

患者教育手册

年龄相关性黄斑变性

抗VEGF眼内注射治疗 · 患者指导手册



目 录

·	前言	1
1	认识年龄相关性黄斑变性	2
2	眼科检查	6
3	年龄相关性黄斑变性的治疗方法	8
4	阿柏西普生物类似药治疗	10
5	坚持治疗很重要	16
6	定期自我检查	17
7	记录就诊情况	19

常见问题 Q&A 速查

Q	年龄相关性黄斑变性和老花眼一样吗?	5
Q	哪些人容易得年龄相关性黄斑变性?	5
Q	眼底检查和OCT检查要多长时间?	7
Q	年龄相关性黄斑变性能治好吗?	9
Q	治疗会疼吗?	9
Q	治疗要持续多久?	9
Q	治疗费用大概要多少?	9
Q	什么是生物类似药 (BS) ?	15

前言

年龄相关性黄斑变性，是一种随着年龄增长、视网膜中对视力最重要的中心部位——**黄斑**——受到损害，导致想看的東西看不清楚、視力逐漸下降的疾病。

近年來，隨著老年人口增多，年齡相关性黃斑變性的患者也呈增加趨勢。病情進展後會影響日常生活，嚴重時甚至可能失明。

好消息是，治療方法近年來不斷進步。堅持規範治療，可以阻止病情發展，視力的改善也值得期待。

希望您堅持定期到眼科接受治療，同時珍惜工作、興趣愛好、與家人相處的時光和社區活動，度過充實而有質量的每一天。

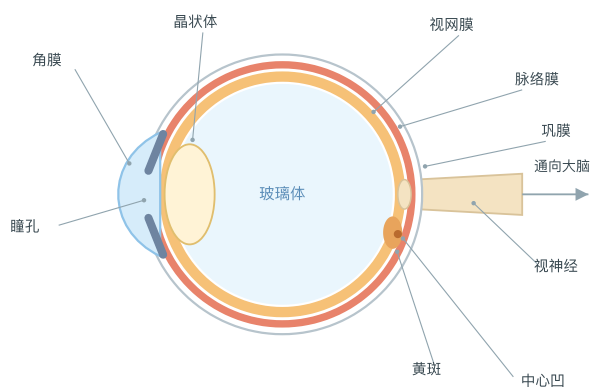


北京星辰黃斑病公益基金會

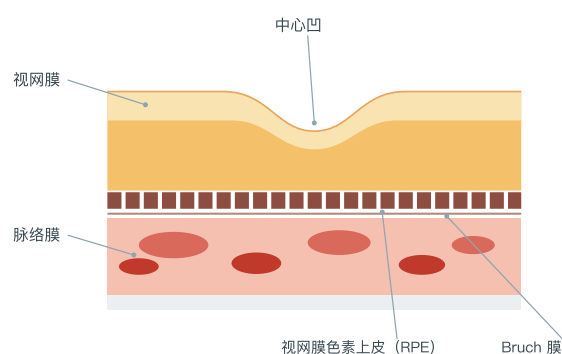
1) 黄斑受到损害会怎样

眼睛深处的**视网膜**，相当于照相机的“底片”：它感受光线，并把信息转换成电信号传递给大脑。位于视网膜中心的，就是**黄斑**——这里视力最好，负责分辨物体的形状、大小和颜色等重要工作。

