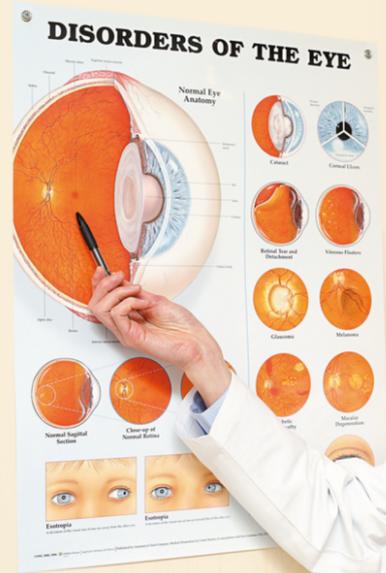


▼ 郭坤豪醫生指出糖尿病人很容易有眼血管病變，俗稱糖尿上眼。



糖尿病可算是最常見的都市病，全港就有七十萬名患者，即每十人便有一名糖尿病人。糖尿病會引起併發症，然而不少患者仍然掉以輕心，沒有好好控制血糖。而突然視力模糊，正是糖尿上眼的徵狀，有些病人，甚至是視力出現問題求診時，才知道自己患糖尿病，而到了這地步，損失的視力不一定能挽救。所以眼科醫生提醒，有了糖尿病，便要好好監察眼睛健康，否則後果堪虞。

撰文：陳旭英 攝影：張文智 設計：章可儀

# 糖尿上眼 激光手術

# 救視力

尿病引發的視網膜病變，「糖尿病影響血管健康，而眼部最多血管的位置是視網膜及脈絡膜，眼睛細胞廿四小時不斷工作，需要很多營養，故需要血管供應氧分。」

豪醫學博士說，糖尿上眼是非常普遍的糖尿病併發症，「在一項刊登在《香港醫學雜誌》的基層病人研究當中，四千四百二十三名二型糖尿病人，當中百分之二十八點四已有糖尿上眼情況，百分之六點二有機會失明；另一個社區研究中的一千零五十八名二型糖尿病人，百分之九點四有機會影響視力，而這班病人中百分之六十二點七在過去一年沒有做眼科檢查，反映很多病人根本不知道糖尿病有機會影響視力及有失明危機。」

## 患病廿年多血管增生

為何糖尿病人大多忽視眼睛健康？郭醫生解釋，初期糖尿病人視物沒有問題，但醫生檢查時可能已發現眼底有滲血及滲出脂肪。到病人在視力出現問題時才求醫，很多時受損的視力已無法完全復元，治療後可能只回復八、九成視力。

到底甚麼是糖尿上眼？郭醫生解釋，糖尿上眼通常是指由糖

**五** 十四歲的張女士，就是一位患了糖尿病多年都懵然不知的病人，當她視力出現問題時，才知道自己患糖尿病。

「那是〇六年的事，當時我意外撞傷了眼睛，到普通科門診求醫時，醫生有懷疑，於是幫我驗血，結果發現血糖比正常高，之後轉介我去見眼科專科醫生。」張女士說。

不過由於到政府醫院排期需時，張女士在等了一段頗長日子後，視力突然惡化，她不敢再怠慢，立即到養和醫院眼科部求診，經郭醫生了解後，認為要盡快進行激光手術，防止視力再惡化。

「出事的當天，記得我正在家看電視，突然間左眼近中間位置有一截黑影，像灰灰暗暗似的，阻擋了視力……翌日去求診時，郭醫生檢查後發現眼底出血，那些黑影和灰暗影像，正是血液……原來眼睛爆了血管……」張女士說。

## 糖尿病患者忽略眼睛

為何眼睛會爆血管？張女士的糖尿病，和這次眼睛爆血管有何關係？

養和醫院眼科專科醫生郭坤



- 1.圖為黃斑點水腫，箭嘴指着的黃色為滲漏的脂肪。
- 2.圖為眼底出血，箭嘴所指為出血部分。
- 3.圖為接受激光手術後的眼底，單箭嘴所示為舊激光痕迹，雙箭嘴位置是新激光痕迹。

郭醫生指出，糖尿上眼分兩類，一是血管增生，原因是糖尿病影響血管健康，當眼睛微血管出現阻塞或滲漏，眼睛不夠氧氣，故自行增生血管希望能輸送更多氧氣。可惜這些增生出來的是不正常血管，無法提供氧氣，而且血管壁薄弱，很多時病人打噴嚏或咳嗽會令



