

隨著年齡的增長，人體也逐步喪失某些機能，眼睛當然是不例外。事實上，有許多眼疾與「老化」有十分密切的關係。

所幸的是，目前新的醫藥及手術技術，已經可以幫助老年人獲致極佳的視力。而且，有許多眼疾是可以經由早期發現與早期治療，得以避免和治癒的。

早期發現疾病的唯一途徑，莫過於定期由眼科醫師做眼部檢查。以下是中老年人最常見到的六種眼睛疾病。

一、老花眼

光線通過眼角膜與水晶體之後，能夠將焦點聚集在視網膜上，才能有清晰的視力。而水晶體便是眼球調節光線焦點的構造。

年輕人的水晶體柔軟而富彈性，具有極佳的調節功能，但在四十歲之後會開始變硬，而無法將遠近不同的物像，清楚地投影在視網膜上，此時便出現近距離視物的困擾。這是生理自然老化的過程，我們稱之為「老花眼」。

目前並沒有任何藥物、飲食或訓練可以改變「老花」的進行，唯一方法是配戴老花眼鏡。「雙光眼鏡」或「多焦點眼鏡」是中老年人所必需，而且眼鏡度數會逐年加深，而每三至五年需更換鏡片度數。

二、白內障

「白內障」就是水晶體變為混濁的情形。常見的「老年性白內障」，乃水晶體老化變硬混濁所致。

其發生原因迄今尚無明確的科學證據。目前並無藥物可治癒白內障，手術摘除是惟一有效的治療。

並非所有的白內障都需摘除，除非影響到日常生活及閱讀或工作。目前手術技術進步，手術摘除白內障並置放人工水晶體，能幫助病患恢復極佳的視力。

三、青光眼

「青光眼」乃由於眼球內水分無法正常排流，造成眼內壓力升高，進而傷害視神經及視力。四十歲以上中年人，每百人之中約有一至二人罹患此病。

由於早期青光眼既無痛感、中心視力也未受損，因而延誤治療的時機。因此，建議年齡超過三十五歲的人，每年需接受一次眼睛檢查（包括眼壓及視神經檢查），以期能早期發現青光眼。

一旦診斷罹患青光眼，可以利用藥物、雷射、甚至手術來控制眼壓，防止視力不再惡化。

四、黃斑部退化

「黃斑部退化」是眼睛視網膜上的黃斑部遭受傷害或破壞，引起中心視力受損。此病並不會引起全盲，但可引起閱讀或近距離視物困擾。雖然大都發生於老年人，但年紀老化並不一定會發生此病。

大部分病患之視力無法在治療後回復，只有在某些情況下，可利用雷射治療防止視力繼續惡化。若視力已受損，則低視能補助器具可用來改善視力。

五、飛蚊症

所謂「飛蚊」是指在視野當中出現的黑色小點、蟲影甚或蜘蛛網狀的移動暗影。它是存在於玻璃體中的膠質黏結物或細胞碎屑，投影於視網膜上而形成的。

玻璃體本為一清澈透明的膠狀物，隨年齡增加而退化，產生一些細微的凝結物。大部分的「飛蚊」是良性的，不會造成嚴重的後果。但是突然出現的飛蚊，或急速增加飛蚊的範圍及數量，則可能是眼底出血、視網膜裂孔、眼內發炎甚至是視網膜剝離的病徵，還是找眼科醫師詳細檢查較為安心。

六、糖尿病視網膜病變

「糖尿病視網膜病變」是糖尿病的併發症，乃由於視網膜血管產生傷害而引起血液的滲漏，造成視網膜組織傷害。糖尿病病史愈久，造成視網膜病變之危險性愈高。

此病是成年人致盲的三大原因之一（另兩種為青光眼及黃斑部退化）。由於診斷及治療方法（雷射及玻璃體手術）的進步，只要能妥善控制糖尿病，並定期接受檢查，必要時早期接受雷射治療，目前只有一小部分病患會引起嚴重的視力問題。

本文摘錄自 本院眼科主任許紋銘教授著作『全方位護眼指南』

版權所有 歡迎參閱 請勿翻印

健康文章內文主要提供民眾降低對疾病因不了解產生之不安和恐懼，但不可取代實際的醫療行爲，所以身體如有不適請您前往醫院就醫治療。