

专业检查：眼科医生会根据患者年龄、既往病史、临床表现、验光检查，进行眼部前段及眼底检查，排查眼部是否存在其他引起视力下降的眼疾（如白内障），最后再确诊。

老花眼虽然是正常的生理改变，但会随着年龄的增长日渐严重，如果不及干预，将严重影响生活质量。

### ◆ 治疗老视有哪些方法



#### 1. 框架眼镜矫正

验光配镜是可靠、有效的方法，也是最经典的矫正老视的方法。佩戴眼镜是利用凸透镜补偿晶状体调节力的不足，从而达到矫正老视的目的。根据镜片设计不同，分为单焦镜、双焦镜和渐变多焦镜。

单焦镜凸透镜优点是价格相对便宜、容易验配，是目前应用较广的老花镜。缺点是只用于视近时使用，即适用没有屈光不正，同时视远、视近的切换频率低的老视患者。

双焦镜是将两个不同屈光度整合在同一镜片上，这样能解决合并屈光不正的患者同时看远近的问题，不用频繁切换远近用镜，极大方便了患者日常工作生活的用眼需求。但由于镜片被分为两个屈光区域，存在不同的屈光度，故会存在“像跳”“像位移”现象。

近年来，为实现对远、中、近物都有一

个清晰且连续性的视觉效果，渐变多焦镜应运而生。渐变多焦镜的设计原理在于镜片的多焦点设计，主要有视远区、过渡区、视近区、周边像差区四部分。它的优点是所有距离均可提供清晰的视觉感受，且没有明显的分界线，因此外形也比较美观。由于渐变多焦镜片存在一定的像差，且需要患者练习从远光区、过渡区到近光区来视物，一些中度以上的远视、有较高散光、屈光参差明显的患者可能不适应这种镜片，同时它的验配及加工难度比单焦和双焦镜大，价格较高。

#### 2. 角膜接触镜

佩戴角膜接触镜也可改善老视症状，但由于老年人的角膜敏感度降低，会有损害角膜和加重干眼症状的风险，加之配镜复杂，佩戴和日常维护过程较为繁琐，且费用较高，目前在老视人群中使用不普遍。

#### 3. 手术治疗

目前，老视治疗手术主要分为两类：一类是为了矫正老视为目的而开展的手术，如角膜激光手术；一类是在进行老年性白内障手术或透明晶状体取出时，联合植入具有矫正老视功能的多焦点人工晶状体，使患者术后在恢复远视力的同时获得一定的近视力。值得注意的是，所有针对老视的手术都不能从根本上解决调节功能的问题，老视患者应该正确认识手术矫正老视的局限性和有效性，术后可能会存在屈光度数欠矫、过矫、回退、眩光等风险。

日常生活中，应规律作息，保证充足睡眠，锻炼身体，健康饮食，避免长时间用眼，减少近距离使用电子屏幕时间，多远眺，可用毛巾热敷双眼及做眼保健操来缓解视疲劳，养成良好的用眼习惯。建议每年定期检查视力，配镜后也需要定期检查。📖