

—
基本信息

黄斑 变性



什么是黄斑变性？

黄斑变性（也被称为老年性黄斑变性或 AMD）是视网膜（眼睛后部的光敏组织）退化性疾病的统称。

该疾病会影响视网膜的特殊部位——黄斑，由于这部分负责中央视觉和精细视觉，患者患病后会失去识人、阅读、驾驶和看清细节的能力。

黄斑变性可分为湿性和干性。患者多为患干性黄斑变性。

由于患病后无疼痛感，且周边视力不受影响，所以其不易被察觉，很多人在疾病晚期才意识到自己患了黄斑变性，及早检查和治疗是将损害降至最小的最佳途径。

在澳大利亚，黄斑变性是导致失明和视力严重丧失的主要原因。¹



黄斑变性的症状有哪些？

- 视力模糊
- 视野中有黑影或视野缺失
- 视物变形
- 视直线呈波浪状
- 颜色辨别困难
- 难以适应黑暗环境（从较亮环境进入时）
- 数字和字母颠倒

如果您有任何上述症状，请立即就医检查。

黄斑变性易发人群有哪些？

任何人都有可能得黄斑变性，但某些人群患病风险更高。风险因素包括：

- 年龄 50 岁以上
- 有家族病史
- 吸烟。

如何筛查黄斑变性？

常规眼科检查

每个人（特别是 50 岁以上的人）都应定期接受验光检查，确定是否患有那些早期不会造成任何视力变化的疾病，例如黄斑变性。如果出现不正常迹象或属于高危人群，验光师会建议您做进一步视网膜检查，并可能将您转至视网膜专家处。

家庭筛查

您可以使用阿姆斯勒方格表（由一系列水平和垂直线条以及中间的一个点组成—具体请参阅第 11 页）或通过单眼查看直线边（例如，门或窗）在家里做一些简单的黄斑变性筛查。如果线条或直线边为波浪状或部分缺失，则立即就医检查。





如何诊断黄斑变性？

荧光素眼底血管造影术

该检查（有时也被称为视网膜造影或眼底血管造影）使用荧光染料显示视网膜供血血管的任何阻塞或渗漏。染料通常被注射到患者的手臂静脉，并通过血液系统循环至视网膜血管，之后眼科医生会使用专用的相机拍照。

需注意的是，检查期间患者需使用滴眼液扩张瞳孔，因此检查后大约 4-6 小时内患者会出现视力模糊现象。

光学相干断层扫描（OCT）

光学相干断层扫描（OCT）是一种非侵入性检查，该检查可捕获视网膜的详细图像，可帮助眼科医生识别液体集聚和血管渗漏引起的视网膜变薄、增厚或肿胀区。该项检查需扩张患者瞳孔，检查时间不超过 10 分钟。OCT 扫描仪作为一种光学扫描仪器，扫描过程中不会直接接触到患者眼睛。

保护视力的最佳方法是定期进行眼科检查。

如何治疗湿性黄斑变性？

尽管有的治疗方法可以减缓或阻止疾病进一步发展，且许多患者能维持（甚至改善）视力，但是湿性黄斑变性并无治愈之法。可组合使用的治疗方法包括：

- **眼部（玻璃体内）注射**是目前主流的治疗湿性黄斑变性的方法，可用于阻止异常血管渗漏，干涸异常黄斑液(水肿)。95% 的患者可通过持续注射和定期监测，预防视力继续下降。² 接受治疗后，患者视力改善可达 40%。³ 大多数接受眼部注射的患者将需要定期、终身的治疗来维持视力。
- **光动力疗法（PDT）**可在有些情况下用于少数患有特定类型老年性黄斑变性的患者。在这种疗法中，特殊染料光敏剂会被注射到患者手臂静脉中，并通过血液系统循环到眼睛后面的视网膜血管中，然后使用冷激光激活染料，由此产生的光化学效应会收缩并封闭异常血管。大多数人需要每隔 3-4 个月接受一次治疗。



病变视网膜的眼后照片—湿性黄斑变性。



如何治疗干性黄斑变性？

目前，尚无经批准用于治疗干性黄斑变性的方法。

有关该病的治疗进展和潜在疗法研究还在进行中，Vision Eye Institute 的视网膜专家也参与了部分研究工作。



视网膜专家诊断和治疗视网膜和黄斑疾病，包括黄斑变性。

如何预防黄斑变性？

戒烟

吸烟者发生黄斑变性的可能性是常人的三倍（除了众多其他严重的、与健康有关的问题之外），所以应该戒烟。⁴

多吃鱼、绿色和金色蔬菜

研究表明，吃富含类胡萝卜素的食物益处良多。⁵ 这包括深绿色叶菜（例如，菠菜和羽衣甘蓝）和有色蔬菜（特别是金色蔬菜，例如玉米、黄色辣椒、甘薯）。富含维生素C、 ω -3脂肪酸（例如，鲑鱼等油性鱼类）和锌的食物也有益于眼睛健康。



