



老年黄斑变性的“防”与“治”

文 / 首都医科大学附属北京同仁医院 孙云川 宋智慧



孙云川 副主任药师。

擅长老年慢病患者的个体化用药方案制订与用药指导,发表学术论文及科普文章多篇,致力于安全合理用药知识的研究、宣传及科普。

您家老人是否曾提到过看东西不清楚,或者东西看着变形了? 要是,可一定要警惕,这很可能是“黄斑变性”所致。今天,我们就来聊一聊这种老年人常见的疾病,深入了解一下老年黄斑变性的“防”与“治”。

一、什么是黄斑变性

黄斑变性,全称是年龄相关性黄斑变性。从名字就能看出来,它和年龄有很大关系,年纪越大,得这个病的概率就越高。它主要影响的是视网膜上的黄斑区

域。黄斑这个地方可太重要了,我们看东西清不清楚、能不能分辨颜色,都得靠它。如果黄斑出了问题,就像相机的镜头花了,拍出来的照片肯定模糊不清。黄斑变性会让黄斑区的细胞功能慢慢变差,最后死亡,结果就是视力越来越差,看东西歪歪扭扭,眼前还会出现黑影,这些都会严重影响老年人的日常生活。

黄斑变性主要分为干性和湿性两种。干性黄斑变性占所有患者的80%~90%,病情发展比较慢,就像小火慢炖,刚开始可能没什么明显症状,等发现的时候,病情可能已经发展一段时间了。湿性黄斑变性就不一样了,因为眼睛里会长出不正常的新生血管,这些血管还会渗漏,病情发展得特别快,就像开了快车,不及时干预就可能导致失明,非常危险。

二、如何判断是否患有黄斑变性

如果您出现了视力下降的情况,应尽快前往医院就诊。医生一般会先询问患者的病史,再看看有哪些症状,最后进行一些眼科检查。这些检查包括视力检查、眼底检查、光学相干断层扫描等。医生根据检查结果可以判断出黄斑变性的类型以及病情的严重程度。



三、黄斑变性可以治愈吗

很遗憾, 目前还没有能彻底治好黄斑变性的特效方法, 但我们可以采取一些措施来延缓病情发展, 提高视力。

对于湿性黄斑变性患者, 向眼睛玻璃体腔内注射抗血管内皮生长因子(VEGF)药物是目前最常用的治疗方法。这种药物就像给眼睛里疯狂生长的新生血管踩了一脚“刹车”, 可以帮助改善视力, 令黄斑区恢复正常。常见的抗VEGF药物有雷珠单抗、阿柏西普、康柏西普和法瑞西单抗等。除了药物治疗, 还可以选择激光治疗, 用激光“修理”眼睛里出问题的地方。

不过, 治疗湿性黄斑变性也不是一帆风顺的。在治疗刚开始的时候, 大多数患者的视力会有所提高; 可一两年后, 视力又会慢慢下降, 甚至比治疗前还差。这种情况不仅容易使患者对治疗失去信心, 还会导致他们不愿意按时前往医院接受后续治疗, 最终影响整体的治疗效果。

四、哪些人容易得黄斑变性呢

年龄是黄斑变性最重要的危险因素, 60岁以上的老年人患病风险显著增加。此外, 不同种族的患病率也不一样, 白种人的发病率相对较高, 而有色人种的发病率则相对较低。遗传、吸烟(包括吸二手烟)、高血压、肥胖等因素, 均与黄斑变性密切相关。

五、如何预防黄斑变性

黄斑变性与年龄密切相关, 预防并不容易。但好消息是, 多吃水果、蔬菜、豆类和鱼类等食物, 能够有效降低患黄斑变性的风险。

黄斑变性是导致老年人视力下降甚至失明的主要原因之一, 一定要重视起来。老年人要定期检查眼底, 控制好高血压等基础疾病, 保持健康的生活方式, 适当补充营养素, 这些都是预防黄斑变性的好办法。要是发现视力下降、看东西变形, 一定要赶紧去医院, 千万别耽误了治疗。**万物与人**