



vietnamese
Mental Health Services

Serving the mental health needs & promoting wellbeing of people from Vietnam

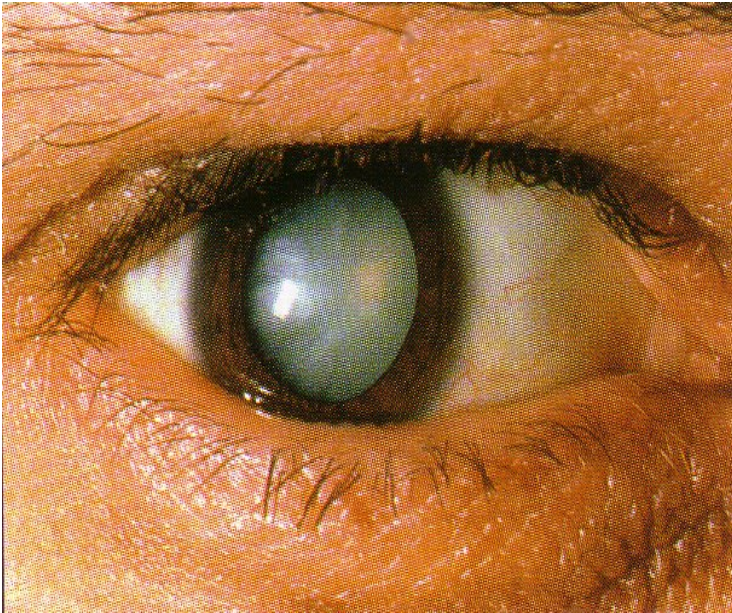
Hội Tâm Thân Việt Nam

越南心理保健服務

Cườm Mắt

白内障

Cataract



Bác Sĩ Nguyễn Xuân Cẩm biên soạn

Lời xin phép trước

Kính gửi Quý Báo, Tạp chí, Tác giả cùng những công trình nghiên cứu Việt Anh Pháp và Hoa ngữ có bài được trích đăng. Chúng tôi mạn phép trích đăng hoặc dịch những bài có giá trị y tế cao nhằm phục vụ đồng hương Việt nam tại VQA trong chiều hướng thông tin giáo dục và quảng bá tin tức không vụ lợi.

Advanced permission Request

We would like to ask in advance permission of Newspapers, magazines and researchers that have valuable articles or studies published in this booklet. Our aim is to serve the Vietnamese Communities in the UK in terms of publicity, health education, and dissemination of information without making profits.

預先徵求許可

謹向報紙、雜誌社和各位研究學者，預先徵求許可轉譯具有價值的報導和研究論文，刊印予本小冊子。其目的是非牟利性，而是為來自越南難民社區提供服務、推廣健康教育和保健知識傳播。

Cườm mắt

(Cataract)

Cườm mắt hay đục thủy tinh thể là do biến chất của các mô trong thủy tinh thể, mô này đông đặc lại giống như lòng trắng trứng luộc chín.

• Nguyên nhân

Đề ra ngoài trường hợp cườm mắt của trẻ con do bẩm sinh (khi mang thai, bà mẹ bị bệnh sởi Đức, bệnh toxoplasmosis do nhiễm đơn bào trong thức ăn nấu chưa chín tới hoặc dính phân mèo), bị hội chứng Down, mất khả năng tiêu hóa chất ngọt (galactosemia).

Nguyên nhân đối với người lớn là:

- Tuổi già; ảnh hưởng lâu ngày của tia cực tím mặt trời, thường xảy ra cho người dân vùng nhiệt đới.
- Phóng xạ của tia hồng ngoại, X quang, microwave.
- Bệnh tiểu đường.
- Hút thuốc lá.
- Sử dụng lâu ngày thuốc corticosteroid uống hoặc nhỏ mắt.
- Một số cườm không rõ nguyên nhân

