

白内障手术有“最佳”时期吗

◎绵竹市人民医院 陈明芳

随着人口老龄化的加剧，白内障已成为影响中老年人视力健康的主要眼病之一。它悄无声息地发展，逐渐模糊人们的视野，严重时甚至可能导致失明。尽管白内障不可逆转，但通过科学的手术治疗可以有效恢复视力。许多患者对手术时机存在误解，认为必须等到“成熟”才能治疗，其实现代医学已提倡在影响生活质量时尽早干预。

了解白内障及其发展过程

白内障是指眼睛中的晶状体由透明变得混浊，影响光线进入视网膜，从而导致视力下降。最常见的原因是年龄增长，随着人步入中老年，晶状体逐渐老化。外伤、眼部炎症、糖尿病、长期使用激素类药物，以及过度暴露在紫外线等因素也会加速白内障的发生。

白内障的发展通常是一个缓慢过程，可分为初期、中期和成熟期。在初期，晶状体仅出现轻微混浊，患者可能没有明显症状；到了中期，视力开始下降，对光敏感、看东西有重影或色彩变淡等现象逐渐显现；当进入成熟期，晶状体完全混浊，视力显著受损，甚至只能感知光感。

当白内障引起的视力问题已经干扰到日常生活，例如阅读困难、看不清人脸、夜间驾驶困难等情况频繁发生，医生就会建议考虑手术。现代医学并不强调必须等到白内障“成熟”才进行手术，而是根据患者的实际需求和眼部健康状况来判断。如果视力下降影响生活质量，且检查结果显示手术可行，便可安排治疗。

判断手术时机的关键因素

1. 视力下降程度。视力低于0.3是白内障手术的重要参考指标，但

并非唯一标准。医生会结合患者职业需求、生活质量及用眼习惯综合判断，必要时在视力未达此值前也建议手术，以满足个体化需求。

2. 生活质量影响。当视力问题开始限制患者的日常生活能力，比如难以完成基本的自我护理、外出行动受限、无法参与社交活动或感到情绪低落时，应尽早考虑手术治疗。视力受损不仅影响身体功能，还可能导致心理压力增大，增加孤独感和抑郁风险。

3. 医学检查结果。为了确保手术的安全性和可行性，术前需要进行一系列详细的眼部检查。眼底检查可以评估视网膜健康状况，了解是否存在其他可能影响手术效果的眼病；角膜地形图用于测量角膜的曲率和厚度，帮助选择最适合的人工晶体；眼A超则用来精确测量眼球轴长，计算人工晶体度数。

现代手术技术的优势与选择

1. 微创超声乳化术的应用。微创超声乳化术是目前治疗白内障最常用的手术方式，医生通过微小切口将乳化针头插入眼内，利用高频超声波将混浊的晶状体粉碎并吸出，随后植入折叠式人工晶体。这种技术切口小、无需缝合、术后恢复快，且能显著降低感染和并发症风险，已成为白内障手术的主流方

法。

2. 个性化人工晶体选择。人工晶体种类多样，患者可根据自身用眼习惯和需求进行选择。例如，多焦点晶体可同时满足远、中、近视力需求，散光矫正晶体适合伴有角膜散光的人群，还有防蓝光、非球面等功能性晶体。

3. 术后护理与康复。手术完成后，患者需严格按照医嘱使用抗炎、抗菌眼药水，防止感染和炎症反应。术后一周内应避免揉眼、沾水及剧烈运动，防止碰撞眼部。定期复查也非常重要，医生会根据恢复情况调整用药，并监测是否存在术后并发症，确保视力稳定恢复，达到最佳手术效果。

白内障作为常见的老年眼病，通过及时和适当的治疗可以显著改善患者的生活质量。了解白内障的成因、发展阶段及手术时机至关重要，而现代微创手术技术如超声乳化术，加上个性化人工晶体的选择，为患者提供了更安全、有效的治疗方案。术后遵循严格的护理指导，不仅有助于快速恢复，还能最大限度地减少并发症的风险。做出明智的医疗决策，可以让您或您的亲人重获清晰视野，享受更加丰富多彩的生活。☺