

年轻时近视不会老花眼？谁说的

专家提醒中老年人验光特重要 手术可把老花镜“装”进眼睛里

年轻时近视眼，老年后就不会得老花眼？没那回事，随着年龄的增长，我们都会与老花眼“相遇”，只是早晚而已。大马路边的地摊上随便买个老花镜戴戴图省事？当然不成，这样做可能让你忽略了一些眼疾释放的前期信号。散光、近视加老花，除了戴好几副眼镜，还有别的办法吗？现在手术就可以解决。

图片来自网络



北京安贞医院眼科副主任医师郭佳就为大家解答一下，人们心中对老花眼的疑惑。同时，提醒中老年朋友们，发现自己眼睛花了不要拖、不要抗拒，及时验光配镜，或者选择微创手术，才能早日找回高品质的生活质量。除此之外，要坚持注意日常用眼卫生，采取出门佩戴墨镜等保护措施。

我们迟早都要与老花眼“相遇”

知名调研机构益普索 IPSOS 去年11月发布了《40岁以上职场人群视力困难发生率调研报告》，发现92%的受访者患有老花眼。然而遗憾的是，大多数人对老花眼没有深入的了解，也不知道该如何与之相处。

北京安贞医院眼科副主任医师郭佳介绍，说老花眼是每个中老年人的“密友”也不为过。随着年龄增长，晶状体会逐渐硬化、变厚，调节晶体弹性的肌肉也会慢慢松弛，导致屈光能力下降，外界物体的成像落在视网膜之后而看不清，这就是老花眼诞生的原因。大多数人从40岁左右开始出现，但迟早都会与之“相遇”。

那么，为什么生活中不戴老花镜的中老年人还比比皆是呢？

郭佳医生解释说，这一点是因人而异的。有的人老花眼的表现非常明显，一读书看报就觉得字号太小了，用电脑、玩手机也习惯把字号调到很大很大。而另一些人就属于“幸运儿”了，他们虽然也存在视近困难的问题，但是程度比较低，所以不需要借助老花镜。

“其实所有的人都存在老花眼，只是度数不一样，所以需要验光来确定老花的度数。”郭佳介绍。有权威文献指出，年轻时更多从事近距离精细操作的工作，比如案头文字撰写、操作电

脑、书画篆刻、编织刺绣等，老花眼发生的年龄就越提前，反之则会相应延后。

中老年人定期验光特重要

经常可以看到不少中老年人围着马路边的地摊挑选老花镜，戴上试试，挑一个能看得清字的老花镜就交钱。提到验光，在大众的印象里，只有儿童或年轻人配镜时才会去验光，老年人或者老花眼人群真的不需要验光吗？

当然不成！郭佳医生特别提醒，对于中老年人来说，定期验光尤为重要。因为不仅可以发现老花眼的存在，还能第一时间发现视力的变化。而视力变化往往是白内障、眼底病变、青光眼等致盲眼疾的早期信号。若视力在短期内迅速下降，一定要及时去医院检查。“我建议45岁以上的人群一年进行眼部检查一次。”郭佳说。

年轻时近视也“难逃”老花眼

年轻时近视不要紧，年纪大了反而不会老花眼。”这句“名言”是不是给戴近视镜的你带来很大的心理安慰？不过，真实情况未必如此。郭佳坦言，这样的现象的确存在。因为，近视眼的原因是晶状体对光线的折射能力太强，同时眼球的总体长度变长，外界物体的成像落在视网膜之前。而老花眼刚好与它相反。所以，近视眼的度数可以在一定程度上“抵消”老花眼的度数。

不过，郭佳医生同时指出，因为近视的度数不可能与老花的度数永远恰好一致，老花眼的度数会随着年龄的增长不断增加，当它超过近视眼的度数时，就需要再配一个老花镜，呈现多副眼镜并用的情况。

把花镜“装”进眼里 这样的手术了解下

有一种折腾，叫“多副眼镜随身带”。这种痛苦，对于高度散光、高度近视并发老花眼的人群最熟悉不过了。难道就没有解决办法了吗？还真有“一劳永逸”的方法，就是做个手术，把老花镜“放”到眼睛里。

郭佳医生介绍，对于高度近视、高度远视，并且有散光的患者，这种手术解决了他们多副眼镜并用的窘境，可以很好地提升视力，缓解疲劳。还有一部分白内障发展较早的患者，可通过此种手术同时解决老花眼和白内障，达到完美的术后视物状态。

据了解，这种植入人工晶体的手术是微创型的，只要把原来的晶状体取出，再植入人工晶体就大功告成了。现在前沿的产品有三焦点人工晶体，近视力、中视力、远视力一体化解决，术后再也不会受到眼镜的羁绊。

郭佳医生介绍，三焦点人工晶体是目前国际上最为先进的功能性人工晶体，它2017年进入中国，适用范围很广。对于老花眼、高度近视、散光、白内障等患者，植入三焦点人工晶体后可以使患者恢复全程视力，真正回到年轻健康的视觉状态。

恢复全程视力意味着，在生活中，无论是近视力——看报纸、看手机、看标签，还是中视力——打麻将、做饭、用电脑，或者是远视力——看电影、开车、散步……都不需要眼镜的协助，裸眼就可以完成全部的视觉需求。

来源：北京青年报

眼睛也会“中风”？没错

31岁的程序员小陈前不久工作时眼前一黑，几秒后恢复正常，几天后这种情况再次发生，到医院检查发现，他的眼底视网膜分支有一个动脉堵塞，被诊断为“眼中风”。

“眼中风”是视网膜动脉阻塞的俗称。北京同仁医院眼科副主任医师王聪解释称，血管分动脉和静脉，动脉是携氧用的，静脉是代谢用的，动脉如果堵塞，组织就会出现缺血缺氧。眼睛的视网膜中央动脉和分支都属于全身最末梢的动脉，一旦堵塞，半小时之内视网膜就会因缺血缺氧导致坏死。

视网膜动脉阻塞在各年龄段都可能发生。王聪表示，老年人主要是动脉硬化尤其是颈动脉中央硬化、风湿性心内膜炎、细菌性心内膜炎等心血管疾病导致血管硬化、血管痉挛、血栓形成等原因引发；青年人发病一般与感染、外伤、心脏病、高血压、高血脂、血液病、眼部等一些基础病相关。

王聪提醒，眼睛有时会出现一过性的看不见，休息一会儿好转的情况，这种情况需要警惕。“如果之后发生的频率增加、持续时间也延长，如一开始可能持续5秒、10秒，可能之后就会增加到20秒30秒甚至1分钟，意味着血栓已积累到一定程度。”尤其是有高危因素的人群需要做相关检查。如病人有细菌性心内膜炎要检查心脏里边有没有赘生物造成血液里面血小板聚集或者是胆固醇栓子聚集；高脂血症要查颈动脉超声看动脉内壁有没有血栓……

如果此前有过多次小发作后又突然看不见，高度怀疑是视网膜动脉阻塞的患者可以按摩眼球来进行急救，从上方的眼眶框缘隔着眼皮对眼球施压，持续按住五秒再松开，反复多次。“一定要使点劲，通过这种按摩能够增加眼内压，同时扩张血管，从而增加视网膜的血流量。”王聪强调。来源：新京报