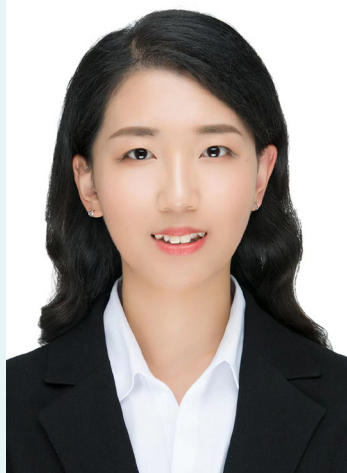




白内障：老年人的“视力杀手”

文 / 首都医科大学附属北京同仁医院 李晨 宋智慧



李晨，首都医科大学附属北京同仁医院药学部药师，药学硕士。擅长常见慢病及眼耳鼻咽喉科的用药指导。先后在国内外杂志发表论文数篇，参与多项市级科研项目。致力于向公众科普安全用药知识，为患者合理安全用药保驾护航。

白内障，是指各种因素（如老化、遗传、局部营养障碍、免疫与代谢异常、外伤、中毒、辐射等）导致的晶状体代谢紊乱，晶状体蛋白发生变性，晶状体透明度下降，从而引起视力下降。就如同照相机的镜头发生模糊而无法拍摄出清晰的图片一样，当晶状体出现浑浊，就会造成视物不清的现象；同时，随着病情的发展，浑浊部位逐渐变大，会遮盖住我们眼睛的整个“镜头”，最终导致失明。

白内障主要分为年龄相关性白内障（又称为老年性白内障）、先天性白内障、外伤性白内障、代谢性白内障、并发性白内障、后发性白内障等。其中，老年性白内障是最常见的一种白内障，随着年龄增加，眼球晶状体会逐渐发生退化和浑浊，从而造成视力障碍，一般多在50岁以后出现，80岁以上老年人白内障的发病率几乎为100%。

