

中文出處：

[https://minglingsai.blogspot.com/search/label/%E6%96%B0%E8%81%9E%E5%8D%](https://minglingsai.blogspot.com/search/label/%E6%96%B0%E8%81%9E%E5%8D%80)

80 蔡明霖醫師部落格內容，已徵求醫師同意

黃斑部病變

1.黃斑部病變為何會影響視力?

黃斑部是視網膜的正中間，黃斑部病變就代表視網膜的正中間發生病變。

病人的中心視力就會扭曲變形受到影響

就好像戴眼鏡的人，眼鏡的周邊起霧，視力不太受影響；但眼鏡的中間起霧，眼睛視力馬上就看不清楚。

2.如何發現自己有黃斑部病變?

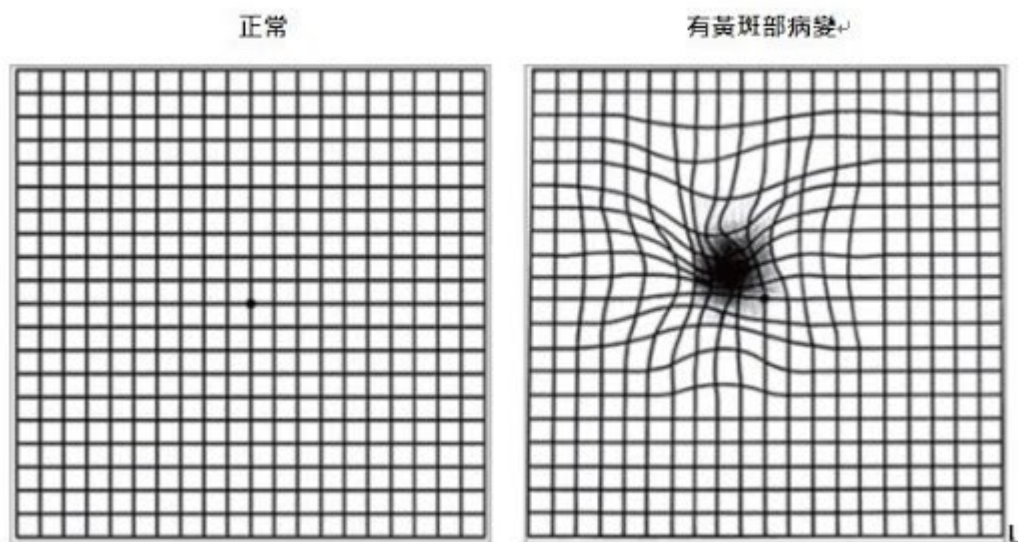
黃斑部位於網膜正中心是視覺最敏銳的地方

若黃斑部病變產生可能會影響的你正常的視力，測試的方法可使用 Amsler 方格測試的方法非常簡單！。

步驟

(1). 遮住右眼，用左眼注視表格中心的黑點，表格內的線若有彎曲變形則表示你有黃斑部病變了(如果您有老花眼,請戴上閱讀用眼鏡)

(2). 遮住左眼，用右眼注視表格中心的黑點，看表格內的線是否有彎曲變形。



3.黃斑部水腫如何治療

目前可用抗新生血管製劑來控制。

由於抗新生血管製劑價格昂貴，一針大概三萬多，不僅花費高，而且還要用針直接打到眼睛裡面去，具有相當的危險性。一般兩年大概要打到 15 針，對病患是相當高的花費。

4, 黃斑部病變如何預防?

壓力大，用眼過度、過度曝曬光線、高度近視甚至抽菸習慣都是潛在引起黃斑部病變的危險因子。外出應做好眼睛防曬，避免強光照射外；飲食中也可多攝取葉黃素、維生素 C 等，以預防視力惡化。

English Version (英文)

1. Why Does Macular Disease Affect Vision?

The macula is located at the very center of the retina, so any disease affecting the macula means that the central part of the retina is involved. As a result, the patient's central vision becomes distorted and deformed.

It's similar to wearing glasses: if only the periphery of the lens becomes foggy, the vision isn't significantly affected; however, if the center of the lens fogs up, vision becomes immediately unclear.