随着年龄增长，黄斑内堆积的“代谢废物”会损伤组织和血管，视力随之下降：看东西模糊、变形、有缺损……如果病情继续发展，视力会进一步下降，有时甚至会失明。



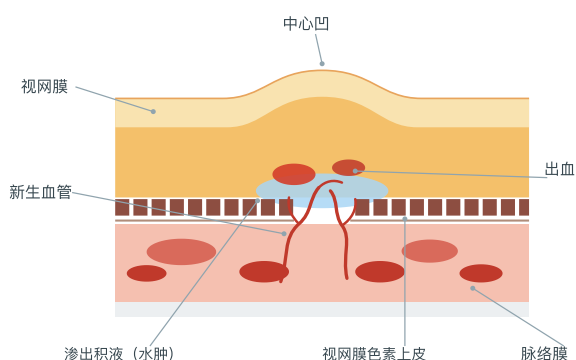
眼球基本结构（断面）【示意图】



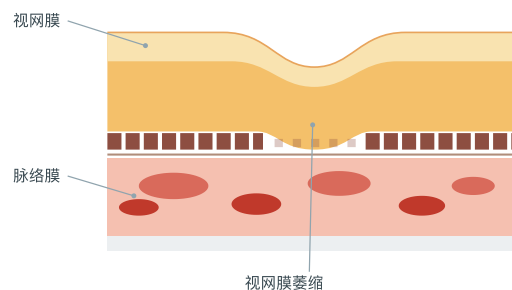
正常黄斑的断面【示意图】

2) 年龄相关性黄斑变性的两种类型

年龄相关性黄斑变性分为**新生血管型（湿性）**和**萎缩型（干性）**两种，病情进展的速度等并不相同。



新生血管型（湿性）【示意图】



萎缩型（干性）【示意图】

新生血管型（湿性）

黄斑部长出异常的血管（新生血管），血液和血液成分渗漏出来，积聚在黄斑部的视网膜下面。受此影响黄斑无法正常工作，视力下降。过去曾被称为“渗出型”。

萎缩型（干性）

视网膜的细胞逐渐减少（萎缩），黄斑失去功能而导致视力下降。这一类型进展较缓慢，但也有可能发生新生血管，因此需要定期检查。

3) 看东西会有什么变化

年龄相关性黄斑变性的症状和视物变化多种多样。症状较轻时，常容易被当作“太累了”而忽视。下面介绍几种典型的视物变化：



正常



视物变形



中心暗点



色彩变暗

- 视野中央看起来**扭曲变形**。看报纸时，文字可能像水波一样起伏。
- 视野中央**变暗**，或像被什么东西**挡住**了一样。
- 可能**分不清颜色**的深浅，或难以区别颜色。

Q 年龄相关性黄斑变性和老花眼一样吗？

A 不一样。年龄相关性黄斑变性是视网膜发生异常的疾病；而老花眼是看东西时负责调焦的晶状体变硬、调节能力下降的状态。老花眼可以戴老花镜减轻症状，年龄相关性黄斑变性则需要通过治疗来改善视力下降。

参考资料：日本眼科学会Webサイト：一般の皆さまへ＞目の病気＞病名から調べる（2025年11月1日参照）
<https://www.nichigan.or.jp/public/disease/>

Q 哪些人容易得年龄相关性黄斑变性？

A 有些因素会升高发病风险。请从均衡饮食等方面调整生活习惯，尽量避开风险。



吸烟



肥胖



高血压



饮食紊乱



阳光



遗传

会升高发病风险的因素

有助降低风险的均衡营养素

- 富含类胡萝卜素（叶黄素、玉米黄质）的黄绿色蔬菜（菠菜、小青菜、南瓜等）
- 维生素C、维生素E（柑橘、大豆、胡萝卜、绿茶等）
- 富含DHA、EPA的鱼类

参考资料：Kuan V, et al.: JAMA Ophthalmol. 2021;139(12),1299-1306 / 林憲志：ファルマシア 2014;50(3),212-216 / 尾花明：臨床眼科 2010;64(4),409-415