常见问答

黄斑变性是否常见？

50 岁以上澳大利亚人口中有七分之一患有黄斑变性，¹ 此病比您想象中的要普遍得多。

什么样的人患病风险更高？

虽然任何人都可能患上黄斑变性，但现有研究数据表明，如果您吸烟或有黄斑变性家族史，则有更高的患病风险。

定期做眼科检查非常重要，特别是高危人群。

如何判断是否患有黄斑变性？

50 岁以后定期做眼科检查非常重要。如果您阅读、辨别脸部有困难，或中央视野中有黑色或空白的斑块，请立即就医检查。

通过简单的家庭自检，可以帮助您判断是否需要进一步复查。

为什么配戴处方眼镜没有用？

虽然处方眼镜可弯曲光线并将其聚焦在视网膜上，但是无法纠正视网膜本身的任何损伤。

黄斑变性是否会影影响儿童？

影响年轻人的黄斑变性类型非常罕见，通常由特定的基因缺陷引起。最常见的类型是斯特格氏病，这种疾病可能从 10 岁就开始发病（尽管其可能到 20 或 30 岁才会出现视力下降）。

了解与眼病有关的家族史非常重要。

湿性和干性黄斑变性有什么区别？

重度黄斑变性可分为两种：

- 湿性黄斑变性（也称为新生血管性或渗出性黄斑变性）影响约 10% 的重度黄斑变性患者。该病导致异常血管在黄斑下生长，可能会渗出液体或出血，导致黄斑肿胀和结疤。与干性黄斑变性相比，湿性黄斑变性患者会突然出现明显视力下降，而且往往比干性黄斑病的发生速度要快得多。
- 干性黄斑变性（也称为萎缩性黄斑变性）是最常见的类型。该病可导致黄斑组织变薄（萎缩）并最终停止正常运作。患者会在不知不觉中逐渐视力下降。

参考文献

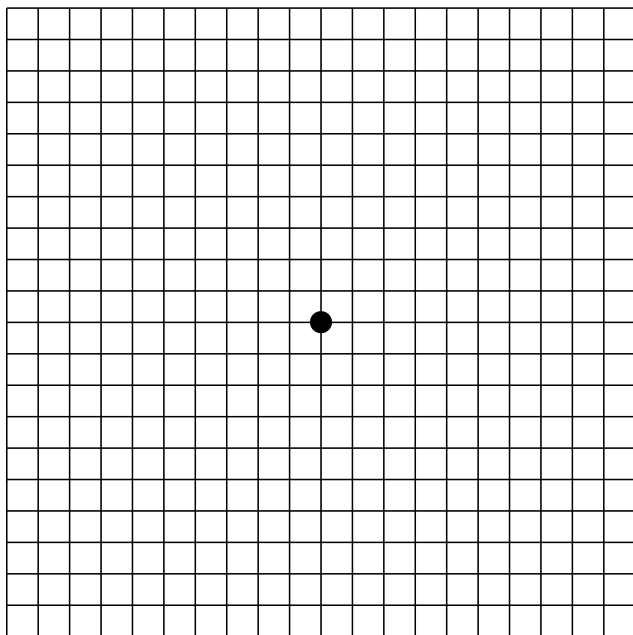
1. Macular Disease Foundation Australia www.mdffoundation.com.au/content/what-is-macular-degeneration (2018年5月15日访问)
2. Baurnal CR. Wet age-related macular degeneration: treatment advances to reduce the injection burden. *Am J Manag Care.* 2020;26(5 Suppl):S103-S111.
3. Haddrill M. Macular degeneration treatment, FDA approved. Irving, TX: All About Vision; [date unknown]. Available from: <https://www.allaboutvision.com/conditions/amd-treatments.htm> [2022年10月4日访问]
4. Macular Disease Foundation Australia. Risk factors. Sydney (NSW): Macular Disease Foundation Australia; [date unknown]. Available from: <https://www.mdffoundation.com.au/content/risk-factors-macular-degeneration> [2022年10月4日访问]
5. Wu J, Cho E, Willett WC et al. Intakes of lutein, zeaxanthin, and other carotenoids and age-related macular degeneration during 2 decades of prospective follow-up. *JAMA Ophthalmol.* 2015;133(12): 1415-1424.



10 秒测试拯救您的视力

阿姆斯勒方格表用于黄斑变性早期检查。

1. 如果您平时习惯戴眼镜阅读，请戴上眼镜
2. 将页面保持在正常阅读距离后注视网格
3. 遮住一只眼睛后注视中心的圆点
4. 不要将目光从圆点上移开，看网格中的任何线条是否呈波浪形，缺失或模糊。如有以上情况，请立即到您常去的眼科护理处就医
5. 换另外一只眼睛重复上述动作。



全面眼科护理

Vision Eye Institute 是澳大利亚最大的私立眼科服务提供商，我们拥有眼科领域/疾病方面极具威望的全科医生和专科医生团队。

激光眼科手术



白内障和晶状体手术



青光眼



糖尿病眼病



黄斑变性



视网膜疾病



圆锥形角膜



干眼症



翼状胬肉



角膜移植



角膜疾病



神经性视力问题



眼部修复手术



儿童眼睛健康



综合眼睛健康



我们的视网膜疾病诊所

如需了解更多信息或 Vision Eye Institute 黄斑变性诊所，请访问网站：

visioneyeinstitute.com.au/services/macular-degeneration

这些信息适用于一般情况。所有医疗和外科手术均存在潜在并发症风险。进行医疗或外科手术前，请咨询医生。



visioneyeinstitute.com.au



Transforming lives. That's our vision.