



# 黄斑变性： 老年人视力的“头号杀手”

◎桂平市中医医院 薛博广

随着年龄的不断增长，许多老年人会出现视力老化现象。其中，黄斑变性作为一种常见的眼科疾病，在60岁及以上老年人群体中高发。该病会导致老年人视力下降，看东西时出现变形、扭曲的状况，对日常生活造成较大影响。若未能及时治疗，病情将进一步恶化，最终可能引发失明。

## 科学认识黄斑变性

黄斑变性是一种由视网膜色素上皮细胞与神经视网膜退行性变引发的眼科疾病，可造成严重视力减退甚至失明，是导致患者视力受损的重要因素。其早期症状表现为视力轻微下降，看物体时色彩不如以往鲜艳，观察直线物体时会出现变形、扭曲的情况。随着病情持续进展，患者中心视力显著降低，对阅读、写字、看电视等日常活动造成明显影响，视野中心还会出现暗点或空白区域。到了病情晚期，患者可能完全失明。

老年性黄斑变性主要分为干性和湿性两种类型。干性黄斑变性最为常见，占所有黄斑变性患者的85%~90%，它通常由黄斑区域细胞退化引发，早期可能无明显症状，但随着病情加重，患者会出现视力模糊的症状。湿性黄斑变性相对少见，不过发展速度较快，对患者危害更为严重。它是由视网膜下方异常血管生长所致，这些血管容易出血或漏液，进而损伤视网膜，导致患者视力迅速下降，若治疗不及时，患者可能永久性丧失视力。

## 黄斑变性如何治疗

1. 干性黄斑变性：目前并无有效的根治方法，治疗的主要目标就是延缓患者病情发展，保护患者

当前视力。医生通常会建议干性黄斑变性患者定期进行眼科检查，掌握病情变化情况。在日常生活中，干性黄斑变性患者应养成良好的生活习惯，在饮食方面应多食用抗氧化物质丰富的食物，如新鲜蔬菜、水果等，这些食物中的抗氧化成分能够延迟患者视网膜细胞退化。此外，医生还会结合患者实际情况推荐其服用维生素C、维生素E等营养补充剂，也可以起到保护视网膜、延缓病情发展的作用。

2. 湿性黄斑变性：常见的治疗方法有激光光凝法、光动力学疗法、药物治疗以及手术治疗等。

激光光凝法：指利用激光能量凝固封闭黄斑异常新生血管，避免其出血或漏液，从而避免对患者视网膜造成严重损伤，稳定患者视力、防止患者病情恶化。该治疗方法经常用于新生血管位置明确且血管没有侵犯黄斑中心凹的患者。医生在治疗时会使用专业激光设备定位并照射病变区域，操作简单、疗效显著，但可能会引发视网膜组织损伤等并发症。

光动力学疗法：一种通过静脉注射光敏剂，使其特异性聚集在黄斑部异常新生血管位置，使用低能量激光照射激发光敏剂，利用光化学反应破坏异常新生血管的治疗方法。该治疗方法常用于黄斑部有新

生血管且新生血管位置较为特殊、不适宜进行激光光凝治疗的患者。光动力学疗法的准确性更高，可降低对患者正常视网膜组织的损伤，但需要经多次治疗才能够达到良好的治疗效果。

药物治疗：指通过向患者眼部注射抗血管内皮生长因子药物的方式抑制患者异常血管生长，避免血管出血或渗液，避免患者病情恶化。该治疗方法效果显著，但需要患者定期注射药物，且注射药物后患者可能会出现眼部或全身不良反应。

手术治疗：指借助外科手术方法治疗黄斑变性患者，通常用于病情严重或其他治疗效果不理想的患者，常用手术方法为黄斑转位术、视网膜色素上皮移植术等。黄斑转位术是一种通过移动黄斑区域位置，使其避开异常血管位置的手术，可有效改善患者视力水平；视网膜色素上皮移植则是将健康视网膜色素上皮细胞移植到患者黄斑区域，恢复患者视网膜功能。虽然手术治疗的效果显著，但患者在手术过程中容易出现一系列风险，且患者需要较长的时间恢复，医生通常会建议患者先采用其他治疗方法，在其他方法治疗效果不佳的情况下才推荐患者进行手术治疗。😊