日常生活中如果发现看东西有变化，请到眼科做详细检查。

1) 问诊

医生会询问以下内容：

- 出现了什么症状，大约从什么时候开始的
- 过去的治疗经历和家族病史
- 生活习惯（饮食、是否吸烟等）
- 对检查和治疗有什么担心的事情

2) 视力检查

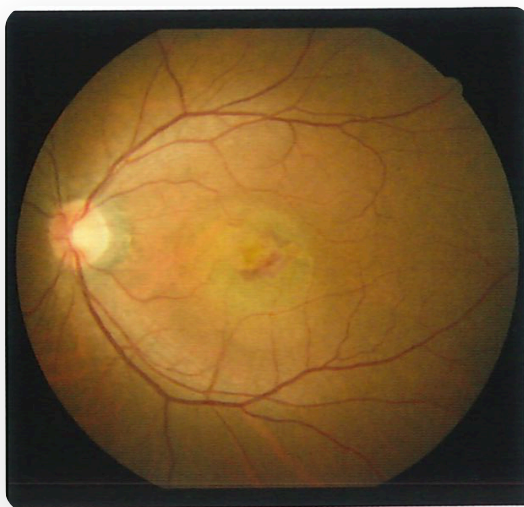
视力检查是眼科最基本的检查，通过它来确认您目前的视力情况。



3) 眼底检查

用眼底照相机详细查看眼睛深处的血管和视网膜（尤其是黄斑部）的状态。

※ 还有一种“荧光眼底造影检查”：从手臂的血管注射含荧光色素的造影剂，观察眼底出血和血液成分渗漏的情况。



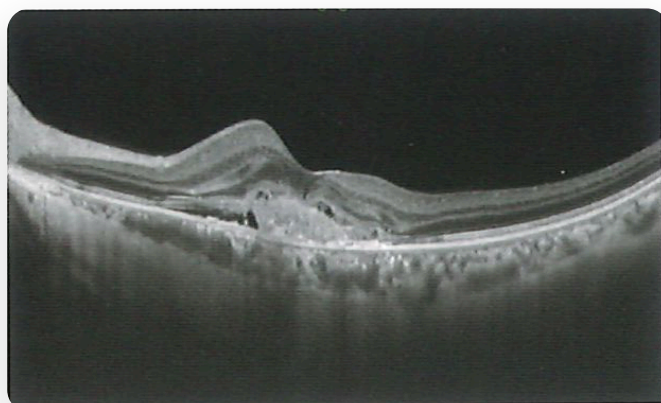
新生血管型AMD眼底彩色照片

4) 光学相干断层扫描（OCT）检查

拍摄视网膜的断层图像，观察新生血管的状态和视网膜水肿的程度。



正常



年龄相关性黄斑变性

Q 眼底检查和OCT检查要多长时间？

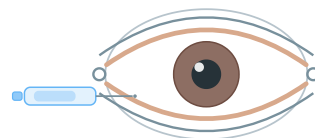
A 眼底检查和OCT检查都是只需看着仪器的简单检查，很快就能完成，也不会疼痛。第一次就诊时，从问诊到OCT检查和结果分析，一般几个小时内就能结束。

为了抑制病情发展，尽早开始治疗非常重要。

新生血管型（湿性）

① 抗VEGF药物治疗

随着年龄增长，眼部组织出现异常时，与异常血管（新生血管）生成相关的“血管内皮生长因子（VEGF）”会增多，长出脆弱易破的新生血管。血液及其成分从中渗漏，引起炎症和水肿，导致视力下降。因此，需要向眼内注射能够抑制VEGF作用的药物。