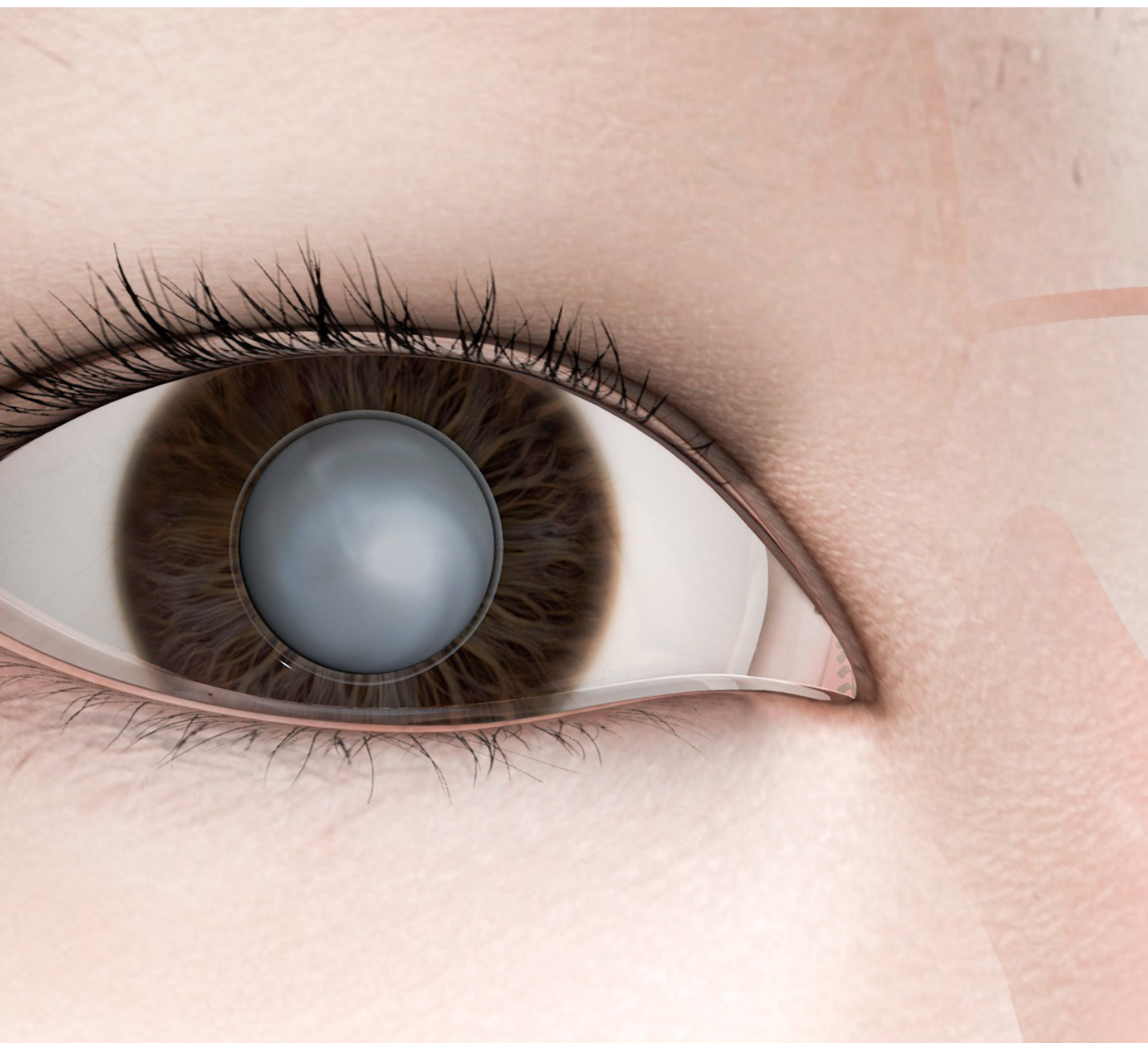


有鉴于此，我们就来了解一下老年人的“视力杀手”——白内障。

一、白内障的表现

1. 视力下降

视力下降是白内障最明显的症状。原本清亮的晶状体变浑浊



后,会影响光线射入眼内,所以会导致视力下降。由于每位患者白内障发生的部位以及严重程度不尽相同,他们视力的下降程度也不相同:如果白内障发生在眼睛晶状体的周边部位,对视力的影响比较小;如果白内障发生在晶状体的中

间部分,影响则比较大,患者感到视力明显减退,出现视物模糊。

2.屈光改变

白内障会导致眼睛晶状体的凸度增加,所以有些老年白内障患者会突然感觉自己老花眼的症状变轻了,眼镜的度数减小,甚至不佩

戴老花镜也能看清书本上的字——这其实是白内障导致的屈光改变造成的。此时,虽然远视情况有所缓解,但近视程度会逐渐加深。

3.单眼复视或多视

白内障导致晶状体变浑浊,所以眼睛各个部位的屈光力也不同,



看东西时可能会出现一个变成两个或多个的现象,严重影响日常生活。

4.其他症状

对比敏感度下降、眩光、色觉改变、视野缺损等,也是白内障会引发的症状。

二、白内障的治疗

1.手术治疗

目前,还没有一种药物能够有效治愈白内障;手术仍是治疗白内障的唯一有效方法。在此,提醒大家切勿轻信广告宣传。

那么,白内障手术的最佳时

机是什么时候呢?对于老年性白内障,如果患者感觉视力明显下降并且对正常生活和工作造成了影响,就应该去医院;医生会仔细评估患者的适应证和禁忌证,然后根据患者的意愿实施白内障手术。

需要说明的是,单独的年龄因素并不构成白内障手术的禁忌证——换言之,对于高龄患者,经术前检查评估,若无全身严重基础性疾病或出血风险,均可正常进行手术治疗。

2.滴眼液辅助治疗

手术是治疗白内障的唯一有效

方法;同时,为达到更好的手术效果,手术前后可能会用到抗菌药物滴眼液、非甾体抗炎药滴眼液、糖皮质激素滴眼液以及营养润滑类滴眼液等。为帮助患者更好地理解这些药物,掌握正确的使用方法,今天我们逐个进行介绍。

(1) 抗菌药物滴眼液。

虽然白内障手术为微创,但是仍存在创口,可能引起眼内细菌感染或角膜水肿等。所以,手术前后,建议使用抗菌药物滴眼液(如左氧氟沙星滴眼液、妥布霉素滴眼液等)预防感染。通常,术前建议使用

1~3天,术后为1~2周,防止长期应用产生耐药菌。

(2) 非甾体类抗炎药滴眼液或糖皮质激素滴眼液。

受围手术期抗原刺激、手术应
激、物理化学因素改变等因素的影响,白内障术后非感染性炎症反应的发生几乎不可避免。轻者会引起术眼充血、疼痛;重者会导致继发性青光眼、黄斑水肿等严重并发症,造成视力损害。因此,积极治疗非感染性炎症反应非常重要。

