

白内障年轻化！医：40岁后度数加深当心

视力雾蒙蒙度数飙升当心白内障

白内障是一种常见的老化性的疾病，眼睛内原本透明的水晶体变得混浊，出现看东西时会像隔着瀑布或起雾的玻璃一样模糊不清、视野中的背景颜色变黄等症状。端容眼科吴敏慧院长表示：视力模糊是白内障最主要症状，如果40岁后频繁更换眼镜，出现近视度数加深的现象，但感觉视力无法矫正，就有可能罹患白内障！此外，原本清晰的影像会转成朦胧、单一影像会好像有两个影子重叠般，或是夜间视力能力减退、影像中会有光圈或光晕，也都是白内障常见的症状之一。

吴敏慧院长说：有位40多岁的患者求诊，过去一年来看东西越来越模糊吃力，特别是在白天阳光强烈或夜晚驾车的时

候总是看不清道路号志，他以为是近视加深，便配了一副新眼镜，却发现视力矫正仍没有获得有效改善，再到眼科检查才发现原来是得了白内障。

白内障手术事先问清楚，才能看清楚

在台湾白内障手术已臻成熟，透过先进科技工具的辅助，手术风险低、时间短，术后恢复快，属于安全门诊手术。吴敏慧院长强调：「白内障目前唯一有效的治疗方法，就是用手术将混浊的水晶体移除，替换透明的人工水晶体，药物、饮食、运动及光学仪器都只能推迟白内障的持续发展。若白内障程度已经影响到患者自身使用视力的需求，建议尽快进行人工水晶体更换白内障手术。」

若白内障程度已经影响到患者自身使用视力的需求，建议尽快进行人工水晶体更换白内障手术。

市面上人工水晶体种类、品牌繁多，目前大略可分为单焦点、多焦点、长焦段、延焦段四种人工水晶体。传统单焦点人工水晶体定焦在特定距离，术后远距离影像清晰，但中近距离仍会失焦，须佩戴老花眼镜辅助矫正；如因工作或生活需求，要看远看近，可选择多焦点人工水晶体相对方便，但可能会有光学干扰，包含光晕、眩光的问题，对夜间视力影响较大。

吴敏慧院长提醒，新式延焦段人工水晶体除了远距离外，拉长可视范围至中距离，特别适合需要驾车、使用桌机电脑、



写字、烹饪等中度视距的用眼需求，再加上暗光处的视觉敏感度较佳，患者不论日夜、皆可方便又安全地进行日常生活。

吴敏慧院长提醒：「现今医学科技进步，已有新式延伸焦点的延焦

段人工水晶体，除了远距离外，拉长可视范围至中距离，特别适合需要驾车、使用桌机电脑、写字、烹饪等中度视距的用眼需求，再加上暗光处的视觉敏感度较佳，患者不论日夜、皆可方便又安全

地进行日常生活。白内障手术成功率已达99%，若手术过后出现不适的相关症状，务必与开刀主治医师联系，取得医疗谘询与协助，通常经过妥善治疗处理，都能得到症状的改善。」



关于婚姻，你有多少期待？

有人说，爱情是一件很复杂的事情，因为首先要找到一个自己爱的人，这个机率大一点；你爱的那个人刚好也爱上你，爱情的火花才会迸发，这个机率看似稍微降低了一些，不然不会有这么多的感情事件上新闻头条，也不会有那麽多的恐怖情人伺机而动；那麽如果你很幸运，刚好爱上了一个也很爱你的人，但他/她不巧是别人的爱人，那就麻烦了。

所以说，爱情真难，是不是？要找到能双双坠入爱河又没有感情债的人一点都不容易。

但是如果真的找到了，也顺利地谈了恋爱，共组了小家庭，准备展开幸福快乐的日子，你猜猜这样你依我依、惺惺相惜的日子可以维持多久呢？

根据内政部做的调查，2017年台湾有4万9千多对夫妻离婚，虽然相较前五年来说是降低了，但这数字还是很惊人，每年有将近15万对新人走入婚姻，但也有近五万人选择离婚，而且婚姻维持的时间越来越短，甚至有的人才刚结婚就离婚了。

