

# 白内障术后恢复需要多久？

——访大同飞视眼科医院副主任医师连志宏

本报记者 王芳

随着大众眼健康意识的增强,越来越多的白内障患者选择手术治疗,术前术后如何护理也成为了患者及家属尤为关心的问题。大同飞视眼科医院每个星期日邀请从事屈光手术、白内障手术等临床工作近30年的北京知名专家丁振强主任在该院开展白内障手术,许多白内障患者前来咨询相关白内障手术的问题。为什么会发生白内障?白内障术后会有哪些常见情况?记者日前就这些问题采访了大同飞视眼科医院副主任医师连志宏。

**白内障手术后第一天眼睛还是看不清,检查发现有角膜水肿怎么办?**

连志宏说,目前,白内障主要采用的是超声乳化手术,手术时需要在角膜(黑眼球外面的那层透明膜就是角膜)上开一个约2~3毫米的口子,然后用超声乳化技术把晶状体变成“乳状”,之后再吸出来,这个过程会产生热量。切口、超声乳化时水流的冲击、产生的热量都会刺激角膜,导致角膜水肿。

患者不用太担心,手术后医生会开一些眼药水来缓解角膜水肿,大部分患者几天之内就会明显好转,视力也会一天比一天好。等到角膜水肿完全消退,看东西自然就清楚了。

**白内障手术后,眼睛流泪,发红、甚至有灼烧感这正常吗?**

手术后24—48小时内,眼睛出现流泪、发红、异物感甚至有灼烧感的现象,是手术后的正常反应,通常48小时后这些症状就会明显减轻。同时再按照医生的要求滴一些眼药水,这些症状逐渐就缓解了。

**白内障手术后,觉得光线刺眼是怎么回事?**

相信大家都有这样的体验:如果长时间在黑屋子里待着,突然拉开窗帘,阳光照进来就会觉得特别刺眼。白内障患者手术之前,由于晶状体出现混浊,挡住了一部分光线进入眼睛,就像房间拉上了窗帘一样。手术换上透明的人工晶体后,进入眼睛里面的光线突然就变多了,就像突然把窗帘拉开了一样,患者就会出现光线刺眼、怕光的感觉。

通常过几天,眼睛适应了明亮的光线,就不会怕强光了。如果觉得眼睛特别不舒服,也可以戴合适的墨镜来缓解畏光的症状。

**白内障手术后,总感觉眼睛很干涩怎么回事?**

老年白内障患者容易合并干眼症,做了白内障手术后,由于手术和眼药水的刺激,眼睛干涩的现象会更加明显。而且,这种现象会持续很久,大部分患者要等到角膜上的伤口愈合、停掉了消炎的眼药水,干涩的感觉才会逐步减轻。

这段时间可以保证充足的睡眠,适当热敷眼睛,来缓解眼睛干涩的感觉。如果伤口愈合了、消炎眼药水也停掉了,患者仍然觉得眼睛干涩,可以用一些人工泪液。

**白内障手术后,一般多久视力能够恢复到最佳状态?**

白内障手术一般需要三个月左右,视力才会恢复到最佳状态。如果手术后需要配镜,也建议在手术后三个月配。

**白内障手术后看远处清楚了,但是看近处模糊,这是怎么回事?**

连志宏说,白内障手术更换的人工晶

体分为好几种:单焦点晶体、三焦点晶体和多焦点晶体等等。由于适合放置三焦点或多焦点等特殊人工晶体的患者需要满足一些条件,现在大多数的患者还是采用单焦点人工晶体。

单焦点晶体的特点是在一定的距离范围内看东西清晰,小于或大于这个距离范围时,只有戴上眼镜才能看清楚。

**手术后还是看不清,检查后医生说是有眼底病变,为什么手术前没有检查出来?有眼底病变应该怎么办?**

白内障手术前通常都要做一系列检查,包括检眼镜、B超、OCT等,如果白内障不严重是能够查出来眼底是否有病变的。但如果白内障比较严重,就像患者这时看不清外面的世界一样,眼科医生通过检眼镜也看不到患者的眼底了,有些眼底病变就很难检查出来,只有等到做了白内障手术,换上了透明的人工晶体后,才能被查出来。

如果手术后发现了眼底病变,可根据病情继续治疗,提高视力。比如黄斑水肿或变性,可通过往眼内注射药物的方法治疗。但如果发现是黄斑萎缩或者视神经萎缩等,目前就没有太有效的治疗手段了。

**白内障手术后,眼睛不红不肿,开始视力很好,但一天不如一天是怎么回事?**

有的患者做完手术以后第一天看得特别清楚,视力0.8,但第二天却变成了0.6,过了一周变成了0.4,出现这种情况,要先检查眼睛有没有发炎或者其它问题,试试眼镜是否可以帮助改善视力。如果没有发炎或其它问题,就不用太担忧,因为人工晶体刚装上,在眼睛里会有非常小幅度地移位,加之角膜伤口愈合时弧度在

