

老年人首位致盲眼病 户外运动时戴墨镜可延缓发生

眼科专家送上权威白内障科普指南

俗话说，眼睛是心灵的窗户，但随着年龄增长，“窗户”自身会出现老化。这时便出现一种眼病，专挑老年人下手，它就是老年性白内障。只有老年人会得白内障吗？视力一天比一天差到底是老花眼还是白内障？1月15日下午，宁波鄞州眼科医院院长吴仁毅主任医师做客甬上健康大讲堂，为观众送上权威的白内障科普指南。



宁波鄞州眼科医院院长吴仁毅主任医师(左)做客甬上健康大讲堂。

1 高海拔和海岛地区 白内障的发病率较高

吴仁毅介绍，如果把眼睛比作照相机，晶状体便是眼睛的“镜头”，它是眼球中的重要结构，正常情况下是可变焦、透明的凸透镜。当“镜头”由于某些原因发生了混浊，引起晶状体代谢紊乱，称为白内障，此时光线被混浊晶状体阻挠无法投射在视网膜上，导致视物模糊。

根据病因分类，最常见的是老年性白内障，其他还有先天性、外伤性、代谢性等，随着人均寿命的延长，白内障患者不断增多。老年性白内

障可能与年龄增长相关的机体代谢功能障碍、紫外线长期过度照射、遗传因素、营养因素等有关，此外还与有些全身疾病相关，如糖尿病等。“目前白内障是我国老年人首位致盲眼病。”吴仁毅说。

在我国，紫外线照射较强的西藏等高海拔地区和舟山等海岛白内障的发病率要比其他地区高出一大截。因此，在户外运动时戴墨镜可以有效地保护眼睛、延缓白内障的发生。

2 老花眼是生理现象 白内障才是眼病

并非所有的视力下降就一定是白内障。吴仁毅强调，当视力一天比一天差、复视、出现重影、颜色辨别困难，甚至突然出现近视或者原有的老花眼突然好转，就有可能得了白内障。

如果出现以上这些症状，一般要去专业的眼科医疗机构进行全面检查，包括视力检查、验光和一些眼科仪器的检查，就可以明确是否有白内障，以及白内障的严重程度。医生会根据眼睛的整体情况，给予相应的

治疗建议。

在直播中，吴仁毅解释，白内障和老花眼是不同的概念。虽然两者都会出现视力下降的情况，但老花眼属于正常的生理现象，是一种眼睛调节力退化和人眼衰老的表现，一般来说可以通过戴老花眼镜或者一些屈光手术帮助看清楚近物；而白内障是晶状体的混浊，挡住了光线进入眼内，需要将混浊的晶状体更换掉才能恢复视力。

3 手术治疗是唯一治愈方法 人工晶体可以终生使用

虽然白内障患者在就诊时医生会开具一些药物，但这些都只能针对早期的白内障，可以通过用药延缓白内障的发展。而白内障发展到一定程度，影响到学习、工作和日常生活，往往需要手术治疗。

“手术治疗是目前唯一可以治愈白内障的方法。”吴仁毅提到，以前白内障的手术时机强调视力，有明确的手术指征，也就是说视力要下降到0.3或者0.5才能实施手术。但随着医学技术的发展和现代老年人对生活品质的不断提高，白内障手术的时机也因人而异。

43岁的林女士是一位中学教师，年轻时就有高度近视。由于工作压力大、用眼强度高，40岁出头就被查出患有白内障。根据她的用眼需求，吴仁毅为她实施了白内障手术，在术中植

人可以同时解决远、中、近景的多焦点人工晶体，享受更优质的视力。

在门诊中，常有患者对人工晶体的寿命提出疑虑。吴仁毅解释，人工晶体是高分子材料制成的植入物，在人的眼内不会被排斥，也很少会发生形状、性质的改变，是很稳定的一个“镜头”。即使是新生儿植入人工晶体，也可以终生使用而不用更换。

随着医学科学的不断发展，现在又有很多功能强大的人工晶体不断被发明应用，包括能同时矫正老花眼、散光，可以让老年人重新恢复年青时代的视力。还有可以携带药物的人工晶体，植入眼内可以同时治疗其他眼病。此外，白内障手术技术的进展还包括飞秒激光辅助手术，可以让复杂疑难的白内障手术更加安全和精准。

4 30%患者手术后会复发 这些是白内障高发人群

不过，在白内障手术后仍有30%患者会复发。这种情况也叫做后发性白内障，年纪越轻就越有可能得第二次白内障。但这种第二次白内障的情况不需要手术治疗，一般来说在眼科门诊用激光治疗几分钟就可以解决。

白内障手术后视力再次下降也有可能是患了其他眼病，比如说老年人常见的黄斑变性、青光眼等。也有一些神经方面的疾病，比如中风也会影响视力，需要到神经内科检查和治疗。

直播中网友提问，有没有什么食物可以预防白内障？吴仁毅回答：白

内障和晶状体的氧化损伤有关，所以能预防身体氧化损伤的药物和食物，理论上是可以一定程度上预防白内障的发生的。比如经常吃蔬菜、水果，或者服用叶黄素等，对于白内障的发生有一定的预防作用。

白内障也有一定的遗传性，父母如果年轻时就得过白内障的人群，应该多加注意。同时，经常户外工作、晒太阳比较多的人也有患病风险。此外，有过眼外伤或者做过眼睛其他手术的人，以及糖尿病患者、长期使用激素治病的人等都属于高发人群。

