

手术前



手术进行中



病人指导手册

白内障以及白内障手术

手术后



Tomorrow's Eye Care, Today®



Singapore National
Eye Centre
SingHealth

这份常见问题解答手册，是专为即将进行白内障手术的您而准备。手册旨在解答您对白内障手术的疑问，详尽地为您讲解手术之前所需做好的准备、手术的步骤，以及完成手术之后所需注意的事项。

病人若能为手术做好准备，并且积极做好术后的护理，这将有助降低并发症发生的几率，缩短术后复原所需的时间。这本手册将为您提供所需的资料，帮助您本身、您的看护者，以及您的家人为手术做好准备。

请随身携带这本手册，方便您记录医护人员给您的额外指示。请在手术之前、之后以及在手术当天，到医院看诊和复诊时携带这本手册。

***重要事项：**本手册的内容不能用以取代您的眼科医生所提供的专业意见和指示。

如果您在手术之前的那个星期，或者手术当天感觉不舒服；有咳嗽、感冒或发烧症状；又或是眼睛发红、排出分泌物，请拨电给病人辅导室的工作人员，让对方帮您将手术改期。

新加坡全国眼科中心 (Singapore National Eye Centre)
日间手术室电话: (65) 6322 9476 (早上8点30分之前)
病人辅导室电话: (65) 6227 7657
(办公时间-早上8点30分至傍晚5点30分)



为手术做好准备

手术之前

1. 我应该在手术之前做好哪些准备?

为帮助您做好白内障手术的准备，您可能需要：

接受术前检验



接受术前检验以检查您的心脏(心电图检查)、血压，以及血糖(验尿)。



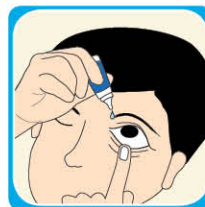
测量眼睛的眼轴长度和角膜曲率，从而找出适合您的人工晶状植入体(人工晶体，简称 IOL)。

暂停服用一些药物



请向眼科医生或护士查询您在手术之前是否可以服用医生开的处方药。

点眼药水以降低眼睛受感染的风险

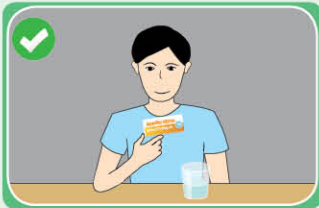
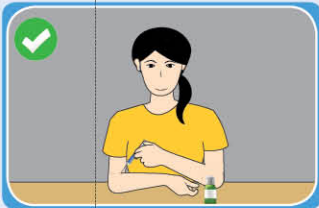
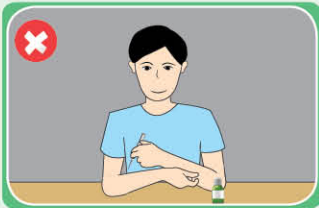
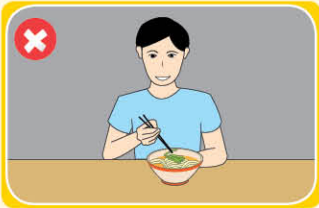
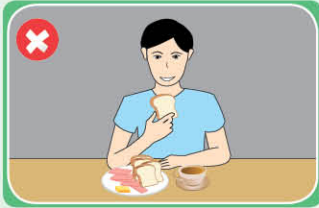


