

「白內障手術」停、看、聽

白內障不僅是成年人失明或視力障礙的最主要原因，也會影響生活品質，更是年長者彼此間聊天最關心的話題之一。很幸運的是幾乎所有白內障都可以手術方式治療成功，因此認識白內障手術以及小心照顧你的手術後眼睛，攸關手術成功後的保持。

所謂白內障是指眼睛內的水晶體混濁，水晶體是一透明雙凸體，負責焦距的調節，水晶體混濁後就會因不透明而遮住視線，外面的影像就看不清楚了。白內障依其發生的原因，可以分為先天性、外傷性、併發性及老年性。

先天性白內障是指出生時即有白內障，可能是遺傳、染色體異常、母親懷孕時有感染、服藥或曝露放射線等異常狀況所造成。外傷性白內障則是受到如撞擊、穿刺、化學灼傷或放射線等所造成。併發性白內障最常見的原因是來自眼睛本身的疾病：如發炎、青光眼、高度近視、接受過眼內手術等等，或是患有糖尿病或長期有在使用類固醇也容易造成白內障。中年人發生併發性白內障較常見的原因是高度近視、糖尿病或是長期吃類固醇藥物等而提早出現。老年性白內障，這是最大宗的白內障患者，因為老化，水晶體也會慢慢變硬變混濁，好像有一層毛玻璃擋在眼前，視力會逐漸減退，而且左右眼發生白內障的進展也不相同，有些年長者在早期甚至有老花眼回春的現象。長期的陽光曝曬、吸菸或營養不良，也會加速老年性白內障的發生。

當白內障的情況嚴重到某種程度，已經無法靠調整眼鏡度數來改善視力，且已經影響到日常工作生活及對視力的需求時，就要尋求眼科醫師的協助，目前唯一有效的方法就是手術了。所謂白內障手術就是自水晶體囊袋中將混濁的水晶體移除後，再植入新的人工水晶體。手術一般使用「超音波晶體乳化術」，一邊將水晶體乳糜化，一邊吸除乾淨，手術全程是在顯微鏡下進行，因傷口很小，可以直接放入摺疊式的人工水晶體，可免縫線，不需要住院；目前白內障手術已與飛秒雷射科技做結合，利用雷射技術先進行眼部掃描、定位及切割，切割的傷口平整且癒合速度快，且因有雷射能量輔助減少手術中所耗用的超音波能量，對眼組織傷害小，進而保護到角膜內皮細胞的傷害，但目前這種「飛秒雷射白內障前置手術」是屬於完全自費項目，必須與醫師仔細討論評估是否適合「飛秒雷射白內障前置手術」。然而有些特殊情況，經醫師評估不適合用上述這些手術方式，無法以「超音波晶體乳化術」，而需要施行「囊外晶體摘除術」，再植入水晶體，雖然傷口較大復原期長，但對某些患者之白內障手術相較是相對比較安全。因每個人情況不同，需由專業的眼科醫師進行術前檢查評估後再決定適合自己的手術方式。平均白內障手術成功率可達 95%左右，但如患有嚴重的視網膜疾病、青光眼、視神經病變等問題，術後視力改善可能

不如預期，手術前應和醫師詳細討論和評估。

目前市面上的人工水晶體種類繁多，但最常接到一般民眾來電詢問：當初在門診同意接受植入健保給付的人工水晶體，但聽鄰居說自費的一定比健保免錢的要好；或是因為朋友放的是很昂貴的自費水晶體，視力改善很多，所以也要登記更改植入最貴的人工水晶體才比較安心等等，陷入了越貴越好的迷思。目前健保給付 55 歲以上的人工水晶體（健保片）與自費項目的人工水晶體（自費片）最大差異在於健保片是單一焦點的「球面設計」，而自費片皆是「非球面設計」，「球面設計」和「非球面設計」人工水晶體大部分患者都可接受，但少數患者會覺得「球面設計」人工水晶體會影響影像的真實感，且在夜間或暗光下的視覺品質也有差異。

但自費片亦非適用於所有白內障患者，如您本身的水晶體囊袋不完整、或曾經有做過屈光雷射手術或其他眼內手術等患者，使用自費人工水晶體可能無法得到應有的效果，甚至是要置放在前房位置或是可用縫合方式來固定人工水晶體，這都需要專業眼科醫師依個人個別情況的評估判斷，來選擇適合的人工水晶體。至於「非球面設計」的自費人工水晶體，除了和健保人工水晶體一樣可抗紫外線，大多數亦都有抗藍光的功能，降低長時間使用 3C 用品對眼內造成的傷害；目前廠牌及功能亦琳琅滿目，有「矯正散光型」、「多焦點型」（遠、近或遠、中、近距離）、「多焦點結合散光矯正型」等等，以上亦都需先做完眼部檢查及評估，並不是每一個人都適合這類自費人工水晶體，需再與眼科醫師討論適合您的手術方式及適合您的人工水晶體。

白內障手術前一般可能會事先給予口服鎮靜、止痛類藥物，眼部會點麻醉藥水，亦會視手術方式及病人配合度施打眼部麻醉針，除了打針會有痛感，手術過程只有些微異物感，大部分手術皆會在一小時內結束，但病況複雜或病人配合度有困難時，會建議採取全身麻醉方式，手術時間會長。建議醫療院所的選擇，重要是院所環境、無菌技術及醫材的專業技術，選擇技術優秀和重視品質的醫師，充分的事前評估及解說是很重要的。如本身有高血壓、糖尿病、心臟病、氣喘、攝護腺肥大等等病史，或有長期服用慢性病藥物，都要誠實告知醫師，並徵詢醫師是否需要暫時停用目前的用藥。手術當天避免化妝，如有身體不適、發燒或眼睛發生紅、痛、分泌物異常現象，要告知醫護人員，亦可擇日再手術。

手術後的照護是非常重要的，臨床上亦常有老年人或自我衛生習慣不注意的患者，又缺乏旁人提醒，發生了術後嚴重感染的憾事，甚至嚴重到視力幾乎喪失，故手術後的注意事項不可不在意。一般白內障手術不需住院，門診手術後直接返家即可，手術後當天勿洗頭避免污水進入眼睛，亦不可自行拆開手術加壓之紗布敷料，需待隔日回診時由醫師拆開檢查。經醫師手術後一天換藥後，即按時點眼藥，點藥前後

注意手部清潔，點藥時小心不要讓藥瓶戳到眼睛，可請醫師或護理師教導正確點藥方式。術後禁用手揉眼睛，並戴上眼罩保護，保持眼部周圍之清潔。暫時避免激烈造成眼壓急速上升或會碰撞的運動，如打球、跑步、游泳、跳動、仰臥起坐或搬運大型重物等。採均衡飲食即可，避免便秘用力、菸酒、辣或刺激性食物亦要避免，視力約需 3 至 6 週才會穩定，期間仍要按時點藥、注意保養、按時回診給醫師檢查。患者最要注意的事項包括如有發生持續不斷的疼痛、分泌物增加、眼睛受到撞擊或外傷、突然的視力模糊不清、眼白發紅或有血水流出等，以上異常狀況均須「立即回院檢查」，如有嚴重飛蚊症、閃電感或視野有缺損時，也需要儘速找醫師診治，勿將白內障手術視為小手術而忽略以上異常狀況，眼睛的感染及眼內細胞受損皆是不可逆，及早發現要及早處理治療，才能保持良好的視力喔！

護理部護理長 田嘉美