※ 详见第10页“阿柏西普生物类似药治疗”。

② 光动力疗法（PDT）

将药物注射到体内，再照射较弱的激光使新生血管闭塞。由于药物会对光产生反应，治疗后数天内外出时需要格外注意防晒。

③ 激光光凝术

用激光照射新生血管，将其烧灼封闭。只有当新生血管不在中心凹（看东西时最重要的部位，位于黄斑中央的凹陷处）时才会采用。

萎缩型（干性）

以往以改善生活习惯等预防措施为主。近年来，通过抑制补体的药物来延缓病情进展的治疗也已开始逐步应用。

Q 年龄相关性黄斑变性能治好吗？

A 很遗憾，目前还没有能彻底痊愈的方法。不过，针对不同症状、能有效抑制病情进展的治疗方法已经出现。请与医生商量，坚持检查、治疗，并改善生活习惯。

Q 治疗会疼吗？

A 治疗时会进行局部麻醉，绝大多数人基本感觉不到疼痛。

Q 治疗要持续多久？

A 药物注射治疗的情况下，为了不让病情发展，持续的检查和治疗非常重要。治疗间隔因人而异，请遵医嘱坚持治疗。

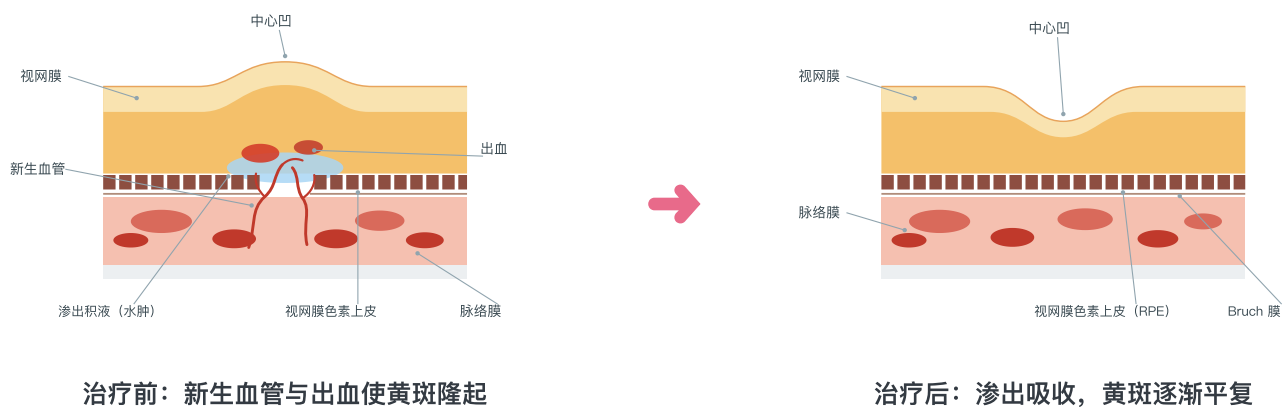
Q 治疗费用大概要多少？

A 抗VEGF眼内注射治疗已纳入我国医保支付范围。具体报销比例与个人自付费用因地区和医保类型不同而有差异，请咨询就诊医院的医保办公室。符合条件的患者，还可以向当地医保部门咨询门诊慢特病、大病保险等保障政策。

1) 阿柏西普生物类似药是什么药？

阿柏西普生物类似药是一种能够抑制**VEGF**作用的药物。VEGF与异常血管（新生血管）的生成密切相关。

把阿柏西普生物类似药注射到眼内，可以抑制新生血管的增生和生长，从而有望改善症状和视力。



※ 示意图：药物抑制新生血管后，渗漏减少，隆起的视网膜逐渐平复，黄斑功能有望改善。

2) 接受治疗之前

注射阿柏西普生物类似药时，会使用消毒药、麻醉药、散瞳药（放大瞳孔的药）、抗菌药（抗生素）等。

如果您以前使用药物或接受检查时出现过瘙痒、发红等过敏症状，请提前告诉医生。

※ 被诊断为青光眼、高眼压症的患者，曾经发生脑卒中或短暂性脑缺血发作的患者，以及正在怀孕或可能怀孕的患者，也请提前告知医生。



药物过敏



青光眼·高眼压



脑卒中病史



妊娠

请提前告诉医生

- 曾因药物或检查出现过瘙痒、发红等过敏反应
- 患有青光眼或高眼压症
- 曾发生脑卒中或短暂性脑缺血发作
- 正在怀孕或可能怀孕

3) 治疗当天的流程

注射前，医生会确认您视物情况的变化和身体状态。阿柏西普生物类似药由医生注射到眼内。

- 1 注射前滴入散瞳药（放大瞳孔的药）和局部麻醉药。
※ 根据医院和眼睛的情况，也可能会滴抗菌药（抗生素）。
- 2 在眼睛周围涂抹消毒药。
- 3 用消毒清洗液冲洗眼睛。
- 4 用器械撑开眼睛。
- 5 向眼白部分注射阿柏西普生物类似药。通常几乎没有疼痛。