眼科医生可能会给您提供抗生素眼药水，让您在手术之前的一天或两天定时使用。

2. 我必须在手术之前禁食吗？

您在手术前必须禁食一段时间，禁食时间长短则根据您的手术时间而定。您需要

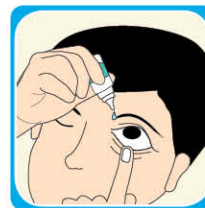
遵循禁食指示。为了您的安全，若您不遵循禁食指示，您的手术可能需要改期。

	早上动手术 (局部和全身麻醉)		下午动手术 (局部麻醉)		下午动手术 (全身麻醉)	
饮品	从午夜12点到凌晨4点		从午夜12点到早上6点		从午夜12点到早上6点	
	凌晨4点之后		从早上6点到早上9点		从早上6点到早上9点	
药物	从午夜12点到凌晨4点		从午夜12点到早上6点		从午夜12点到早上6点	
	凌晨4点之后		从早上6点到早上9点		从早上6点到早上9点	
食物	从午夜12点到凌晨4点		从午夜12点到早上6点		从午夜12点到早上6点	
	凌晨4点之后		从早上6点到早上9点		从早上6点到早上9点	
饮品	 半杯白开水		 一杯白开水		 一杯白开水	
	 完全禁饮任何饮料		 半杯白开水 (要是手术在下午较迟时候进行，您可在术前四小时喝半杯白开水)		 半杯白开水 (要是手术在下午较迟时候进行，您可在术前四小时喝半杯白开水)	
药物	 高血压药物： 在早上6点配小口白开水服用		 高血压药物： 在早上6点配小口白开水服用		 高血压药物： 在早上6点配小口白开水服用	
	 糖尿病药物： 在动手术当天暂停服用		 糖尿病药物： 可以服用，不过服用剂量减半		 糖尿病药物： 在动手术当天暂停服用	
食物	 午夜12点之后完全禁止进食		 吃清淡早餐 (早上6点之前吃一片面包或两块饼干)		 禁止吃早餐	

手术当天

登记手续以及手术步骤

1. 手术当天，我在前往新加坡全国眼科中心之前应该做些什么？



您的眼科医生可能会建议您在前往新加坡全国眼科中心之前，为即将动手手术的眼睛滴散瞳剂 (Tropicamide 1%); 三滴，相隔10分钟点一滴。这是为了使瞳孔放大，方便眼科医生动手术。散瞳剂会导致您看近物模糊，而这个情况会持续约4到6小时。

例如：如果您在早上9点出门，请在8点30分点第一滴散瞳剂，8点40分点第二滴以及8点50分点最后一滴。



我们建议您在手术后不要自行开车，最好安排亲友陪同您到新加坡全国眼科中心进行手术。

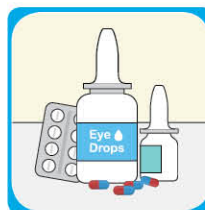
2. 手术当天，我应该携带什么？

请携带日间手术指导手册，抵押金 / 保证书 (若有) 以及下列正本证件：

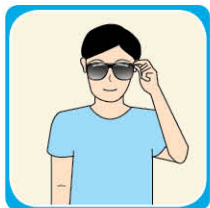


- 预约看诊登记卡
- 身份证 / 护照 / 出生证
- 保健储蓄提款表格
- 抵押金 / 保证书 (若有)

* 若您所属的公司负责为您支付手术费，请您在接受手术之前，将您的保证书电邮至 ebuff@sneec.com.sg 或传真到 (65) 6223 2835 给新加坡全国眼科中心业务办事处。如果您无法及时提呈保证书，您可能必须交出日间手术入院表格上注明的数额，作为抵押金。



请携带您的药物 (和标签) 及术前眼药水。



携带一副太阳眼镜
(最好是拐角框型),
要是手术后眼睛对光线
敏感,可以随时把它戴上。

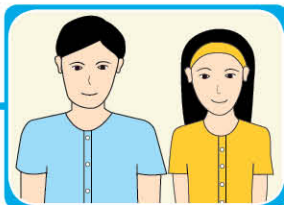


不要戴隐形眼镜,
首饰,也不要化妆
或戴假睫毛。



不要携带贵重
的物品或太多
的现金。

3. 我在手术当天应该穿怎么样的衣服?

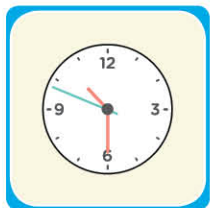


请选择舒适的衣物,如宽松的
长裤或裙子,以及纽扣开襟短
袖或宽袖上衣。最好穿低跟
又防滑的鞋子。



在手术前,请擦掉您的指甲油。
不要戴发夹。

4. 手术当天,我需要在新加坡全国眼科中心呆上多长时间?



