec.com.sg

赞助商：