不断变化,使得视力不稳定,术后三个月左右,视力就能稳定在最佳状态了。

连志宏说,白内障患者手术后,要按照医嘱用药,进行后续的治疗,不要剧烈运动,眼部至少一个星期不要沾水。在饮食方面,吃一些清淡、容易消化的食物就可以了。



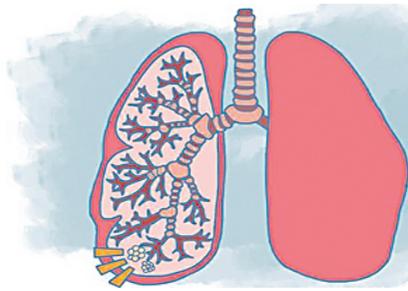
## 温馨提示

尽管白内障唯一的治疗方式就是手术,但补充叶黄素往往能够延缓和改善白内障病情的发展。

科学研究发现,较低的黄斑色素密度与中老年人较高的晶状体视觉密度紧密关联,而较高的晶状体视觉密度被认为是白内障发病的明显特征。同样研究发现,通过服用叶黄素,可有效减少老年黄斑变性的发病风险,这种机理跟叶黄素具有的抗氧化性是分不开的。经常服用叶黄素可以提高眼部的抗氧化能力,延缓眼部衰老,对于预防改善白内障等眼部疾病有着很好的作用。由于叶黄素人体无法自我合成,而正常饮食情况下,营养供应并不充分,需要通过额外摄入来补充,因此建议白内障等眼疾患者注意服用叶黄素保护眼健康。

目前飞视眼镜甄选引进的叶黄素新品——“优诺视叶黄素”在各连锁店均有销售。

## 肺部结节 不可一切了之



前不久,刘文生在体检时,做了胸部CT检查,报告说他的右肺下叶有个4毫米的结节。这令患者紧张不已,以为自己得了癌症,忙着跟家人商量去医院做切除手术。后来,通过咨询专业医师,才了解到肺部结节,并不是简单的“一切了之”,而是要分情况采取不同措施。

原来,医生通过询问得知,患者并没有肿瘤家族史、吸烟史等危险因素,结合他肺部结节呈现的性质、形状,初步判断恶性概率比较低,所以建议他6个月到

一年做一次随访。

专家介绍,通常一次胸部CT检查,并不能完全确定这个结节是良性还是恶性的,多数建议对肺结节进行随访,并根据患者肺结节的检查结果,来制定下一次的随访周期。临床上,肺结节,尤其是一些小的、实性的结节,90%以上都是良性的。如怀疑或确定恶性概率比较大的结节,或临床诊断比较困难且无法排除恶性,同时无手术切除禁忌症时,医生才会建议手术切除。

(孙晓娟)



## 孩子换牙期 需要注意哪些事情

换牙是每个孩子都会经历的事情,新长出的恒牙几乎要伴随孩子一生,所以,家长们应该了解、关注孩子在换牙期间需要注意的事情,帮助孩子正确护理牙齿,让孩子拥有一口好牙,终生受益。

换牙期一般从6岁到13岁之间,乳牙逐个脱落替换为恒牙。换牙是一个复杂的生理过程,此时孩子的口腔预防保健直接关系到牙齿健康。

所以在换牙期间,家长要时常关注孩子的牙齿情况,定期带孩子到口腔机构检查,以便早发现、早治疗。家长每天督促孩子早晚刷牙、饭后漱口,防止龋齿和其他口腔炎症的发生。在饮食方面,儿童换牙期间要多吃含纤维高、有一定硬度的食物,比如水果、胡萝卜、豆类、玉米等,以保持对乳牙良好的刺激作用,促使乳牙按时脱落,避免出现双层牙的情况。

对于孩子的一些不良习惯要及时纠正,比如吐舌咬舌、咬手指头或铅笔、用舌头舔牙齿等,这些坏习惯都会影响儿童颌骨与咬合的发育,导致脸型异常及各种错合畸形。家长还需要观察孩子在晚上睡觉时,是否会出现张口呼吸的情况。如果出现以上情况,需及时带孩子到口腔机构就诊,及时进行早期干预,使孩子的乳牙顺利替换为恒牙。

总之,换牙期是孩子牙齿健康的关键时期,家长一定要密切观察孩子的乳牙和恒牙的生长情况,做好以上几点,才能让孩子拥有健康的牙齿。

## 书荣齿科

国家资助 窝沟封闭 涂氟指定医疗机构



大同好粮  
DATONG HAOLIANG

火山孕育魂魄

高寒铸就粮心