手术一般不超过30分钟就能完成,不过您估计必须
在眼科中心呆上3到5个小时。这是因为术前准备、
术后留医观察,以及术后的护理指导都需要花上一点
时间。

5. 我应该在什么时候抵达、到哪个地点登记动手术?

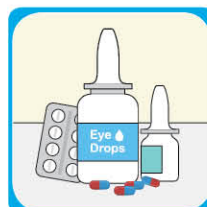


您的日间手术指导手册会清楚注明登记动手术的
地点和时间。请您准时抵达中心登记动手术。

6. 完成登记手续后,我还需做些什么?



完成登记手续后,术前护士会查阅您的病历,
以确定您适合做手术,之后便会查看您的瞳孔
是否已经扩大。



为了您的健康和安全,请务必告知护士您在家中
服用的所有药物。

到了手术时间,护士将会陪您走到手术室,又或者用推车或轮椅推您进入
手术室。

7. 进入手术室之后呢?

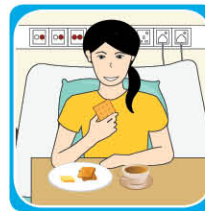


- 一旦进入手术室,医护人员会在您脸上盖上一张(在
眼睛部位开有洞口的)消毒巾。
- 接着,医护人员会利用一个小型弹簧支架撑开您的
眼皮。这个步骤不会造成太大的不适。
- 手术进行时,将会有一名麻醉师全程陪伴您,为您进
行麻醉,以确保您在手术过程中感觉舒适轻松。在手术过程中,您可能不会
完全入睡,但会感觉舒适。麻醉师会给您点麻醉眼药水和进行注射,以确保
您的疼痛感减至最低水平。要注意的是,您一定要遵照医生的指示,在手术
进行过程中,不要开口说话或移动头部和身体。

完成手术后 / 回家

手术之后

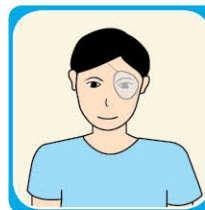
1. 手术完成后，我需要做些什么？



- 手术完成后，医护人员将您从手术室转入休息室，让那里的护士为您检查身体状况，(例如监控您的血压水平)。

- 您在休息时，可享用饼干以及热饮。

- 手术后，您必须暂时戴上眼罩以保护刚动完手术的眼睛。

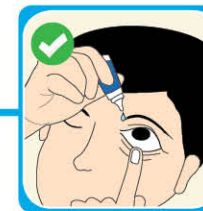
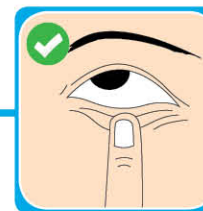
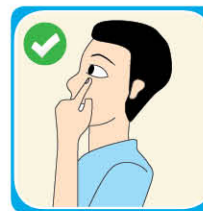


- 一旦麻醉药消退，您恢复精神而且情况稳定之后，您就可以办理手续出院。

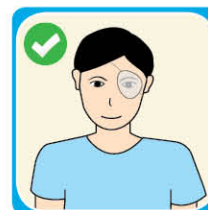
- 您在离开眼科中心之前，将领取眼药水、一份教导您如何护理眼睛的指导手册，以及有关复诊的详情。

2. 手术后我应该注意哪些事项？

需要或可以做的事情



使用眼药水 (1个月)



睡觉时戴眼罩
(1个星期)



清理眼皮
(1个星期)



饮食没有任何限制

需要或可以做的事项



旅行



驾驶(手术后隔天或等到您的视力清晰或听从医生的指示)



外出时戴太阳眼镜
(1个星期或更长时间如果对光线敏感)



看电视



使用电脑



烹饪(不要油炸食物)



近距离工作(例如:阅读 / 写作 / 做针线活)



淋浴 / 洗澡
(避免水溅入眼睛)



园艺劳作
(2个星期后)



使用您的眼睛!