临床上常用药物为非甾体类
抗炎药滴眼液或糖皮质激素滴眼液,可以缓解术后炎症反应、角膜水肿,减轻眼部疼痛。非甾体类抗炎药滴眼液有普拉洛芬滴眼液、溴芬酸钠滴眼液、双氯芬酸钠滴眼液等。一般术后使用4~6周,第3周后以1滴/天的频率递减,最低维持剂量为1滴/天,6周后无炎症反应可停药。糖皮质激素滴眼液有醋酸泼尼松龙滴眼液、妥布霉素地塞米松滴眼液、氟米龙滴眼液等。平时直立放置,每次用前再摇匀。糖皮质激素滴眼液一般使用2周,防止长期使用引起眼压升高。

(3) 营养润滑类滴眼液。

由于围手术期消毒、术中眼
表暴露,白内障患者术后常常会有眼睛干涩、异物感等不适症状;而且,如果患者原本就有干眼症、睑板腺功能障碍、糖尿病等,术后干眼的症状较术前可能会进一步加重,并维持数周甚至数月。严重的干眼除了会引起眼红、异物感等不适外,还会造成视觉质量下降。

此时,可使用玻璃酸钠滴眼液、重组牛碱性成纤维细胞生长因

子滴眼液/眼用凝胶、小牛血去蛋白提取物眼用凝胶等,减轻白内障术后干涩、异物感,促进角膜的修复或再生。根据眼部症状,可使用1~3个月不等。

可见,正确、合理使用滴眼液对于白内障手术非常重要。那么,这些滴眼液在使用上有先后顺序吗?能同时使用吗?又应该如何保存呢?别急,这里我们简单地说一说。

——用药顺序。

眼药一般分为水溶性、混悬性和凝胶/膏剂,使用顺序是先用水溶性,再用混悬性,最后用凝胶/膏剂。

——用药间隔。

不同滴眼液之间需间隔5~10分钟;凝胶/眼膏与滴眼液之间需间隔10~20分钟。

——药品保存。

一般来说,眼药应在室温、避光、干燥处保存,开封后可使用4周。部分眼药需按照说明书中的要求存储,如:重组牛碱性成纤维细胞生长因子滴眼液/眼用凝胶在2~8℃的环境中保存;小牛血去蛋白提取物眼用凝胶、加替沙星滴眼液在20℃以下的环境中保存。其他特殊事项需留意说明书,如:小牛血去蛋白提取物眼用凝胶开启1周后不可再用;玻璃酸钠滴眼液开封后可使用12周。

——使用方法。

用眼药前需洗净双手,防止污染眼睛。将头后仰,用一只手扒开下眼睑暴露出结膜囊,将滴眼液滴在结膜囊内。注意避免将滴眼液直接滴在瞳孔上。滴眼时,勿用力挤眼及压迫眼球,勿使瓶口触及眼睑或睫毛,防止药液被污染。滴入眼

药后,轻轻闭上眼睛,上下转动眼球,同时用手指轻轻按压鼻侧眼角2~3分钟,防止药液顺鼻泪管流入鼻腔。眼用凝胶或眼膏的使用方法同滴眼液,但滴眼后不需按压鼻泪管;可能发生短暂的视力模糊,建议睡前使用。

三、白内障的预防

最后,我们来聊聊如何预防或者延缓白内障等眼部疾病。

1. 注意眼部防晒

白天(尤其是光线强烈的时间)外出时,建议佩戴深色的眼镜或帽子,可以大幅减少紫外线对眼睛晶状体的照射量,阻止晶状体混浊变性,从而预防白内障的发生发展。

2. 保持健康的生活方式

均衡饮食,多吃富含维生素A、C、E等营养素的食物,如蔬菜、水果、全谷类食物等。同时,戒烟限酒,这些不良的生活习惯都会影响眼部健康。

3. 积极防治慢性疾病

常见的慢性疾病(如高血压、糖尿病)会影响眼部健康,容易导致白内障等眼病。因此,平时要注意控制慢性疾病,保持血压、血糖等指标在正常范围内。

4. 定期进行眼科检查

定期进行眼科检查是预防白内障的重要措施之一。通过定期检查,可以及早发现眼部问题,采取相应的措施进行预防和治疗。特别是对于有家族史、慢性疾病史等高危人群,应该定期进行眼科检查,早发现、早治疗。

药物与A