罹患白內障有什麼症狀？

文／眼科醫學中心 主治醫師 賴泓茵

示意圖非當事人

伴隨著五官的刺激，人類才能體會到多樣的世界，擁有良好的視覺，不僅提供人類生活的基本能力，也讓我們看見繽紛絢麗的色彩！

眼睛，就像是一個高端且精密的儀器。以傳統照相機來比擬，眼睛的水晶體，就像是傳統照相機聚光的鏡頭；視網膜，就像是傳統照相機最後成像的底片。拍照時，要獲得一張完美的照片，第一步必須要先有一個透亮的鏡頭。剛出生的嬰兒，眼睛的水晶體是清澈透明的；隨著時光飛逝，水晶體會逐漸老化，逐漸變霧，變得不再透亮，而成為我們所謂的：白內障。

認識 3 種類型老年性白內障

水晶體呈現成一個雙凸型的透明結晶體，可分為：中央的水晶體核、周邊的水晶體皮質，以及最外層的水晶體囊。不同位置的混濁，會生成不同種類的老年性白內障。

1. **核性白內障：**由中央的水晶體核開始老化，呈現黃褐色。一般而言，此種白內障進程較緩慢，且對視力影響較小。
2. **皮質性白內障：**由水晶體周邊開始，輻射狀往內逐漸混濁。早期的皮質性白內障，並不會影響視力。
3. **後囊性白內障：**由水晶體的後囊處開始混濁。因為混濁的位置位於視野的正中央，早期就會顯著影響視力，且會伴隨有眩光的不適感。

症狀多樣化，絕大多數是視力模糊

白內障的症狀非常的多樣化，但絕大多數以視力模糊來表現。由於水晶體的老化，會導致眼睛整體的屈光度改變，進而產生視力模糊的狀況。初期的時候，由於度數持續改變，會需要頻繁地更換眼鏡；中晚期以後，即使更換眼鏡也無法達到生活所需的最佳矯正視力。

白內障也代表著，水晶體從一個透亮的結晶體，逐漸霧化變得不透明。水晶體的不均勻混濁，會導致光線進入眼睛時，產生眩光和畏光的現象。較為成熟的白內障，會呈現深黃褐色，阻擋光線進入眼睛，使進入眼睛的光線總量減少。光線的減弱，會使病人有光線變暗以及色彩不夠鮮豔的感覺。此

外，夜晚的時候，外在環境光線減弱，也會使白內障病人視力減退的感受更加明顯。

3方式 減緩水晶體老化速度

白內障，是水晶體的一個老化過程。我們可以透過以下的方式來減緩水晶體老化的速度：

1 配戴太陽眼鏡

配戴深色的太陽眼鏡，阻絕太陽光中的紫外線，以延緩白內障的生成。

2 良好的生活習慣

抽菸以及酗酒，都會在體內產生大量的自由基，破壞體內的抗氧化機制，使水晶體更容易氧化，進而產生白內障。

3 控制血糖

未控制的高血糖會加速白內障的生成，也會引起糖尿病視網膜病變。

什麼狀況下建議進行白內障手術？

當白內障顯著影響視力，且影響到基本生活的時候，就會建議手術移除混濁的水晶體，並以人工水晶體取代。目前的白內障手術，主要以小切口超音波乳化術進行。此種手術，切口極小，約2.2毫米，大多不需要縫合。手術僅需以局部麻醉進行，手術時間短，不需要住院。由於切口小，恢復期短，大多數的病人可在手術後回家休養，次日再到眼科門診檢查，並於隔週按醫囑回診追蹤。

隨著科技日新月異，白內障手術儀器於近幾年不斷的進步，病人更可選擇以飛秒雷射方式輔助白內障手術。飛秒雷射是以波長1053nm的雷射光，搭配3D即時電腦斷層掃描與影像定位，快速地對生物組織進行切割。飛秒雷射的影像定位以及組織切割，可以輔助白內障超音波乳化手術的進行，使手術更加安全且快速！飛秒雷射，基本上適用於各種白內障。在一些眼睛受過傷，白內障過熟，角膜內皮細胞數目較低，眼睛前房狹小的病人，飛秒雷射可以降低手術對眼睛的傷害，降低可能的併發症，並大幅提升手術安全性。

結語

白內障，是眼科常見的疾病。白內障並不會造成疼痛或是外表的不適，絕大多數以視覺的不適表現，像是視力模糊、光線變暗、色彩改變、眩光。但以上的症狀表現，在其他眼科疾病也會發生。若有視力方面的問題，建議先至眼科門診詳細檢查，進一步了解自身的健康狀態，才能對症下藥。