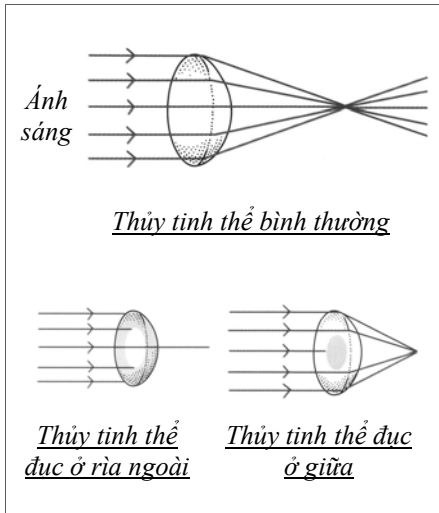
• Triệu chứng

Hầu như ai trên 65 tuổi ít nhiều đều bị cườm mắt, nhưng vì thủy tinh thể mới bị đục ở rìa ngoài nên tầm nhìn không bị cản trở mấy. Lâu dần, phần đục lan rộng và tập trung ở giữa, hình ảnh sự vật không còn rõ nét nữa, mắt trông thấy hào quang bóng đèn hoặc bị chói lòa khi có tia sáng chiếu vào, ví dụ đèn xe ô tô chạy ngược chiều. Có người còn có sự thay đổi nhận thức về màu sắc, màu đỏ, cam, vàng đậm lên trong khi màu

xanh lại nhạt đi; một số ít thấy hai hình khi nhắm một bên mắt lại.

“*Lúc sau này, tôi không cần mang kính lão để đọc sách, đỡ phiền toái cứ chốc chốc lại phải nâng gọng lên hoặc lau chùi mắt kính bị mờ...*”

Xin ông/bà chớ vội mừng vì đó là do thủy tinh thể đã bị đục ở giữa (nuclear cataract), khuyên quý vị nên đến khám chuyên viên mắt để biết rõ hơn.



• Định bệnh

Bác sĩ định bệnh với đèn soi mắt (ophthalmoscope) quan sát hình phản chiếu từ võng mạc lên thủy tinh thể (red reflex), nếu bị đục sẽ có vết đen trên đó. Họ còn dùng một loại đèn đặt biệt có khe nhỏ (slit lamp) phối hợp với kính hiển vi giúp biết được chính xác phần nào của thủy tinh thể bị đục, chỗ đục nhiều hay ít.

• Chữa trị

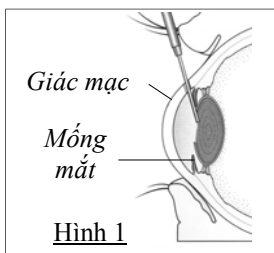
Nói chung, cườm mắt được giải quyết bằng giải phẫu, bác sĩ tiến hành khi cườm còn non hay đã già rồi, thời gian do bệnh nhân quyết định. Các phương cách gồm có:

- Trước kia – nay vẫn còn áp dụng tại các nước chậm tiến – lấy nguyên cả thủy tinh thể và bao của nó (intracapsular

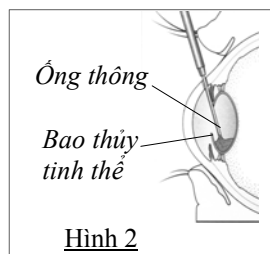
technique). Phẫu thuật này gây nhiều biến chứng như loạn thị, nhiễm khuẩn, và sau khi mổ, bệnh nhân phải mang kính dày cộm để nhìn thấy rõ ràng, rất là bất tiện.

- Chỉ lấy phần đục của của thủy tinh thể, để bao sau lại (extracapsular technique) rồi đặt một thấu kính plastic vào. Với kỹ thuật này, vết cắt hơi rộng nên phải được khâu lại. Biến chứng có thể xảy ra là loạn thị, thời gian theo dõi hậu phẫu kéo dài ba tháng.
- Kỹ thuật mới hiện được áp dụng tại Âu Mỹ là loạn thị, thời gian theo dõi hậu phẫu kéo dài ba tháng.
- Kỹ thuật mới hiện được áp dụng tại Âu Mỹ và cả Việt Nam nữa, có tên là **phacoemulsification**, tiến hành với thuốc tê, thời gian mất khoảng từ 30 – 45 phút:

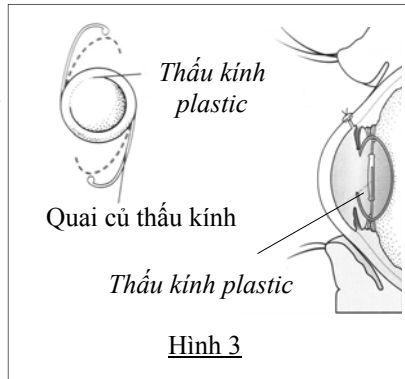
1. xẻ một đường nhỏ xíu ở giác mạc và cho một ống thông đưa sóng siêu âm vào thủy tinh thể để làm lỏng chất đặc ở đáy (hình 1).