避免做的事项



不要揉 / 挤压眼睛
(1个月)



不要化妆
(1个月)



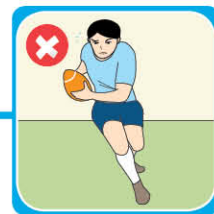
避免水溅入眼睛
(2个星期)



不要抱年幼小孩
以避免无意中戳到您的眼睛



不要运动(1个月)



避免体育运动(1个月)



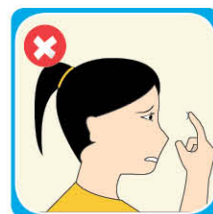
不能游泳
(1个月)



不可拿 / 举起重物
(1个月)

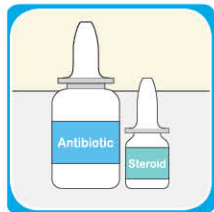


避免重体力工作
(2-3个星期)



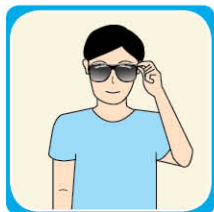
不能配戴隐形眼镜
(1个月)

3. 白内障手术后，我需要点哪类眼药水？

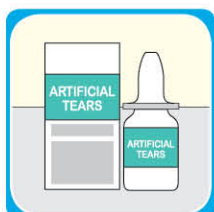


您在手术后的几个星期，需要定时点抗生素和类固醇眼药水。

4. 手术后我应该如何保护我的眼睛？



在完成手术后，您可能会感觉眼睛对光线敏感，这个情况可能持续几个星期，甚至长达几个月。如果感觉不适，不妨尝试戴上太阳眼镜来保护眼睛。要是手术后眼睛发红、流泪或感觉刺痛，这是正常这样的反应可能会在手术后持续几天或几个星期。



您可尝试使用人工泪液来舒缓不适。一般来说，这些症状会慢慢消失。刚完成手术时，您要是感觉眼前出现一些闪光，或是眼前偶尔出现漂浮物，这是正常的。不过要是眼前漂浮物突然激增，不要掉以轻心，请立即找眼科医生检查。

您估计需要两至四个星期的时间复原。如果您准备配戴眼镜，请在手术后三至六个星期才去验光。

5. 我是否需要回眼科中心复诊？



需要。您在回家之前，我们的工作人员会给您安排复诊时间，在手术隔天回到新加坡全国眼科中心，让您的眼科医生为您做检查。

6. 要是出现下列症状，我应该怎么办？



- 服用药物后仍无法舒缓疼痛
- 视力下降
- 动过手术的眼睛排出大量分泌物
- 眼前出现的漂浮物和闪光突然大增



要是您在术后出现上列任何一个症状，请立即到新加坡全国眼科中心就医。如果需要就医的时间在诊所营业时间以外，或是在星期六、星期日以及公定假日，请直接到新加坡中央医院急诊部求助。

7. 如果需要按照原本处方再配药，又或是有更多问题需要咨询医护人员，我应该联络谁？



您可以拨打下列电话：

- (65) 6227 7266 (预约热线)
 - 只限办公时间内开放
- (65) 6532 4865 (留言机)
 - 可在办公时间后留言

了解白内障手术

了解白内障手术

1. 什么是白内障？

白内障是眼睛透明的晶状体逐渐变混浊，导致视力下降。



正常人的视觉



白内障患者的视觉

2. 是什么原因导致白内障？

年龄老化是白内障最常见的原因。年纪较轻的人如果有下列情况，也可能患上白内障：

- 眼睛长期受到阳光照射（紫外线辐射所造成的损伤）
- 糖尿病血糖控制不佳
- 使用某些药物如皮质类固醇等
- 出生时就患有（先天性白内障）
- 眼睛曾经受过外伤

3. 白内障有什么症状？

白内障最常见的症状是：

- 视力模糊
- 夜间视力下降
- 色觉改变：颜色似乎消退
- 眩光和光晕
- 眼睛度数改变：需要频繁更换眼镜或隐形眼镜

上列症状也可能是其他眼睛疾病的征兆。如果您有这些症状，请看眼科医生，做进一步的检查。

4. 我什么时候需要接受白内障手术？

如果晶状体变混浊的部分较小，没有影响到视力或日常活动，如驾驶或阅读，过马路或下楼梯等等，您无需做白内障手术。在这个阶段，您只需更换眼镜配方便足够。一般来说，白内障“成熟”或“不成熟”的问题并不存在。如果视力下降影响到您的日常活动，白内障就需要被摘除。