2. How Can You Detect Macular Disease?

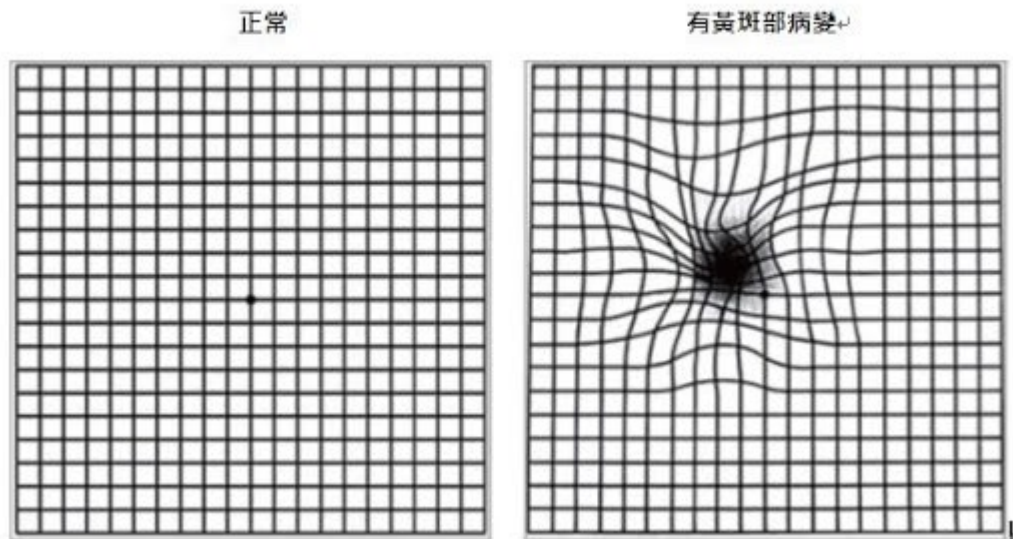
The macula, positioned at the exact center of the retina, is the most sensitive area for vision. If macular disease develops, it may affect your normal vision. A simple test for this is the Amsler grid.

Testing Steps:

Cover your right eye and, using your left eye, focus on the black dot in the center of the grid. If the lines in the grid appear curved or distorted, it indicates that you may have macular disease (if you have presbyopia, please wear your reading glasses).

Cover your left eye and, using your right eye, focus on the black dot in the center.

Check whether the lines in the grid appear curved or distorted.



3. How Is Macular Edema Treated?

Currently, anti-vascular endothelial growth factor (anti-VEGF) agents can be used to control macular edema. However, these treatments are expensive—each injection costs over 30,000, and since the medication is injected directly into the eye, there is considerable risk. Typically, a patient may require about 15 injections over two years, which is a significant expense.

4. How Can Macular Disease Be Prevented?

High stress, overuse of the eyes, excessive exposure to bright light, high myopia, and even smoking are potential risk factors for macular disease. When going outdoors, protect your eyes from sunlight and avoid strong light exposure. Additionally, consuming nutrients such as lutein and vitamin C can help prevent further deterioration of vision.

Indonesian Version (印尼文)

1. Mengapa Penyakit Makula Mempengaruhi Penglihatan?

Makula terletak tepat di tengah retina, sehingga penyakit makula berarti terjadi perubahan patologis di bagian tengah retina. Hal ini mengakibatkan distorsi dan perubahan bentuk pada penglihatan pusat pasien.

Hal ini serupa dengan kondisi memakai kacamata: jika hanya bagian tepi lensa yang berembun, penglihatan tidak terlalu terpengaruh; namun jika bagian tengah lensa

berembun, penglihatan akan langsung menjadi buram.

