



認識黃斑部病變

黃斑部病變是常見的眼部疾病之一，也是老年人頭號視力殺手。黃斑部位在視網膜中間，決定影像成形的形狀、顏色、亮度。黃斑部病變會影響視覺、嚴重時可能導致失明。

一、成因：

會導致黃斑部病變的相關疾病很多，老年性黃斑部變性、高度近視、糖尿病等，都是其中因素，又以老年性黃斑部變性為臨床上最為常見。

二、種類：

(一)老年性黃斑部病變（Age Related Macular Degeneration,簡稱 ARMD）：

約占此病症的 70%，因年紀老化，導致黃斑部結構慢慢衰敗，成為 65 歲以上老年人失明的主因。按照是否有產生脈絡膜新生血管，老年性黃斑部變性可區分為乾性和濕性兩種。但黃斑部病變則可能無法治好。因此，老年性黃斑部病變也就成為目前眼科醫學界積極研發治療對策的老年性眼疾。

1. 乾性老年性黃斑部病變：

黃斑部因變性而產生萎縮但並未形成脈絡膜新生血管，屬於較為常見的一種，此類病變進程緩慢，通常初期對視力影響較小，暫時不需治療，但患者必須定期接受檢查，以免惡化成為濕性老年性黃斑部病變，少部分患者到後期會影響視力，病情可能會快速惡化。

2. 濕性老年性黃斑部病變：

則是脈絡膜形成新生血管，因而發生黃斑部水腫、出血等現象，導致看東西時，景物呈現扭曲變形，視覺中心產生小暗點，進而發展成為大暗點，中心視力喪失，視力嚴重衰退，但通常週邊視力可以獲得保存。

(二)滲出型黃斑退化：

這是因為異常的血管血液漏出黃斑所在的區域、形成黃斑部水腫或出血，造成視覺快速的消失。可能和動脈阻塞、高血壓、糖尿病等有關。

(三)遺傳性黃斑部退化

中心診所醫療財團法人中心綜合醫院



106 台北市大安區忠孝東路 4 段 77 號

(02)2751-0221 <http://www.clinic.org.tw>

三、黃斑部病變常見症狀

- (一)視野中心模糊：視野中心灰灰暗暗的，與人說話時可能看不清楚對方的臉。
- (二)看到的東西扭曲變形：原本應該筆直的物體，呈現扭曲、不自然的形狀。
- (三)色覺異常：部分患者對於顏色的感受產生異常。

四、黃斑部病變好發族群

- (一)超過 600 度的近視患者。
- (二)高血壓、高血脂、高血糖。
- (三)50歲以上的中老年人族群。
- (四)體質遺傳。
- (五)抽煙者。
- (六)長時間強光照射。

五、預防方法

- (一)如果你是五十歲以上，且有上述危險因子的民眾，就需要定期接受眼睛檢查。
- (二)多吃綠色蔬果及魚類，補充葉黃素與 omega-3。
- (三)外出時做好眼睛防曬，建議配戴太陽眼鏡或帽子遮陽，保護眼睛。
- (四)不抽菸、預防高血壓、高血脂、高血糖。
- (五)避免用眼過度。
- (六)早期發現、早期治療，才可避免視力喪失。

六、簡單的自我檢查方法，是自己交互遮蓋眼睛，比較兩眼的視力，有無不同；或是輪流比較兩眼，注意前方牆壁或掛圖的直線條，有無扭曲變形。

七. 參考資料：

李惠玲(2022)．眼睛與耳朵疾病之護理．劉雪娥總校閱. 成人內外科護理下冊(237-238 頁)．台北:華杏