

1 近视激光手术后要合理用眼

近视激光手术学名叫激光角膜屈光手术,是一类主要针对成人屈光不正的矫正方法,其目的是采用激光对角膜进行操作,使患者矫正屈光状态,获得良好的裸眼视力。

通过近视激光手术治疗,患者的视力通常可以矫正到术前检查得出的理想矫正视力(例如术前戴眼镜的视力为1.5,那么通常术后的视力水平也能达到1.5),真正实现摘掉眼镜的愿望。

有研究统计了1630万接受手术者后续情况,发现术后有97%的患者裸眼视力达预期矫正,给患者带来了良好舒适的裸眼视力和生活视觉体验,患者手术后的整体满意率平均为95.4%(87.2%—100%)。

我国北京协和医院也曾对术后10年患者临床效果进行了追踪分析,结果显示,角膜屈光手术安全、有效,98.70%患者获得了良好的、预期的屈光矫正。

不过需要提醒的一点是,近视激光手术并不是一劳永逸的,手术只是将术前存在的近视度数矫正过来,并不能预防术后新增长的度数,也不能预防或者治疗高度近视导致的眼底病变。

很多人误以为做了近视手术就进入“近视免疫”的状态,眼睛就变成了“火眼金睛”,就开始忽略了对眼睛的保护,肆无忌惮地刷手机、玩游戏……殊不知这样会导致近视又悄悄地出现,因此做完手术后依然要好好保护我们的眼睛。

2 手术后度数反弹风险小

近视激光手术远比大家想象的更安全。

20世纪80年代末,激光近视手术兴起,其利用准分子激光改变角膜曲率,使光线能够正确地聚焦在视网膜上,从而矫正近视。这种手术方法的成功率较高,迅速成为矫正近视的主流。

2004年,飞秒激光近视手术诞生,利用飞秒激光精准切割角膜来改变角膜曲率,手术方法更为安全、有效。

很多人担心手术后度数会反弹,其实,大多数人是不会出现度数反弹的,仅有小部分患者会出现屈光回退现象,这种情况多见于高度

近视患者及术后不注意合理用眼的患者。有国内研究发现,术后10年屈光回退量 ≤ 50 度和 ≤ 100 度所占比例分别为55%和64%。可见手术后度数反弹的风险是偏小的。

至于还有人担心做了近视激光手术,到老了眼睛会不会瞎?这种担忧是完全没必要的,这种说法也是没有科学依据的。近视激光手术是对角膜进行精准切削,并不会影响眼内结构和组织的安全,即使有些人到老了出现严重视力下降,也多是因高度近视本身相关的并发症所导致,如青光眼、白内障、眼底病变等,与手术并无直接相关性。

3 做近视激光手术存在哪些风险

任何手术都是有风险的,近视激光手术也不例外,但它的风险很小,并且通常可控。激光手术术后常见的并发症有:

视觉干扰 包括一过性或永久性眩光或光晕,尤其在夜间或者暗环境下视力下降,眩光会比较明显;有的人在夜间驾驶机动车时会有明显症状,但这种症状一般数月后会适应或缓解,不必过于恐慌。

对比敏感度降低 这种情况通过专门的检查设备可以查出来,适应后基本感知不到。

干眼症 干眼症是术后最常见的不适症状,通过补充人工泪液是可以缓解相关症状,一般会使用至术后3个月—6个月。

需要提早配戴阅读镜 一般来说,眼睛在40岁—50岁左右会出现调节力下降,具体表现为近距离看较小字体出现吃力的情况,类似于“老花眼”的症状。

近视的人因为看近的时候眼睛不需要动用调节,所以症状不明显。做完近视手术后就相当于不近视了,因此可能会同正常人一样出现近距离阅读困难。不过这种情况也不用太担心,可以通过调节力训练来改善。

对于上述这些问题,也不必过度恐慌、害怕,大部分人都能够很快适应。不必进行过度对比,以免焦虑情绪导致视觉不适症状加重。

4 哪些人能做近视激光手术

很多人或许会有疑惑,只要想做近视激光手术,就都能做吗?其实不然,并不是所有人都能做。以下这些人适合做近视激光手术:

1.年龄 ≥ 18 周岁(除特殊情况,如择业要求、高度屈光参差、角膜疾病需要激光治疗等);术前在充分理解的基础上,患者本人及家属需共同签署知情同意书。

2.屈光状态基本稳定(每年近视屈光度数增长不超过50度)时间 ≥ 2 年。

3.屈光度数:近视 ≤ 1200 度,散光 ≤ 600 度,远视 ≤ 600 度。如选择表层切削手术建议近视度数 ≤ 800 度。采用全飞秒激光手术者,建议矫正屈光度数+近视散光度数 ≤ 1000 度。

5 不适合做近视激光手术的群体

手术前需要进行完善详细的眼部检查。如存在以下情况,那么即使近视度数符合条件也是不适合进行激光手术的:

1.疑似圆锥角膜、已确诊的圆锥角膜或其他类型角膜扩张。

2.眼部活动性炎症反应和感染。

3.角膜厚度无法满足设定的切削深度:中央角膜厚度 <450 微米、预期切削后角膜瓣下剩余角膜中央基质厚度 <250 微米(建议280微米)、预期术后剩余角膜中央基质厚度小于术前角膜厚度50%。

4.重度干眼。

5.严重的眼附属器病变:如眼睑缺损、变形等。

6.尚未控制的青光眼。

7.影响视力的白内障。

8.未控制的全身结缔组织疾病及自身免疫性疾病,如系统性红斑狼疮、类风湿关节炎、多发性硬化。

9.焦虑、抑郁等精神症状。

10.疤痕体质者。该类群体伤口愈合后容易形成疤痕疙瘩,进行近视激光手术可能会出现伤口愈合不良情况,进而导致角膜瘢痕增生,进而影响视力恢复。

不戴眼镜,世界一片模糊;戴上眼镜,生活又有诸多不便……不少有近视的人 would 动做近视激光手术的心思。

然而,很多人想做却又不敢做。他们担心在小小的眼球上做手术不安全,也担忧做完手术后会有后遗症,更恐慌未来近视反弹。那么,近视激光手术到底安不安全?

那些做了近视激光手术的人后来怎么样了



6 进行近视激光术后需要注意以下事项

- 1.按照医生要求按时用药、定期复查。
- 2.合理适度使用电子产品,近距离用眼20分钟后,向6米远以外眺望1分钟—2分钟。
- 3.避免随意揉搓眼睛。
- 4.避免佩戴美瞳。
- 5.避免眼部意外伤害,如撞伤、戳伤等。
- 6.若有突发眼红、明显视力下降及时就医。
- 7.每年定期眼底检查。

医生指出,近视激光手术是一项成熟且安全的手术,术后真的能帮助患者提高视力,但并不是每个人都适合做,大家需要理性看待。手术并非一劳永逸,如果术后用眼方式不对,度数就会加深。因此即便做了手术,日常也要保护好我们的眼睛,避免过度用眼而“重蹈覆辙”。

据人民日报