4) 治疗后的注意事项

出现下列症状时，可能发生了感染，请立即联系医生。

- ✓ 眼睛疼痛
- ✓ 充血加重
- ✓ 眼屎增多
- ✓ 感觉与平时不一样：视力下降、视物模糊

洗澡、洗脸、洗头请遵医嘱进行。



禁止驾驶



勿揉眼睛

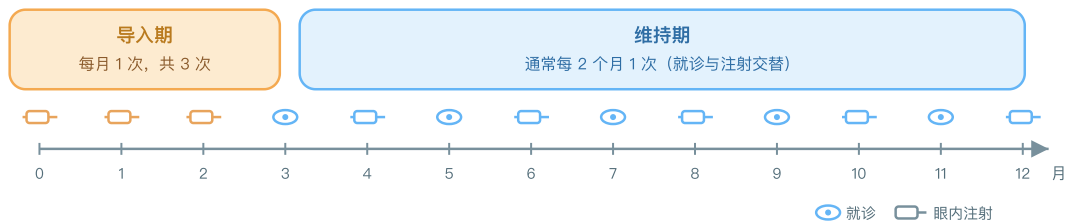


及时联系医生

- 即使有瘙痒、疼痛等不适，也不要用手揉眼睛。
- 注射后可能会暂时看不清东西、视物模糊。在视物恢复正常之前，请不要开车。

5) 治疗时间安排

阿柏西普生物类似药需要在医院定期注射。治疗开始时每月注射1次；之后根据恢复情况，与医生商量后按需注射。



※ 就诊间隔和注射时机因每位患者的病情而异，请向医生确认。

6) 关于副作用

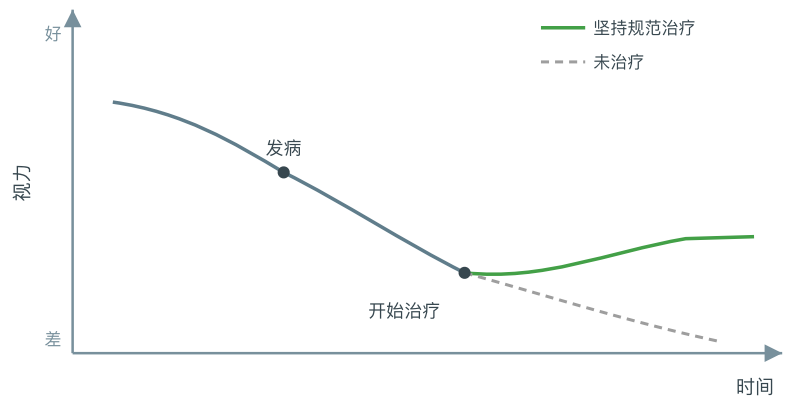
在阿柏西普生物类似药的临床试验（52周）中，205例受试者中有10例（4.9%）共14件被确认出现副作用。

※副作用为：视网膜色素上皮撕裂和结膜出血各2例（1.0%）2件，结膜充血1例（0.5%）3件，眼部刺激1例（0.5%）2件，视网膜出血、视物模糊、玻璃体浮游物、眼压升高和眼内炎各1例（0.5%）1件。 社内資料：第III相国際共同試験成績（AVT06-GL-C01）承認時評価資料

此外，如果感觉身体异常（如看到像黑色小虫一样的东西在动、说话困难等），或发现与平时不一样的地方，请咨询医生。

7) 坚持治疗很重要

要防止视力下降，坚持治疗非常重要。



Q 什么是生物类似药（BS）？

A 利用基因重组技术和细胞培养技术生产的、由蛋白质构成的药物，称为**生物药**。

生物类似药（BS） 在结构上与国内已获批并用于临床的原研生物药相似，且已通过临床试验确认，在安全性和有效性上与原研药没有差别。

由于生物类似药的研发成本相对较低，因此价格比原研生物药更便宜。



加深对年龄相关性黄斑变性的了解，安心地坚持治疗，最重要的是与医生、护士的沟通，以及家人的支持。

多和医生、护士聊聊

- 对疾病、检查结果或日常生活有不明白、不放心的事，不要闷在心里，问问医生或护士。
- 告诉医生您目前的情况和希望，一起制定治疗方针和目标。
- 治疗开始后，把治疗进展、效果和在意的情况及时告诉医生。