在这种速食爱情的社会氛围下，更多的人选择不结婚，电视网路也不断地告诉人们单身无罪，单身也可以活得

很精彩，道致许多人宁愿自己一个人过得漂亮也不愿意两个人每天较量，或者是干脆养只狗养只猫互相取暖吧。这些都说出即使人有情感上的需要，也不一定认为婚姻是唯一的解决办法，甚至不把结婚纳入满足自己情感需求的选项之一。

不过，圣经上却和这个世代所倡道的观念背道而驰，圣经上是说人要离开父母，与妻子联合，二人成为一体。好了，神命定人要结婚，但结婚容易，经营婚姻说有多不简单就有多不简单，看看台湾的离婚率就知道了。我想很多离婚的人并不是因为对枕边人没有爱了，而是相处的方式让人感觉不到爱，也不在乎对方有没有感受到自己的爱，好像如此跟对方一起生活了好一段时间，更多的是习惯而不是爱情。所以当人们的婚姻期限拉长了以后，很容易就把当初对彼此的感觉忘却了，不是不爱，而是没有用心。

说一个小故事吧：一对结婚将近30年的夫妻，日常生活很平淡，一双儿女也都成家立业了，生活中没有什麽太多的涟漪，除了偶尔为琐事斗斗嘴，没事抱怨个两句，也不曾真的彼此生气。

有一天妻子发懒，不那麽想做饭，就叫丈夫去外面买晚餐回家，丈夫总是二话不说拿起钥匙就准备出门，只要不是特别赶时间，餐厅距离多远都不是问题，只要妻子能吃到想吃的东西就好了。这是他们一贯的相处模式，没有甜言蜜语，没有节日礼物，但这却是丈夫不做作的体贴。

到了妻子指定的店家，丈夫总会打电话给妻子确认她想要的菜色，偶尔妻子像犯傻一样忘了自己到底想吃那家店的什麽，丈夫总会耐心地把菜单上的菜透过电话读给妻子听，然后等妻子的回覆。说也奇怪，平常做事毅然果断的太太在某些时候就会选择障碍病发作，好像这个也好吃，那个也好吃，对自己想吃的东西拿捏不定。这时候就看出丈夫的温柔了：他从不催促自己的太太赶快选菜，也不曾抱怨过她选菜的速度慢，只是静静的等著太太的指令，或者告诉太太“你想吃的，我都买一点好吗？我们公家吃。”好几次都是这样，我想或许她们过去20几年的婚姻生活也是这样吧，不懂嘴甜的丈夫用行动证明

自己对妻子的爱，我笑称这是不嘴甜的体贴。

其实丈夫的体贴30年来始终如一，说穿了只是习惯了对自己在乎的人用心，妻子可能偶尔会忘记丈夫对自己的贴心而习以为常，但只要常常跳脱自己的角色，用第三人称的身份去看看身边人对自己做了什麽，就会发现其实

不需要去买婚姻宝典的书，也不用上网查男女相处的攻略，婚姻保鲜的秘诀就在于“多用一点心”。

圣经上说：“丈夫也当照样爱自己的妻子，如同爱自己的身体...”(弗 5:28)也说“作妻子的，要服从自己的丈夫，如同服从主；”(林前 7:16)妻子服从丈夫

的条件在于丈夫爱妻子要像爱自己一样，这样的婚姻就真是在地若天了。

多用点心吧！给每一位正在婚姻中挣扎的你，少点抱怨和针锋相对，你所谓“相处只剩下习惯”的那个人也正是你最离不开的人，因为若是没有了爱，连习惯对方这一步都走不到。



微笑……
不用成本，但能创造财富；
赞美……
不用花钱，但能产生力量；
分享……
不用费用，但能倍增快乐。
生活，是一面镜子，
你对它笑，它便笑；
你对它怒，它便怒。
心态，不过是心大一点；
人生，不过是看开一点。
不念人过，不念人非，
方能坦坦荡荡，顺其自然。
一念放下，万般自在。

“你要细查那完全人，观看那正直人，
因为和平人有好结局。”
~诗篇37篇38节~