5. 白内障可以用激光治疗吗？

白内障无法仅仅通过激光直射在眼睛上摘除。人们常说的激光是指超生乳化技术。超生乳化探头通过小切口进入眼睛并“软化”和“吸出”眼内混浊的晶体。

白内障需要专门的外科手术摘除。眼科医生需要经过多年的专业培训才能掌握该手术技能，以确保手术的安全和有效。

6. 白内障手术是如何进行的？

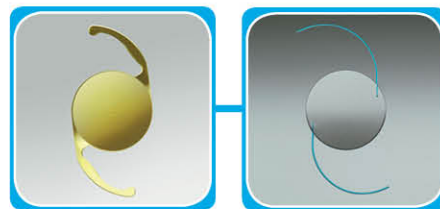
白内障手术是新加坡全国眼科中心(SNEC)进行的主要手术，最常用的技术是白内障超声乳化。

白内障超声乳化术的步骤如下：

- 首先在眼睛角膜上做一个1.8mm – 2.75mm 的小切口。
- 通过这个小切口，医生会插入一个超声探头，将混浊、变硬的晶状体分成小块，使之变成乳糜状液体，再通过负压吸引的方式将这些小块吸出。
- 当全部晶状体小块被吸出后，医生在相同位置植入人工晶体。
- 手术时间平均15–30分钟。较复杂的手术需要超过30分钟完成。
- 这项手术是日间手术，无需住院，只有在身体感到不适的情况下才需留医。
- 手术进行时，将会有一名麻醉师全程陪伴您，为您进行麻醉，以确保您在手术过程中感觉舒适轻松。在手术过程中，您可能不会完全入睡，但会感觉舒适。麻醉师会给您点麻醉眼药水和进行注射，以确保您的疼痛感减至最低水平。要注意的是，您一定要遵照医生的指示，在手术进行过程中，不要开口说话或移动头部和身体。

7. 我可以选择什么种类的人工晶体？

单焦点或多焦点的人工晶体可供选择。您的眼科医生将会和你讨论，并推荐最适合您的人工晶体。



人工晶体

单焦点人工晶体

- 最常见的人工晶体，晶体的各个部分屈光度相同
- 为特定距离提供良好视力
- 很可能需要戴阅读眼镜
- 适合不介意戴阅读眼镜的患者

多焦点人工晶体

- 提供良好的远距离和近距离视力，无需戴眼镜。
- 在特定的距离，使用者容易同时拥有清晰的近距离和中等距离视力。
- 然而有些人阅读较小的印刷字体时可能有困难，尤其是在昏暗的灯光下有可能感觉到眩光和光晕。
- 为了达到最佳的视力，患者双眼都要使用多焦点人工晶体。
- 多焦点人工晶体适合希望减少对远近视力依赖眼镜的人士。

8. 白内障手术后有哪些注意事项？

手术后您要注意下列事项：

- 动过手术的眼睛需要使用眼药水。
- 手术后的一个星期要清洗眼睛。
- 手术的当天和手术后的一个星期在晚上睡觉时，您必需用眼罩盖住眼睛。
- 防止不干净的水进入眼睛。

白内障手术后，根据您所选用的人工晶体种类：

- 您可能只在阅读时需要戴眼镜。
- 您可能看近距离和远距离物体时，都需要戴眼镜，或者不需戴任何眼镜。
- 您需要两到四个星期的时间才能完全康复。如果需要配戴新的眼镜，必须在手术后三至六个星期内进行。