日常生活中，家人的配合也很重要

- 这种疾病旁人不那么容易理解。生活中的困难和不安，请好好告诉家人和身边的人。
- 为了患者能过上充实的生活，家人也请多了解这个疾病，在患者遇到困难时给予支持。



日常生活中可能遇到的困难

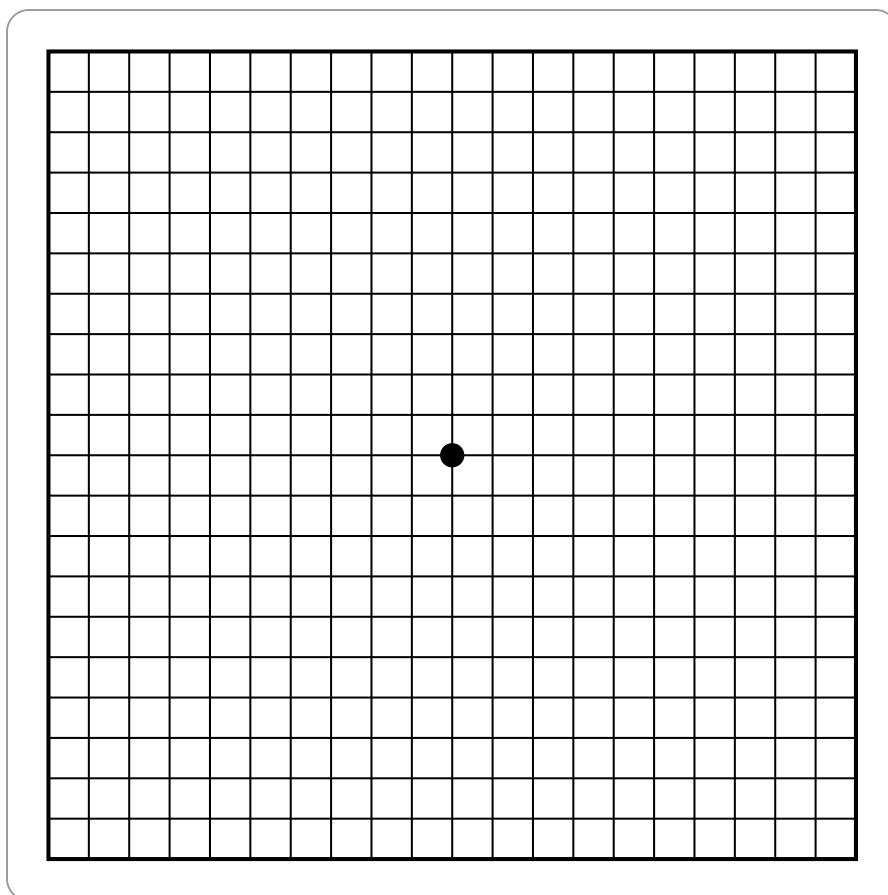
- 看不清钱币和价签
- 有时认不出别人的脸
- 做饭等家务难以胜任
- 剪脚指甲很困难
- 看不清楼梯等台阶落差

使用可以自己确认视物情况的**Amsler方格表**，定期检查视力变化吧。

- 1 距离眼睛约**30cm**。（戴着眼镜或隐形眼镜即可）
- 2 **单眼分别**注视格子中央的黑点。
- 3 确认线条是否**扭曲**、中央是否**变暗**或有**缺损**等视物变化。

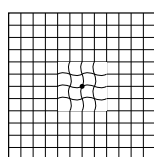


Amsler 方格表

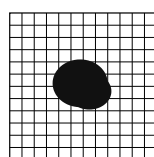


※ 距离约30cm，单眼注视中央黑点进行检查。

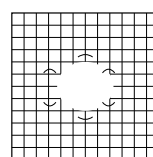
如果出现下面这些样子，请尽快就诊：



视物变形



中心暗点



中心缺损

线条扭曲 / 中心看不见（中央发暗） / 中心缺损

注射阿柏西普生物类似药的日期，或有什么在意的事情，请记录下来，下次就诊时带给医生看。

- 用Amsler方格表做自我检查，视物情况也请一并记录。
- 如果自己记录有困难，可以请家人或身边的人帮忙。

填写示例

就诊日期	本次诊疗内容	下次就诊时间	备注
2025/12/10	右 · 左 检查 · 注射	2026/1/13 13:30	12/16 眼睛有点发花。

※ 把下次想告诉医生的内容记下来。

就诊记录表

就诊日期	本次诊疗内容	下次就诊时间	备注
20 年 月 日	右·左 检查·注射	20 年 月 日 :	
备注:			
20 年 月 日	右·左 检查·注射	20 年 月 日 :	
备注:			
20 年 月 日	右·左 检查·注射	20 年 月 日 :	
备注:			
20 年 月 日	右·左 检查·注射	20 年 月 日 :	
备注:			
20 年 月 日	右·左 检查·注射	20 年 月 日 :	
备注:			
20 年 月 日	右·左 检查·注射	20 年 月 日 :	
备注:			

就诊记录表

就诊日期	本次诊疗内容	下次就诊时间	备注
20 年 月 日	右·左 检查·注射	20 年 月 日 :	
备注:			
20 年 月 日	右·左 检查·注射	20 年 月 日 :	
备注:			
20 年 月 日	右·左 检查·注射	20 年 月 日 :	
备注:			
20 年 月 日	右·左 检查·注射	20 年 月 日 :	
备注:			
20 年 月 日	右·左 检查·注射	20 年 月 日 :	
备注:			
20 年 月 日	右·左 检查·注射	20 年 月 日 :	
备注:			

北京星辰黄斑病公益基金会

Beijing Starlight Macular Disease Foundation



免责声明：本手册仅供患者教育参考，不能替代医生的诊疗建议；具体诊疗请遵医嘱。手册中医学影像由临床提供，仅作示意之用。