▲ 糖尿病人要注意控制血糖，否則就容易出現併發症。

▶ 二型糖尿病人一發現病情，便要最少每年見一次眼科醫生，做詳細視力及眼睛結構檢查。



微血管爆破，一爆便影響視力，病人形容事發時眼前像有一層霧散開似的。

第二類是黃斑點水腫，因血管差會出現滲漏，滲出的有血、血清、脂肪、蛋白。黃斑點是視網膜中心點，有滲漏就會影響視力，看不清。

「患糖尿病愈長時間，有併發症機會愈高。研究發現一型糖尿病人，即三十歲前發病的，在十五年後有四分之一會有血管增生問題，如他二十五歲發現病情，即四十歲便有四分之一機會出現血管增生；再過五年，有百分之五十五病人有血管增生。發病後二十年是重要分界線，即大約到了四十五歲就每兩名一型病人有一人出現血管增生。」

「而患糖尿病十五年或以上，就有百分之十五機會出現黃斑點水腫。當中以一型病人較多出現血管增生，二型病人則較多出現黃斑點水腫，亦可以同時有兩種情況。」郭醫生說。

### 控制三高 減併發症

如能控制血糖水平，可大大減少糖尿病上眼這個併發症的風險。要預防併發症，就要控制血糖、血壓、血脂。研究發現血糖控制良好，日後有糖尿病上眼機會可減七成六。就算已有糖尿病上眼問題，如能控制好血糖、血壓、血脂，可以減少五成四糖尿病上眼惡化風險，並可以減少五成六需要接受激光治療機會。

除了控制血糖、血壓、血脂，病人亦需要定期進行眼科檢查。郭醫生指出，一型病人最遲在病發後五年要見眼科醫生，之後每年一次；二型病人在發現病情後就需要盡快見眼科醫生，檢查眼底血管情況，之後每年一次。

郭醫生特別提醒有糖尿病的女士，一發現懷孕後要通知眼科醫生，密切監察視力。因為懷孕過程中荷爾蒙改變，會令糖尿病趨嚴重，故要加密檢查，可能每隔數星期便要見眼科醫生一次。而本身沒

有糖尿病的孕婦，如發現患妊娠糖尿病，婦產科醫生亦會轉介見眼科。

定期或密切監察，目的是在病情初期便加以控制及作出適當治療。郭醫生強調不應等視力出現問題才求醫，「根據全球醫療指引，糖尿病上眼發展至某程度，雖然未影響視力，已經要開始治療。如已經影響視力，很大機會

### 標靶藥物 改善視力

除了激光，近年發現病人可以注射標靶藥物，中和壞的生長因子，除了控制病情不再惡化，亦能達到改善視力目標。

郭坤豪醫生解釋：「當不正常因子被截，便不會有血管增生；同時可以減少血管滲漏，避免黃斑點水腫；第三個好處是防止血管再塞。」

過去糖尿病上眼病人在接受激光治療後，八成都只能控制病情不惡化，但未能改善視力。但研究發現注射標靶藥物後有五至六成病人視力會進步。」

不過郭醫生不諱言，目前因種種限制而令病人需要用昂貴藥物，令病人更重負擔。「目前可使用的三種標靶藥物Avastin、Lucentis及Eylea，每支約五千至九千元，病人首年需要注射約八劑，是相當大的負擔。」他希望有關藥物監管機構，可以考慮容許病人共享藥物，便可以大大減輕病人負擔。



如病人眼睛微血管爆破情況嚴重，就要進入手術室清血，及進行激光手術，防止再爆。



▲ 詳細的眼科檢查包括放大瞳孔看清楚眼底情況，而不是去驗眼咁簡單。



▲ 由營養師指導控制飲食，是控制血糖的要訣。

以激光治療，只要適當便足夠，不應過多或過量。」  
治療黃斑點水腫亦可以用激光，但劑量較輕。「治療血管增生是射在視網膜側，不射中央；但治療黃斑點水腫，就需要直接射在黃斑點。但黃斑點非常重要，為免損傷，我們只用低能量，目的是將血管滲漏位置封堵。在手術前我們會先檢查血管滲漏位置，病人需要進行螢光造影檢查。」郭說。

### 早治療 減視力受損

糖尿病上眼病人除了由眼科醫生作臨牀檢查，一般需要再進行兩項儀器檢查確定病情，一是眼血管螢光造影，注射不帶輻射的顯影劑，檢視眼睛微血管狀況，包括有沒有阻塞，有沒有滲漏。