2. hút chất lỏng ra (hình 2).



3. đặt thấu kính plastic có sợi quai bật ra được để giữ im nó lại (hình 3).
4. vết xẻ ở giác mạc để tự nhiên lành hoặc khâu lại một mũi.



Bệnh nhân có thể về nhà trong ngày, à tái khám hai tuần sau. Từ tuần thứ sáu, chuyên viên mắt sẽ đo kính giúp quý vị nhìn xa và đọc sách. Hiện có loại thấu kính mới gồm nhiều vòng đồng tâm và tiêu điểm (multifocal concentric ringed lens), đỡ phải dùng kính.

Cuộc giải phẫu nào cũng có những rủi ro và biến chứng của nó:

- mảnh thủy tinh thể rơi vào pha lê dịch, cần phải mổ lại, kết quả sẽ xấu đi.
- chảy máu trong mắt; nhiễm khuẩn mắt, 50% trường hợp có tiên liệu tốt.
- bong võng mạc (retinal detachment), triệu chứng là thấy chóa sáng và đốm đen bay qua lại (flashes and floaters) trước mắt.
- bao sau thủy tinh thể bị đục, được xử lý bằng tia YAG laser.

Về chữa cườm mắt bằng thuốc, loại *L-carnosine* nhỏ vào mắt được nói đến. Đây là một chất chống oxi-hóa cực mạnh và theo một số bác sĩ, có thể làm tan cườm đi trong vòng sáu tháng.

白內障 (Cataract)

白內障或眼睛晶狀體混濁是由於眼睛的晶狀體受變化，晶狀體凝結像煮熟的雞蛋白。

- 原因

一些兒童因先天性白內障（在懷孕期間，母親患上德國麻疹 - German measles 或弓形蟲病 - toxoplasmosis 由未煮熟食物內的單細胞所感染），患唐氏綜合症、半乳糖血症 - galactosemia 不能把半乳糖轉化為葡萄糖的一種代謝缺陷。

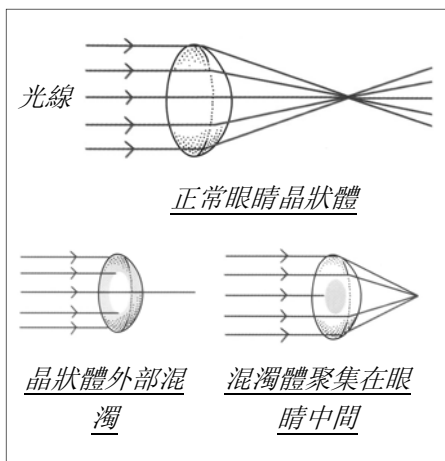
至於成年人患白內障的原因：

- 年老；長期受到太陽紫外線的影響，通常發生在熱帶地區的人們。
- 紅外線輻射、X 光輻射、微波。
- 糖尿病
- 吸煙
- 長期服用或用滴眼含皮質類固醇 - corticosteroid 藥物
- 一些原因未明的白內障

- 徵狀

幾乎大多數 65 歲以上的人士患上白內障，但因為

晶狀體混濁在外部所以影響視野不大。隨著時間的累積，混濁體擴大並聚集在眼睛中間，看到的圖像和東西不再如以往的清楚，你會看到光環或像反方向的車頭燈。有些人甚至對顏色感知亦會改變，對紅色，橙色，黃色感到色澤很深而綠色則淡化；有些少數人當閉上一個眼睛時，看到雙重影像。



“從此以後，我不需戴眼鏡來閱讀，省去很多麻煩，不時要抬起眼鏡或清理模糊的眼鏡...”

