

認識老年性黃斑部病變



一、什麼是老年性黃斑部病變

黃斑部解剖部位位於眼球正後方的視網膜中心，是視覺最敏銳的部位。老年性黃斑部病變是老化氧化物堆積異常或部分異常新生血管而造成的視力退化疾病之一，尤其濕式黃斑部病變，發生的原因，是脈絡膜產生不正常的新生血管，長到黃斑部下方；這些新生血管很脆弱，容易反覆出血或滲水，破壞了黃斑部視網膜的感光細胞而造成視力急速的減退。

二、常見症狀

看東西時，影像的中心會變暗、扭曲、模糊不清。尤其是在近距離看東西時會產生困擾，嚴重者無法輕鬆正常閱讀，或是辨識人的臉孔。

三、危險因子

老年性黃斑部病變致病的危險因子包括：高齡、家族史、高血壓、高血脂、抽菸、長時間強光照射環境。

四、老年性黃斑部病變的種類與治療

老年性黃斑部退化病變可分為乾式和濕式兩種疾病型，乾式通常影響視力不大。合併有脈絡膜新生血管的濕式黃斑部病變，會造成視力嚴重減退。可使用「雷射」「光動力療法」，或「眼內藥物注射」來治療。若視力已永久性受損，低視能輔視器可以有所幫助。

五、老年性黃斑部病變的自我檢查

五十歲以上有上述危險因子的民眾，就需定期接受眼睛檢查。最簡單的自我檢查方法，是自己交互遮蓋眼睛，比較兩眼視力，有無不同；或輪流比較兩眼，注視



前方牆壁、掛圖的線條、網路上阿姆斯特勒方格圖，有無線條影像扭曲變形、缺損、變暗。切記!早期發現、早期治療，才可避免視力喪失。

六、如何預防老年性黃斑部病變

日常生活中應避免強光直接照射眼睛，外出時選擇配戴合格隔絕紫外線的太陽眼鏡。平常可補充富含抗氧化功能的眼用保健食品，如維生素 A、C、E、鋅、類胡蘿蔔素（富含葉黃素）等。另外還要控制血壓、血脂及戒菸，並定期眼科門診黃斑部檢查。

