



夜盲症 入夜視力變差？

夜盲症是指在夜晚、黑暗或光線微弱的環境下，患者的視力降低，看不清事物。

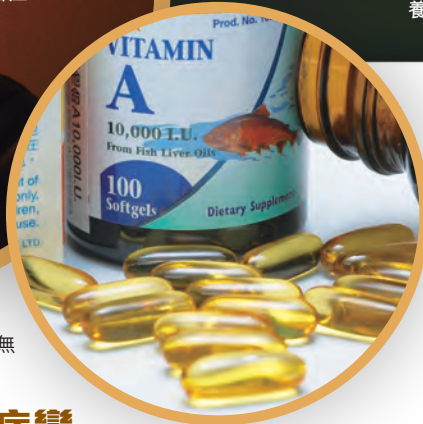
夜盲症分為先天性和後天導致，對健康和生活的影響不容忽視，今期眼科專科醫生講解夜盲症的病因、徵狀、以及治療和改善方法。

撰文：文樂軒 設計：林彥博

養和醫院眼科專科醫生
碧納菲醫生



若曾患上嚴重眼疾，例如視網膜病變或視力受損，有機會形成後天夜盲症。



► 身體缺乏維他命A會令視紫紅質無法正常轉化，導致夜盲症。

維A缺乏、眼睛病變

後天導致的夜盲症，最常見的是維他命A缺乏症。碧納菲醫生表示，這種疾病在以往營養不足的年代較為常見，維他命A可在人體內轉化成視黃醛，它有助激活視桿細胞內的視紫紅質（Rhodopsin），讓視桿細胞有感光能力；當身體缺乏維他命A，視紫紅質便無法被轉化，導致夜盲症。

「其次，嚴重視網膜脫落或病變、青光眼、視力嚴重受損、病變性深近視等嚴重眼部疾病，都有可能導致夜盲症。服用精神科藥物吩噻嗪（Phenothiazine）的病人，也有機會出現夜盲症的副作用。」她說。

雖然部分後天的眼部疾病會導致夜盲徵狀，但與先天性夜盲症不同之處，在於先天性夜盲症是由視桿細胞病變引起，有機會導致黃斑樣水腫、以及更大機會患上白內障或青光眼等問題，而後天的夜盲症較少誘發相關眼疾。

先天視桿細胞缺少

視網膜內含有視錐細胞（cone cell）和視桿細胞（rod cell），它們分別負責辨別顏色及感應光線，當視桿細胞出現問題，視力會在較暗的環境下變弱，從而造成「夜盲症」。

養和醫院眼科專科醫生碧納菲醫生說：「夜盲症可分為先天性和後天導致，先天性的夜盲症最常見的是患者出現『視網膜色素變性』，其視桿細胞會隨着年齡增長而逐漸失去功能，部分患者的視桿細胞甚至是天生已有功能缺失。」

其次『先天性靜止性夜盲』和『脈絡膜缺失症』的患者，也會有夜盲問題，他們的視桿細胞在出生時已經出現問題，甚至失去功能，嚴重患者更會影響視力。以上的先天性

夜盲症，可透過基因排序檢測，在胎兒出生前或可以得知相關的問題。」



◀ 部分人的視桿細胞天生有功能缺失，造成先天性的夜盲症。

按指示服用營養補充劑

夜盲症主要是由視桿細胞的功能缺失引起，暫時沒有直接根治方法，但有部分治療及改善方法，可幫助夜盲症患者。

碧納菲醫生說：「有研究指出夜盲症患者服用高劑量的維他命A和葉黃素，有助減緩夜盲症惡化，但是服用高劑量的維他命A和葉黃素有機會出現副作用，患者應按照醫生的指示服用。」

其次，針對部分先天的夜盲症，現時醫學上可透過基因治療，使用最新型藥物和手術改善徵狀；患者亦可以透過人工視網膜手術，幫助情況惡劣的夜盲症患者刺激視神經，保持視力。」

► 患者應按照醫生的指示服用維他命A和葉黃素。



◀ 視網膜電流圖檢查可測試不同光源環境下，視網膜的感光反應。

▼ 定期進行視力檢查，有助及早發現患上夜盲症。



視網膜電流圖檢查

實際上，當我們在黑暗或光線不足的環境下，視力也會受阻，所以由自己判斷是否患有夜盲症有一定的困難，碧納菲醫生表示：「由於未必所有人都能夠進行DNA檢查來得知自己是否患有夜盲症，所以一般情況下，可透過視網膜電流圖檢查，測試在不同光源環境下，視網膜的感光反應，同時也可定期進行視力檢查。」

對於夜盲症的患者，因視野收窄，日常生活上容易發生意外，所以我們應盡量確保環境光源充足、減少障礙物、注意高低不平的地面，以及可用顏色對比作為視覺上的提醒。」

夜盲症的患者因視桿細胞出現問題，所以在較暗的環境下視力會變弱。



周邊視野收窄

碧納菲醫生指出，夜盲症的徵狀是在黑暗或光線微弱的環境下看不清事物，一般情況下患者並不會突然視力受損，只是會感到光線微弱，事物逐漸變得模糊不清。

她說：「由於視桿細胞主要分布在視網膜四周，所以在夜晚或黑暗的環境下，通常會出現周邊的視野受阻，隨着夜盲症問題加深，患者後期的中央視力也有機會受影響。當所有視桿細胞功能受損，視紫紅質無法正常感應光源，將會在日間或充足的光線下亦無法看得見，最終演變成失明。」



一般夜盲症患者會出現周邊視野受阻的徵狀。