

# 应向您的眼科专家 咨询哪些问题

当您第一次被诊断出患有黄斑病变时，尽可能获取详尽信息至关重要。

得知患有黄斑病变可能让人震惊失措，所以了解清楚所患黄斑病变的类型以及所处的病程阶段，对于您、您的家人与护理人员极具价值。在处理您现在或将来可能需要的任何帮助服务时，也具有很大的帮助意义。

与医生探讨您的黄斑病变的病程阶段和病变类型非常重要。了解这一点，将有助于您调整对自身有益的相关饮食和生活方式，以及可能的治疗方案选项。



## 咨询眼科专家时

- 如果您不明白眼科专家的解答，请专家详细解释，直到您对答案感到确认为止
- 记录笔记或让朋友或家人为您做记录
- 请眼科专家为您写下有关的指引说明
- 尽可能获取一切可用的书面材料

## 眼睛健康检查清单

- 定期检查眼睛状况并确保对黄斑进行相应检查
- 戒烟
- 健康、均衡的饮食
- 每天吃深绿叶蔬菜和新鲜水果
- 每周吃两到三次鱼
- 每周吃一把坚果
- 限制脂肪和油的摄入量
- 保持健康的生活方式、控制体重和定期锻炼
- 考虑与您的医生商讨服用补充剂
- 对饮食习惯或生活模式做任何调整改变都应咨询您的医生



# 建议的问题清单

向您的眼科专家询问这些问题可能对您有所帮助

## 关于您的黄斑病变

- 我是什么类型的黄斑病变，湿性还是干性？
- 我的黄斑病变处于什么病程阶段？
- 如果一只眼睛受到影响，另一只眼睛是否可能也患上黄斑病变？
- 如果两只眼睛都受到影响，它们是否处于同一病程阶段？
- 我有哪些治疗方案可以选择？
- 我应该改变调整饮食习惯吗？
- 我应该服用高剂量的锌和抗氧化配方（AREDS 配方）吗？
- 哪些症状属于“正常情况”？
- 我什么时候应该紧急联系眼科专家？
- 我的黄斑病变类型将如何影响我现在和将来的视力？

## 低视力的相关支持服务

- 我什么时候应该去看验光师换新眼镜？
- 我应该进行低视力评估吗？
- 我去哪里进行低视力评估？
- 我所在地区提供哪些低视力患者帮助服务？
- 有哪些技术手段可以帮助我？
- 电子放大相关技术对我有帮助吗？

## 关于您的测试

- 我需要做什么测试？
- 我什么时候知道结果？
- 我需要做什么特别准备吗？

## 关于您的治疗方案选择

- 治疗是否适用于我的黄斑病变类型？
- 不同治疗方案之间有什么区别？
- 什么时候开始治疗？涉及哪些方面？
- 我需要多少次治疗？
- 有哪些风险和副作用？
- 有哪些帮助？成功系数情况如何？
- 成本（时间和金钱）是多少？
- 完成治疗后我可以回家吗？
- 我应该服用哪些补充剂（如果需要）？

**视力非常宝贵  
提出问题  
确保您清楚理解  
必要时做笔记**

免责声明：新西兰黄斑病变协会认为本资料所包含的资料在出版时信息准确。虽然在相关准备过程中已采取必要措施，您仍应向医生寻求医疗建议。新西兰黄斑病变协会对本出版物中的任何错误或遗漏或因其提供、运用或使用而造成的损害不承担责任，也不对本出版物作出任何明示或暗示的保证。本手册由新西兰黄斑病变协会制作。该手册仅作为指南，其内容不构成医疗建议，并且不得被作为医疗建议而进行使用。新西兰黄斑病变协会衷心感谢澳大利亚黄斑病变基金会（Macular Disease Foundation Australia）提供巨大支持、协助与合作。

Macular Degeneration New Zealand PO Box 137070, Parnell, Auckland 1151 [info@mdnz.org.nz](mailto:info@mdnz.org.nz)

如需更多信息和支持，请拨打 MDNZ 的帮助热线

**0800 MACULA (622 852) 或访问 [www.mdnz.org.nz](http://www.mdnz.org.nz)**