记者 陆麒雯 通讯员 吴雨纯

分类信息 【刊登热线】 56118885 56118880 56118880
【办理】 海曙区：横街62号(都市仁和中心)20楼2011室
【地址】 鄞州区：宁东路901号宁波报业传媒大厦一楼

仁保物业急招
厨师、保安、会务服务员、清洁工、洗衣工、档案整理员。
工作地点：鄞州下应、海曙大来街
电话：87196111 转 81518、87196111 转 85012
地址：海曙区大来街50号503室

招标公告
世纪龙腾业主委员会公开选聘物业服务企业。招标公告详见：微信公众号“邻里相望”。找到“世纪龙腾”小区，查看物业选聘公告。
联系人：李女士
联系电话：0574-87891857 15869366930

减资公告
根据股东会决定，将注册资本由1000万元人民币减至100万元人民币，并按有关规定办理工商减资手续。
特此公告
余姚市日亿园林绿化有限公司

减资公告
根据股东会决定，将注册资本由100万元人民币减至10万元人民币，并按有关规定办理工商减资手续。
特此公告
余姚市玥珩湾旅游开发有限公司

法律服务
●离婚、房产、经济纠纷 87295238
声明公告
刊登热线：56118880

分立公告
根据宁波群芯微电子股份有限公司股东会决议，公司以派生分立的形式拟分立成为2家公司，原宁波群芯微电子股份有限公司继续存续，派生新设宁波亿芯微电子有限公司。
分立前宁波群芯微电子股份有限公司注册资本为54969.7143万元人民币，分立后存续公司宁波群芯微电子股份有限公司注册资本为10000.0000万元人民币，新设公司宁波亿芯微电子有限公司注册资本为44969.7143万元人民币，分立后原公司的债务由分立后的各家公司共同承担，原公司在分立前与债权人就债务清偿达成的书面协议另有约定的除外。
特此公告
宁波群芯微电子股份有限公司
2024年1月16日

●奚建波 遗失宁波大车城投资发展有限公司开具的二手车销售统一发票第一联，发票代码：033022200217 发票号码：0206 0369 金额：82000元，声明作废
●宁波立悦健康管理科技有限公司遗失财务专用章(编号33020610056600)、公章(编号33020610056599)各一枚，声明作废

●宁波市总工会遗失工会经费收入专用收据，号码1713265307-1713266338，声明作废
●宁波市北仑区大碇浩亮水果店遗失公章一枚，编号：3302060125333，声明作废
●宁波璟鹏工程安装有限公司遗失公章一枚，声明作废
●余姚非凡桌球俱乐部遗失公章一枚，声明作废
●余姚市依鑫电器厂遗失财务章和姓名姜挺法人章各一枚，声明作废
●宁波博洋家纺集团有限公司万象汇分公司遗失公章一枚，声明作废

●宁波市总商会遗失工会经费收入专用收据，号码1713265307-1713266338，声明作废
●宁波市北仑区大碇浩亮水果店遗失公章一枚，编号：3302060125333，声明作废
●宁波璟鹏工程安装有限公司遗失公章一枚，声明作废
●余姚非凡桌球俱乐部遗失公章一枚，声明作废
●余姚市依鑫电器厂遗失财务章和姓名姜挺法人章各一枚，声明作废
●宁波博洋家纺集团有限公司万象汇分公司遗失公章一枚，声明作废

通知债权人申报债权的注销公告
余姚市泗门镇博乐阳光教育培训学校经董事会表决通过，决定注销。清算组已成立，望债权人接到通知之日起30日内，未接到通知的自本公告日起45日内向清算组申报债权。清算组电话：0574-62652659
余姚市泗门镇博乐阳光教育培训学校
2024年1月16日

●宁海县润发涂料商行遗失单位公章、财务专用章、法人章(叶木法)各一枚，声明作废
●宁波兴诚装饰工程有限公司遗失公章一枚，编号33021210043007，声明作废
●宁波市北仑区大碇风云文化创意工作室遗失财务专用章一枚，声明作废
●宁波市鄞州区悦澜湾雅苑业主委员会遗失银行开户许可证，开户行：中国银行股份有限公司宁波五乡支行，账号388380324189，核准号：L3320003017201，声明作废
●宁波遥领体育俱乐部有限公司遗失公章(编号：1210335542)财务章(编号：33021210335543)各一枚，声明作废

●宁波市鄞州区悦澜湾雅苑业主委员会遗失银行开户许可证，开户行：中国银行股份有限公司宁波五乡支行，账号388380324189，核准号：L3320003017201，声明作废
●宁波遥领体育俱乐部有限公司遗失公章(编号：1210335542)财务章(编号：33021210335543)各一枚，声明作废

●宁波聚海广源新材料有限公司遗失公章一枚，编号33028310086885，声明作废
●宁波海曙纤之美医疗美容诊所有限公司遗失财务章一枚，声明作废
●浙江湖州厨房设备有限公司宁波分公司遗失公章一枚，声明作废
●浙江湖州厨房设备有限公司宁波分公司遗失发票专用章一枚，声明作废
●余姚市旺昌电梯配件经营部遗失法人章(洪霞)一枚，声明作废
●慈溪市白沙路小毛食品店遗失公章一枚，编号33028210011684，声明作废

●宁波市东智科技有限公司遗失公章一枚，编号：3302060262882，声明作废
●浙江携手招投标咨询服务有限责任公司遗失公章一枚，编号：3302060262882，声明作废
●余姚市大炜铜业有限公司遗失公章一枚，声明作废