9. 白内障手术有什么风险？

与其他任何手术一样，白内障手术也有风险如感染和出血。在手术前，眼科医生可能会要求您暂时停止服用某些会增加出血风险的药物。

手术后，您必须保持眼部清洁，触摸眼睛之前要洗手，同时使用处方药物将感染的风险降至最低，严重感染可导致视力丧失。

手术中可能出现的并发症：

- 支持晶体的后囊膜破裂，导致植入的人工晶体位置不正。

手术后不久可能出现的并发症：

- 感染(眼内炎)
- 炎症
- 出血
- 视网膜脱离
- 高眼内压持续数天

- 伤口漏，可能需要缝合
- 角膜混浊
- 视网膜水肿
- 眼药水过敏
- 人工晶体位置不正
- 眼睑下垂

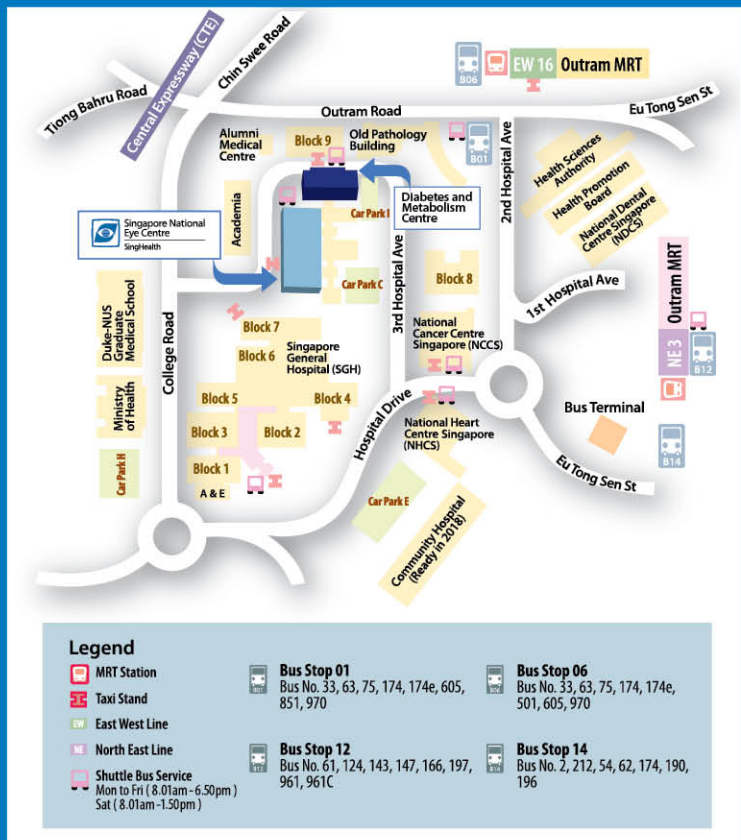
假如您患有其他的眼疾或严重的疾病而影响到您身体的其他部位，您患并发症的风险将会更大。有时候，白内障手术如果无法改善您的视力，有可能是其他潜在的眼疾如青光眼或黄斑变性而导致的。有可能的话，在决定进行白内障手术之前，您应该接受评估及治疗其他眼疾。

10. 白内障会复发吗？

白内障手术后，混浊的晶体已经被摘除，所以白内障是不会再复发。植入眼内新的人工晶体通常不需要维护或置换。

在白内障手术后几个月或几年内，位于人工晶体后方的囊膜(“囊袋”)可能变混浊。如果混浊的后囊膜(“囊袋”)影响了您的视力，可以应用激光治疗。该激光治疗无痛，只需要5分钟。激光治疗的费用不包括在白内障手术费用中。

地图



该病人信息小册子是眼科就医的普通指南, 帮助病人了解各种眼睛疾病及其检查和治疗。

该小册子并不能取代眼科医生的看诊和建议。如果您有任何眼睛疾病和疑虑, 请咨询眼科医生。

如果没有新加坡全国眼科中心事先授权许可, 该小册子内容不得以任何形式复制使用。

信息校正于印刷日期 (二零一八年八月)

新加坡全国眼科中心公司注册号码: 198900840W



Singapore National
Eye Centre
SingHealth

新加坡全国眼科中心

第3医院道11号, 新加坡邮区168751

预约服务: (65) 6227 7266 传真: (65) 6226 1884

电邮: appointments@sneec.com.sg

网址: www.sneec.com.sg



/@SNEC.SERI