

# 人老眼花别大意,警惕致盲“杀手”白内障!

◆吴瑞莲

作为致盲性眼病之一,白内障在我国发病率较高。眼科专家宋蓓雯主任提醒老年朋友,如果感觉看东西越来越模糊,视力大不如以前了,切莫简单认为自己只是年纪大了,“人老眼花”而已,应该及时去医院检查,确定是否由白内障引起的。

## 白内障的6种表现 你占了几项?

据了解,老年性白内障是随着年龄增长,眼球晶状体逐渐产生混浊而引发的眼部疾病。一般有以下6种表现,老百姓可以通过简单自测,大致判断自己是否有白内障。但宋主任强调,确诊还是应该去医院进行检查。

1、**视力下降**:这是患白内障最明显的症状。通常视力下降的情况跟晶状体混浊的部位和程度有关,患者能感觉到视力不断下降,看东西渐渐的模糊不清,仿佛眼前有一层遮挡的雾,严重的甚至会仅存光感。

2、“老花眼”好转:患者感觉视力有所“提高”,看书、看报反而不需要戴老花镜了,产生了视力“返老还童”的错觉。实际上这并不是视力的提高,而是晶状体核硬化引起的近

视抵消了老花镜的远视引起的。

3、**视野变窄**:因为晶状体的混浊部位和程度不同,不同程度的白内障患者会觉得自己的视野会有不同程度的缺损,看东西不能看到全部,比较狭窄。

4、**单眼复视或多视**:这是因为晶状体内混浊使得晶状体各个部分的屈光力不均匀,说简单点就是会像棱镜那样,产生单眼的复视或者多视,看东西会有很多影像。

5、**屈光改变**:白内障患者往往会觉得自己的老视程度减轻,但是近视程度增加,或者原本没有近视的也可能需要佩戴近视眼镜才能看清楚远处的东西。

6、**眼前有固定黑影**:眼前有固定黑影患者可自觉眼前有固定不动的朦胧黑影,在阳光、灯光下黑影更为明显,这是晶状体早期局限性混浊的表现,但要注意与视网膜脱离引起的眼前清晰而进行性扩大的黑影相区别。

## 白内障可查可治 不必谈“白”色变

宋蓓雯主任指出,根据晶体混浊情况,白内障主要分为五期:

初期:起始于周边赤道部,呈辐射状混浊,因晶体瞳孔区未累及故视力可正常。

膨胀期(未成熟期):晶体呈不均匀的灰白色混浊,视力明显下降。

膨隆期:晶体内渗透压改变,晶体吸收水分,体积膨胀,推动虹膜向前,前房变浅,易诱发急性闭角型青光眼。

成熟期:晶体完全混浊呈乳白色,晶体内水分逸出,恢复原来体积,前房深度恢复正常,视力严重下降(0.1以下)。

过熟期:晶体因脱水体积变小,囊膜皱缩,皮质液化,若震荡囊膜破裂,液化的皮质流出,可出现过敏性葡萄膜炎。堵塞前房角小梁网孔致房水回流障碍,则会引发继发性青光眼。

宋蓓雯主任继续介绍,白内障从初期到成熟期,可经数年至数十年,严重影响视力,影响日常生活。但是随着医疗技术的发展,白内障的治疗方法已经日趋成熟。无论哪一期的白内障都可以利用高科技技术获得良好视觉。另外针对患者

近视和散光的白内障患者,不仅可以解决白内障的困扰,还可以矫正屈光不正,就是说,以后此类患者将不再需要再佩戴眼镜了。

宋蓓雯主任指出,中老年人罹患白内障的比例很高,定期眼检查非常重要,如果出现了视力障碍,一

定要及时就医,观察眼睛是否有年龄相关性的晶状体以及其他合并存在的眼部结构和功能问题。在排除眼底病变的基础上,至少每年一次眼表眼底的相关检测,为晚年的光明保驾护航。



### 专家简介

宋蓓雯

医学硕士

**擅长:**治疗各种视网膜疾病(糖尿病性视网膜病变、视网膜裂孔、视网膜静脉阻塞、黄斑水肿、黄斑变性等),各种老年性白内障、并发性白内障及高度近视等的诊疗。

## 眼科义诊通告

经相关部门批准,上海爱尔眼科医院举办义诊活动。活动期间,本着“便民惠民”的原则,特开通(免挂号费、免检查费、免费专家会诊)多项绿色通道,向广大群众提供专业眼科咨询、检查服务。

