

# 带您认识老花眼



扫码阅读

■ 郭立云 刘梅



郭立云



刘梅

**专家简介：**郭立云，医学博士，主任医师，眼科三级医生，硕士研究生导师，云南大学附属医院（云南省眼科医院）眼科——斜视与小儿眼科专业组长，中国医师协会眼科医师分会儿童眼健康专业委员会（学组）委员，云南省眼科学分会儿童眼保健学会副组长。

刘梅，云南大学附属医院眼科主治医师。

老花眼是老视的通俗叫法，是一种生理现象，不是病理状态。老视是由于年龄增长，眼睛的调节功能减弱所致。通常表现为看近物模糊，远视力如常，是发生在中老年人中一种常见的视觉问题。

## ◆ 老视发生发展的原因是什么

老视的实质是眼睛的调节功能减退。在看近物时，通过睫状肌的收缩、晶状体的变凸和塑形，眼球的屈光度增加，从而使近物目标清晰成像于视网膜上。晶状体相当于照相机的镜头，它的变焦能力随着年龄增长，眼球晶状体逐渐硬化、增厚，弹性变弱，睫状肌的调节能力也逐渐下降，导致变焦能力减退。因此，当出现老视时，由于影像投射在视网膜时无法完全聚焦，导致看近物变得模糊不清。故老视的发生发展与年龄直接相关，常见于40岁以上的中老年人。老视发生的早晚及严重程度还与眼睛的屈光状态、用眼习惯、身高及臂长、身体素质、药物使用、生活环境等因素有关。

## ◆ 老视的典型症状有哪些

1. 看近处困难。用以前习惯的阅读距离看书、手机时，出现看不清楚的情况，头后仰或把书籍、报纸或手机拿远点才能看清楚，且阅读距离随年龄增加而增加。
2. 阅读时需要更明亮的光线。需充足的光线才能看清楚。光线增强后，会使瞳孔缩小，减少像差，增加景深，有助于阅读。
3. 不能持久且舒适地看近物。因为眼睛的调节功能减退，在双眼调节能力极限状态下，不能持久视物。看字时容易串行、字迹成双，甚至出现眼部酸胀、流泪、干涩以及头痛等视疲劳症状。

## ◆ 如何确诊老视

**患者自测：**当中老年人视力下降到影响阅读和日常工作生活时，特别是读书、看报、看手机时，看不清小字、经常不自觉增加阅读距离、对光线照明要求变高，或用眼时间稍长就会出现眼酸、胀痛、干涩甚至头痛、头晕、恶心等症状，极有可能与老花眼有关，建议到眼科就诊。