另一個檢查是光相干性斷層造影，病人只需將頭部置於儀器上，儀器便可以掃描眼睛結構，能清楚檢視黃斑點及視神經頭狀況。  
研究確認血管增生病人及早進行激光治療，可以減少視力嚴重傷害風險五成。黃斑點水腫病人接受激光治療，同樣可減少五成中度視力受損機會。  
血管增生病人本身視物沒大問題，故手術前和手術後沒有大分別。黃斑點水腫病人激光手術後有明顯視力提升只有一成半，比例不高。

像張女士，她在見郭醫生時已經出現血管增生及血管爆破，因而視物模糊，惟她並不能立即進行手術，需等候血液沉澱及被吸收，才能進行激光手術，控制

### 控制好 糖尿上眼風險降

- 空腹血糖：5-7.2mmol/L，飽肚少於10mmol/L。
- 糖化血色素(HbA1c)：<7  
(研究發現糖化血色素每降1%，血管出現問題風險減35%)
- 血壓：130/80mmHg
- 血脂：高密度脂蛋白0.9-1.1mmol/L  
低密度脂蛋白2.6-4.4 mmol/L  
三酸甘油酯<2.2 mmol/L

糖尿病人按醫生指示注射藥物控制血糖在良好水平，併發症機會大減。



無法完全逆轉視力，例如可能只挽救五成，而視網膜、黃斑點是無法更換的人體器官。」

### 激光治療不是補品

如糖尿病人已經出現視網膜血管增生或黃斑點水腫，可以進行激光治療。「血管增生是由於視網膜某些位置不夠血而壞死，分泌不正常生長因子，令視網膜生長出不正常血管，這些血管容易爆破，故要在未爆前進行激光，將嚴重患病、壞死的視網膜部分燒死，阻止其分泌不正常生長因子，源頭被截，就不會有血管增生。」郭醫生說。

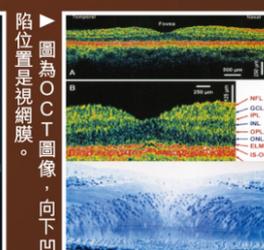
如血管一旦爆破，因為被血液擋住，醫生無法看清楚眼內情況，故無法進行激光手術，或需進行玻璃體切除術。

既然激光能有效阻止血管增生，有些病人會要求多做幾次，但郭醫生解釋，激光不是補品，不是愈做得愈好。「激光雖然風險低，沒有傷口，但會對視網膜造成一定影響，病人眼底會有激光治療過的痕迹。所以，有些病人會要求多做幾次，但郭醫生解釋，激光不是補品，不是愈做得愈好。」

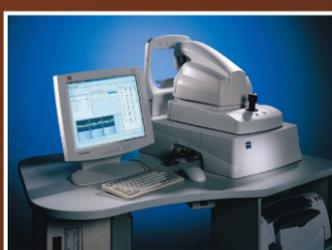
### 再爆眼血管損視力

然而張女士畢竟病情已久，血管健康狀況極差，她接受第一次治療後，三年前再度爆血管，這次比上次更嚴重，眼睛玻璃體充滿血而變得混濁。由於情況嚴重，郭醫生相信在短時間內血液無法沉澱及被吸收，故決定為張女士進行玻璃體清除積血手術及白內障手術，包括更換人工晶體，挽救視力。

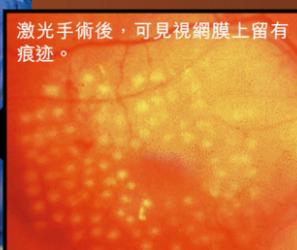
「我算好好彩，手術後視力大致回復，現在視力算是清晰。而這次手術順便換了人工晶體，日後再也不用擔心有白內障了！」  
郭醫生說，病人在爆血管後未必需要即時做手術，視乎個別情況而定，如醫生判斷情況非危急，可給一至二星期時間等候身體自行吸收血液。如經過一段時間未被吸收，就不能不做手術。「血管增生外亦會生長纖維，纖維會扯脫視網膜，故如情況未改善就要及早做手術清理玻璃體的血管，減低再次爆血管的機會，血管增生亦可導致難處理的嚴重青光眼。」



▲ 圖為OCT圖像，向下凹陷位置是視網膜。



▶ 光相干性斷層造影(OCT)，可檢查視網膜健康。



激光手術後，可見視網膜上留有痕迹。