



# 白內障及早醫 勿等熟累惡化



眼科專科醫生湯文傑

智能手機徹底改變都市人的生活習慣，醒來第一件事就是查看手機，睡前也要先瀏覽或更新社交平台方能安寢，加上在疫情下人人都宅家工作或學習，看屏幕的時間就更加長，但可否想過這生活習慣對雙眼影響究竟有多深？其中白內障便出現年輕化的趨勢，傳統認為白內障要「熟」才可以做手術，但事實剛好相反，過熟的白內障只會令病情惡化，令患者錯過最佳的治療時機。隨着先進的診斷方法、多功能人工晶體的選擇和激光白內障手術的出現，現時白內障手術已趨向「個人化」。

白內障成因是因為晶體老化影響光線透入眼球，隨着晶體老化加劇，視力日漸模糊，最終更可致失明。所以要施手術移除老化的晶體，以清澈的人工晶體取而代之，才有可能恢復透明，重獲視力。眼科專科醫生湯文傑表示：「眼睛就像指紋，每個人的兩隻眼睛都不一樣，當患上白內障，每隻眼睛的情況也不會完全相同，所以也沒有一種人工晶體適合所有患者，所以白內障手術必須個人化。」簡單來說，醫生會根據患者的需要和光學像差曲線，分別制訂適當人工晶體。考慮的因素包括患者的年齡、生活方式、對視力的期望、屈光手術後狀態、角膜地形圖、斷層掃描、像差、眼球表面健康、瞳孔大小和黃斑健康等。

### 效果取決術前評估和測量

「現時的新技術，可以準確地評估以上因素，從而使醫生可以針對病人眼睛情況制訂白內障手術，以期手術後獲得最佳視覺。此外，醫生也會評估病人對視力的需求，如嗜好、是否選擇佩戴老花眼鏡、近距離工作量、是否需要夜間駕駛等，決定白內障手術細節。」湯文傑解釋說。

湯文傑強調，白內障手術後的最佳視力，

取決於術前準確的評估和測量，手術技術以及對植入人工晶體的仔細選擇。而患者的整體眼睛健康（乾眼、角膜散光或黃斑區健康等），對視覺的需求和生活方式等，在決定哪種人工晶體能為患者帶來最佳效果方面，亦起着重要的作用。

人工晶體一般分為單焦、多焦及全方位廣視三種，使用哪一種主要視乎患者的生活習慣及需要，各有優點。而最近推出的新一代連視人工晶體，提供從遠距離到33厘米閱讀距離的廣泛連續視野，使患者即使在弱光條件下，也能從遠至近體驗連續的高對比度視力，使白內障患者對眼鏡的依賴性大大降低。其紫外光線過濾技術，亦有助於降低夜間駕駛時的眩光與光量強度。

目前，手術是唯一有效治療白內障的方法。而最新的飛秒激光輔助白內障手術（FLACS），為醫生提供了一種精準度高，取代傳統白內障手術中可預測性低、技術要求高的步驟。

湯文傑解釋：「一般白內障手術在局部麻醉下進行，醫生在手術室內使用顯微鏡，利用超聲波乳化技術，將原本混濁的晶狀體取出，再植入適合的人工晶體。然而，FLACS連接到光學成像系統引導激光執行角膜切口，前囊切開和晶狀體破碎步驟，改變了與傳統技術相關的要求，為患者帶來了新的選擇。」



連視人工晶體減依賴眼鏡

## 常見白內障誤區

**誤區1：只有長者才會患白內障？**  
白內障會影響任何人——從嬰兒到90多歲的人。

**誤區2：80歲已沒有必要做白內障手術？**

不論任何年齡，若生活上有需要，並且身體情況許可，都可考慮接受白內障手術。

**誤區3：白內障手術只能在完全成熟的白內障上進行？**

白內障到了晚期完全成熟，晶狀體會膨脹甚至溶解，繼而引發青光眼，可導致不可逆轉的失明。

**誤區4：白內障手術會很痛？**

白內障手術大多會採用眼部麻醉，痛楚很小，大部分長者都能接受。

**誤區5：人工晶體壽命很短？**

現時人工晶體的物料，物理及化學性質非常穩定，患者可以終身使用。



根據患者情況制訂適當人工晶體。



機不離手的習慣，或導致白內障年輕化的趨勢。

## 中藥新知

# 大麻種子火麻仁 質潤多脂能通便

世界長壽之鄉巴馬，位於廣西瑤族自治縣，出產一種著名特產名叫火麻仁，當地人使用在日常膳食當中，《巴馬縣誌》記載的一種吃法——火麻湯，是將火麻仁磨或舂碎，人工過濾，與各類蔬菜一起混煮，菜味清香，油而不膩。

火麻仁，又稱大麻仁、麻仁、麻子仁，是桑科植物大麻 Cannabis sativa L.的乾燥成熟果實或除去果皮的種仁。說到這裏相信大家或會聯想到毒品。那麼，火麻仁是否毒

品呢？長期服用又會否上癮呢？

其實，藥用的火麻仁是來源於已馴化的大麻品種——漢麻，又稱工業大麻，普遍用於紡織、化工、建築等行業，跟其他娛樂用大麻品種不同，漢麻中四氫大麻酚導致人興奮迷幻的成分含量極低，基本不會產生任何興奮作用。由於多數國家都對大麻相關植物和產品列入毒品類別規管，其種子（即火麻仁）必須經過煙熏或烘焙等滅活工序，才可獲法例豁免使用，否則能夠發芽的火麻仁，

將會被視作毒品論處。

火麻仁味甘，性平，有小毒，歸脾、胃、大腸經。火麻仁質潤多脂，能潤燥通便，又兼滋養補虛，老人、產婦等便秘腹瀉交替或同時發生，可單用去殼的種仁煮粥服用，也可配伍麥冬，以養陰生津而潤燥通便等。然而，過量使用火麻仁可會出現滑瀉之弊，市民在使用前應先諮詢中醫師或中藥藥劑師的意見，以確保用藥安全。

葉潼琳、陳可恩、陳芮琳  
香港中藥藥劑師協會學生會員  
香港高等教育科技學院  
中藥藥劑學(榮譽)學士課程學生