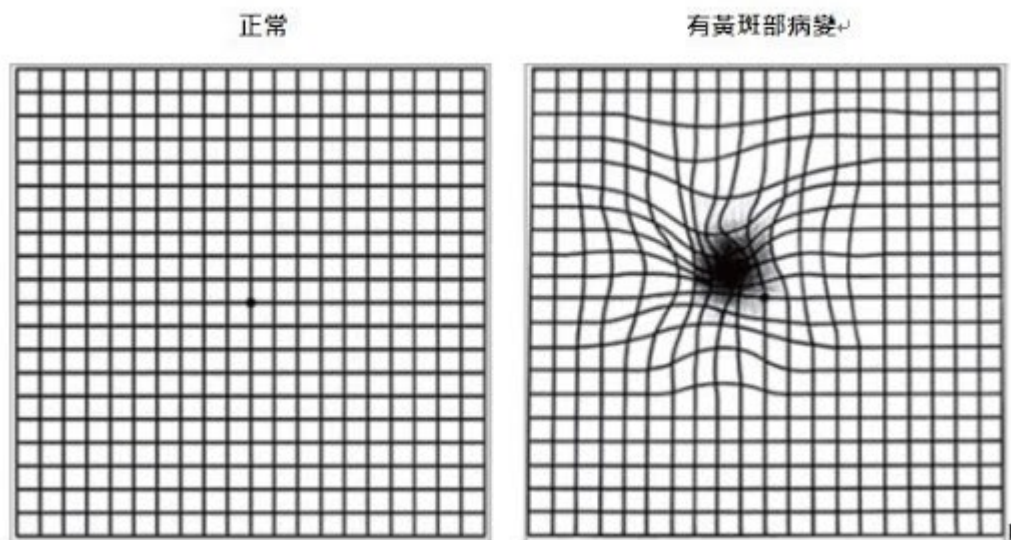
2. Bagaimana Mengetahui Jika Anda Mengalami Penyakit Makula?

Makula, yang berada tepat di tengah retina, adalah area yang paling sensitif terhadap penglihatan. Jika terjadi penyakit makula, penglihatan normal Anda dapat terpengaruh. Salah satu cara untuk mengetahuinya adalah dengan menggunakan Amsler grid.

Langkah-langkah Pengujian:

Tutupi mata kanan dan gunakan mata kiri untuk memfokuskan pada titik hitam di tengah grid. Jika garis-garis pada grid tampak melengkung atau terdistorsi, ini menandakan bahwa Anda mungkin mengalami penyakit makula (jika Anda memiliki presbiopia, silakan gunakan kacamata baca Anda).

Tutupi mata kiri dan gunakan mata kanan untuk memfokuskan pada titik hitam di tengah grid. Perhatikan apakah garis-garis pada grid tampak melengkung atau terdistorsi.



3. Bagaimana Pengobatan Edema Makula?

Saat ini, agen anti-vascular endothelial growth factor (anti-VEGF) dapat digunakan untuk mengontrol edema makula. Namun, agen anti-VEGF ini sangat mahal—setiap suntikan harganya lebih dari 30.000, dan karena obat ini disuntikkan langsung ke dalam mata, terdapat risiko yang signifikan. Secara umum, pasien mungkin memerlukan sekitar 15 suntikan selama dua tahun, yang merupakan beban biaya yang cukup besar.

4. Bagaimana Cara Mencegah Penyakit Makula?

Stres tinggi, penggunaan mata secara berlebihan, paparan cahaya yang berlebihan, miopia tinggi, dan bahkan kebiasaan merokok merupakan faktor risiko potensial untuk penyakit makula. Saat bepergian ke luar, pastikan untuk melindungi mata dari sinar matahari dan hindari paparan cahaya yang terlalu kuat. Selain itu, mengonsumsi nutrisi seperti lutein dan vitamin C juga dapat membantu mencegah memburuknya penglihatan.

Vietnamese Version (越南文)

1. Tại Sao Bệnh Hoàng Điểm Ảnh Hưởng Đến Thị Lực?

Hoàng điểm nằm ngay ở trung tâm của võng mạc, vì vậy bệnh hoàng điểm có nghĩa là xảy ra sự thay đổi bệnh lý ở phần trung tâm của võng mạc. Điều này dẫn đến sự biến dạng và méo mó của thị lực trung tâm của bệnh nhân.

Điều này giống như khi đeo kính: nếu chỉ phần mép kính bị sương mù, thị lực không bị ảnh hưởng nhiều; nhưng nếu phần giữa kính bị sương mù, thị lực sẽ trở nên mờ ngay lập tức.