請不要急於高慶，因為晶狀體的混濁體正聚集在眼睛中間 (nuclear cataract)，建議您拜訪眼鏡師 (驗光師) 來了解更多信息。

- **診斷**

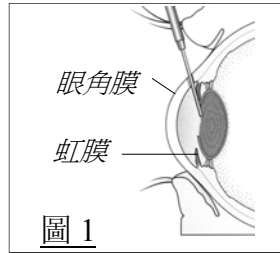
醫生診斷用檢眼鏡 (ophthalmoscope)，觀察從視網膜反射到晶狀體上 (red reflex)，如果是混濁將會有黑點。他們還使用一種特殊的燈—裂隙燈 (slit lamp) 結合顯微鏡，可以看出因白內障而混濁的水晶體的部分多或少。

- 治療

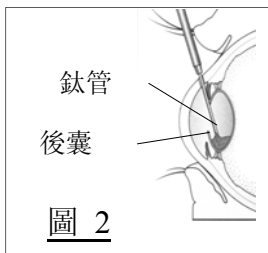
一般來說，白內障可以透過手術來解決。醫生在什麼時候進行手術，是由病人決定在白內障的初期或後期的時間。其他方法包括：

- 過去 - 及目前的一些落後國家仍然採用的方法
 - 取出全部水晶體，囊內摘除術 (intracapsular technique)。這種手術可能導致並發症如散光、感染、手術後病人需戴上厚厚的眼鏡才看得清楚，十分不方便。
- 透過手術去除眼內的混濁體，保留後囊 (extracapsular technique)，然後置入一個度數適當的人工晶體在原本自然晶體之位置。這項手術，開割處略寬而需要縫合。可能發生的並發症如散光，術後隨訪時間長達三個月。
- 治療散光新技術在歐洲和美國應用，術後隨訪時間長達三個月。
- 一項新技術在歐洲，美國，及越南也應用，稱為晶狀體乳化術 (*Phacoemulsification*)，一種應用鈦管超聲振動以粉碎晶狀體而除去白內障的技術，用麻醉進行，時間大約需要 30-45 分鐘：

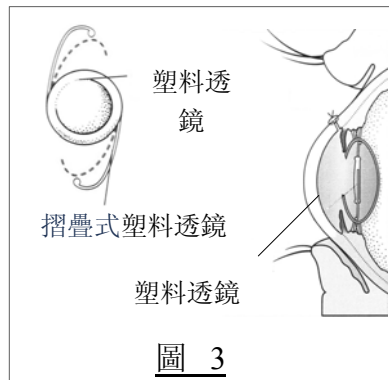
1. 在角膜切一個非常小的切口，接著將鈦管伸入水晶體中，利用超音波共振，將水晶體變成數個小片段（圖 1）。



2. 利用吸除的方式將碎片吸出眼睛（圖 2）。



3. 最後植入人工水晶體（塑料透鏡）來取代原有的水晶體（圖 3）。



4. 讓角膜傷口自然癒合，或只縫一針即可。

患者可能同一天回家，待兩個星期後復診。從第六週，眼科醫生將測眼配鏡方便你看書及走路。目前許多新類型的人工水晶體有同心環狀多焦鏡(multifocal concentric ringed lens)，免使另配眼鏡。

任何手術都會有風險和並發症：

- 水晶體碎片掉進水房時，需要再動手術，其結果將惡化。
- 眼睛出血，眼睛感染，50%的病例預後良好。
- 視網膜脫落 (retinal detachment)，其症狀見到閃光及視野範圍有黑影（閃爍和飛蚊）出現眼前面。
- 水晶體後囊混濁，獲使用 YAG 激光來處理。

對於用藥物治療白內障，有 *L-carnosine* 溶液眼藥水。據一些醫生所說，這是一種抗氧化極強的藥物，可在六個月內消除白內障。

This booklet is published with the support of:

Department of Health

The City Bridge Trust

Lloyd TSB Foundation

Big Lottery Fund

Lambeth, Southwark & Lewisham NHS



Serving the mental health needs & promoting wellbeing of people from Vietnam

Hội Tâm Thần Việt Nam 越南心理保健服務

25 Fair Street, London SE1 2XF

Phone: 020 7234 0601 Fax 020 7407 7500

Email: info@vmhs.org.uk Website: www.vmhs.org.uk



Charity Registration No. 1001991 — Company Registration No. 2572955