□义诊时间:2016年12月28日

□地址:上海市虹桥路1286号(宋园路2号口)

□预约方式:本次义诊采用电话/短信预约

□义诊预约电话:138 1885 3479

□义诊短信报名:编辑短信“义诊+姓名+联系方式”发送到138 1885 3479

义诊备案编号:长卫登字(2016)第0024号

本板块活动为公益活动,不向参加者推荐医疗服务或者其他商品,相关信息仅供参考

## 留德种植名师助阵 公益援助惠施缺牙患者

# 本周六留德种植硕士爱牙课堂 缺牙处理,你需要更好的方法!

50个免费讲座名额及高额爱牙援助限量申请中

◆叶雪菲

由上海市老年基金会携手知名口腔种植专家举办的“牙缺失患者公益援助”活动启动后,吸引了众多市民参与。这一活动旨在帮助沪上中老年人解决口腔问题,能拥有20颗健康牙,摆脱无牙生活。本周,上海市老年基金会爱牙公益课堂特邀资深齿科专家、法兰克福大学种植硕士舒凌携手知名种植专家郭浩开展牙缺失处理专场讲座。凡成功报名参加讲座的读者,即可免费获得爱牙大礼包一份以及专家面对面交流答疑的机会。为更好服务于每一位到场的读者,本次讲座限额50名。名额有限,报名从速!

## 世卫组织牙齿健康标准 80岁有20颗功能牙

当前,人们的生活水平正在逐渐提高,但个人日常医疗尤其是口腔保健意识却没有显著提升,日常生活中的口腔保健也较为薄弱,这就导致我国的牙缺失发生率远远超出欧美发达国家。

世界卫生组织对牙齿健康的标准是:“8020”,即80岁的老人至少应有20颗功能牙(即能够正常



咀嚼食物,不松动的牙),但是从当前情况来看,达到健康标准的老年人少之又少,我国60岁以上中老年人约有半数未达标,其中约有两成左右半口或全口无牙,长期忍受缺牙之苦。

## 牙口不好 疾病满身跑

口腔健康是身体健康的重要组成部分,长期牙缺失所带来的健康隐患甚多。因为缺牙导致的各种疾病并不少见,口腔专家指出:牙齿缺失首先会导致咀嚼无力,许多食物因为没有足够的咀嚼直接进入肠胃,容易引发多种消化系统疾病。此外,缺牙老人因此而未能摄取到足够多的营养物质,易导致体质变差,还可能会诱发记忆力减退、糖尿病、胃病、呼吸道疾病和心

血管疾病。

## 半口及全口无牙 也能轻松处理

就如高楼大厦需要稳定的地基一样,要想牙齿稳固牢靠,就需要牙槽骨骨量充足。但有不少缺牙者,特别是半口及全口牙缺失的老年人,由于长期缺牙没有及时处理,其牙槽骨吸收非常严重,几乎无法在现有的牙槽骨上进行缺牙处理。对此,种植专家舒凌指出,在欧美地区,通过全新的牙齿处理方式,骨量不足者也可轻松处理。

## 留德种植名师助阵 牙缺失公益援助活动

为了帮助更多申城缺牙市民消除缺牙带来的各种不便,上海市老

年基金会“牙缺失患者公益援助项目”本周特邀种植牙名师、留德种植硕士、国际种植牙专科医师学会研究员舒凌及口腔种植专家郭浩助阵该活动。如您有牙齿松动、单颗牙缺失、多颗牙缺失、半口及全口牙缺失均可报名参加。

□报名成功即可享活动4大福利:

- 1.活动当天专家面对面免费宣教支招;
  - 2.爱牙大礼包(爱牙宝典-《种植牙,你找对医生了吗》等)
  - 3.免费专家缺牙处理宣教
  - 4.符合爱牙援助基金条件可申请爱牙援助专项基金(最高6560元)。
- 活动时间:本周六(12月24日)  
报名方式:拨打上海市老年基金会工作室电话:021-62999939(工作日期间10:00-17:00)

### 本期专家简介

舒凌

美国AAID种植协会会员  
国际种植牙专科医师学会研究员  
法兰克福大学种植硕士



郭浩

资深口腔种植专家。毕业于上海交通大学口腔医学院,十余年口腔临床工作经验,曾在上海多家高档涉外口腔诊所主诊。擅长种植修复、各种常见及复杂的口内根管治疗、牙齿缺失的冠(桥)修复。