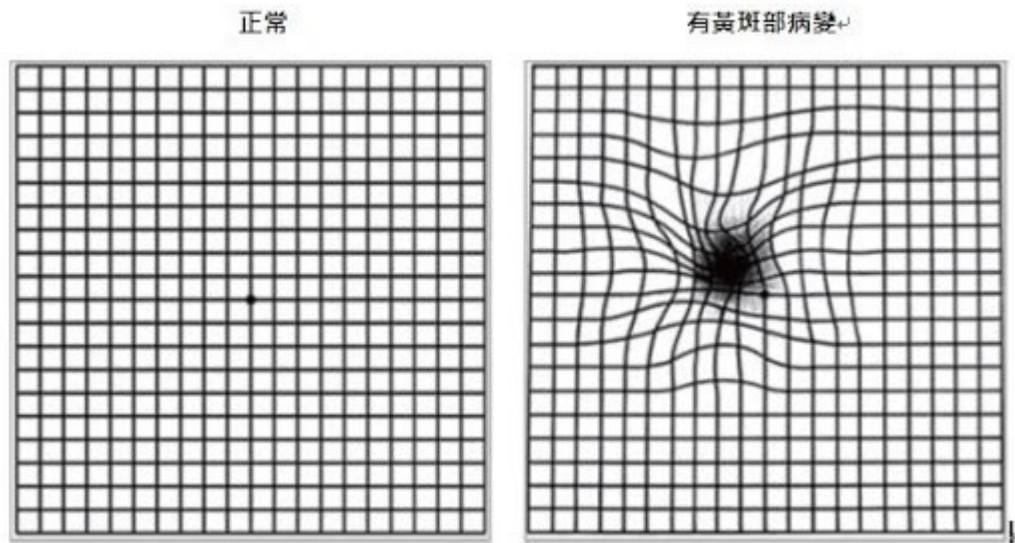
2. Làm Thế Nào Để Phát Hiện Bệnh Hoàng Điểm?

Hoàng điểm, nằm ở trung tâm của võng mạc, là khu vực nhạy cảm nhất đối với thị giác. Nếu bệnh hoàng điểm phát triển, nó có thể ảnh hưởng đến thị lực bình thường của bạn. Một phương pháp kiểm tra đơn giản là sử dụng bảng Amsler.

Các Bước Kiểm Tra:

Che mắt phải và dùng mắt trái để nhìn vào chấm đen ở trung tâm của bảng. Nếu các đường trên bảng bị cong hoặc méo, điều đó cho thấy bạn có thể mắc bệnh hoàng điểm (nếu bạn bị lão thị, vui lòng đeo kính đọc).

Che mắt trái và dùng mắt phải để nhìn vào chấm đen ở trung tâm bảng. Kiểm tra xem các đường có bị cong hay méo không.



3. Điều Trị Phù Hoàng Điểm Như Thế Nào?

Hiện nay, các chất ức chế yếu tố tăng trưởng nội mô mạch máu (anti-VEGF) có thể được sử dụng để kiểm soát phù hoàng điểm. Tuy nhiên, các loại thuốc này khá đắt, mỗi mũi tiêm có giá trên 30,000, và do phải tiêm trực tiếp vào mắt, nên có những rủi ro đáng kể. Thông thường, bệnh nhân có thể cần khoảng 15 mũi tiêm trong vòng hai năm, điều này mang lại chi phí khá lớn.

4. Phòng Ngừa Bệnh Hoàng Điểm Như Thế Nào?

Căng thẳng, sử dụng mắt quá mức, phơi nhiễm ánh sáng quá mạnh, cận thị cao và thậm chí thói quen hút thuốc là những yếu tố nguy cơ tiềm ẩn gây bệnh hoàng điểm. Khi ra ngoài, bạn nên bảo vệ mắt khỏi ánh sáng mạnh; trong chế độ ăn uống, bạn cũng nên bổ sung lutein, vitamin C,... để ngăn ngừa sự suy giảm của thị lực.