

# 白內障

## Cataract

### 甚麼是白內障？

白內障是指眼睛內原來透明、靈活的水晶體變得混濁，阻礙光線進入眼睛，引致視物模糊的一種眼疾。白內障的成因主要與水晶體的化學結構有變化而引起。

白內障不是眼球前的薄膜。其形成的原因並非過度用眼或與癌有關。雖然有時會雙眼產生白內障，但並不會從一只眼擴展至另一只眼。

### 甚麼人會患白內障？

引致白內障的原因有很多種。其中主要的一種原因是年齡的增長，眼球老化的關係。通常到了 65 歲，有半數以上的人會患有白內障。白內障是導致亞裔美國人失明最常見的原因。以下是引起白內障的危險因素：

1. 家族史
2. 糖尿病
3. 外傷性白內障
4. 某些藥物引起，如激素
5. 吸煙
6. 眼睛長期受陽光的傷害

### 症狀

白內障是多年來慢慢形成的。若白內障的混濁點不在眼球中心，通常不會影響視力。加上白內障不會疼痛，所以往往到了嚴重程度、白內障才會被察覺。最常見症狀包括有如下幾點：

1. 視覺模糊及重疊影像
2. 對強烈光線敏感
3. 視物顏色不鮮明
4. 頻頻更換眼鏡
5. 光線不足時視力尤差
6. 視物出現光輪

### 預防

雖然目前尚未有措施可以預防白內障之產生，但以下提供的建議可以減慢白內障的形成過程。

1. 選戴標籤上註明可抵消百分之百紫外線（100% UV Absorption）之太陽鏡。
2. 控制糖尿病。
3. 多吃含豐富胡蘿卜素，維他命 C 及 E 的食物，此類食物主要來源於水果、深綠、橙黃色蔬菜，全穀類果仁及種子之中。

### 早期發現

眼科醫生可通過眼睛檢驗查出白內障。建議 60 歲以上的人，最好每兩年作一次眼睛檢查。

### 治療

如水晶體混濁點尚小的時候，配戴加深度數的眼鏡可能會對視力有一定程度的幫助。然而，當水晶體混濁程度加重，應施行手術將水晶體摘除。如今，患者不需等到白內障“成熟”或完全混濁不清才施行手術。白內障手術使用局部麻醉，需時只約一小時左右，可在門診中進行。百分之九十以上的患者，在施行白內障摘除手術後，可以恢復良好的視力。施行白內障摘除手術有如下的方法：

1. 水晶體囊外切除手術—在水晶體囊膜處切開一小口，摘除混濁的水晶體，換上用塑料製成的人工水晶體。
2. 水晶體摘除術—如今有使用超聲波將白內障震碎後摘除的新科學技術。用特殊儀器從切口（約八分之一英寸長）將碎片取出後，放入一個可疊折的人工水晶體，並不需縫線。

有半數以上的患者在施行白內障手術後，會發生繼發性白內障—囊膜混濁，導致視力減弱。此種情形之下，可以使用激光手術恢復視力是沒有問題的。

白內障是完全可以治癒的。白內障手術有非常高的成功率。如果你有視力的問題，請儘快找眼科醫生檢查。

---

華人社區健康資源中心編譯，1998年 版權所有  
01/2010 修正

Copyright ©: 1998 Chinese Community Health Resource  
Center Revised 01/2010

Chinese  
Community  
Health  
Resource  
Center

華人  
社區  
健康  
資源  
中心

Chinese  
Community  
Health  
Resource  
Center