

## 乾 眼 症

眼睛乾澀、灼熱、異物感、變紅、容易疲勞是眼科門診常見的抱怨，為何會產生這些症狀，是因眼睛缺乏淚液的保養或潤滑所致，而淚液中的水分不足或是淚液蒸發過快，都可能造成這種情形。

眼睛之所以為靈魂之窗除了靠各部份如照相機般的基本結構外，黑眼珠（角膜）、白眼珠（結膜）外面薄薄一層淚液，擔任了視覺，保護及潤滑等功能，使眼睛更富神韻，情感表露更完美，水汪汪的眼睛多麼傳神，乾巴巴的眼睛顯的呆滯，更顯淚液對眼睛的重要性。

乾眼症有很多起因，如眼瞼無法閉攏、睫毛倒又、慢性眼瞼炎都會引發乾眼症，但因先天性淚線發育不良的個案較少見，後天造成的居多，主要原因：

### ①年齡因素：

眼淚會依年齡增長淚液分泌功能退化而減少分泌，根據統計，幾乎有 75% 超過 65 歲以上的年長者，皆有乾眼症的症狀。

### ②環境因素：

長期處於空氣污染、空調、長時間看電腦，導致眨眼次數過少與淚水分泌不足，暴露於陽光或風大的環境，會降低淚液分泌或讓乾眼症更嚴重。

### ③長期配戴隱形眼鏡：

隱形眼鏡就如同海綿一樣，含水量愈高的鏡片愈容易吸收眼睛的水分，再者隱形眼鏡戴久了，會造成神經遲鈍、角膜長期缺氧，引起淚液分泌不足，眼睛自然容易乾澀。

### ④女性賀爾蒙的改變：

停經後的更年期婦女，卵巢失去功能，無法分泌女性賀爾蒙間接讓淚液分泌減少，此外，懷孕婦女及使用口服避孕藥，皆會使淚

液分泌減少而導致乾眼症。

⑤近視雷射屈光手術：

接受雷射矯正近視手術後，因角膜瓣掀開，對角膜末梢神經造成影響，會產生短暫的淚水分泌過少。

⑥長期使用藥物治療：

長期使用青光眼用藥、抗組織胺、利尿劑、鎮靜安定藥物等，或接受化學治療者、頭部放射治療者，亦會降低淚液分泌。

⑦乾眼角膜結合膜炎：

自體免疫疾病及風濕病患者或黏膜組織發炎者，皆可能影響淚液分泌。

乾眼症的治療，輕度的患者可熱敷或按摩或一天四次人工淚液或藥膏使用；中度患者最好使用沒有防腐劑的人工淚液一天四次，或是用栓子將下淚點封住，以防水份流失；重度患者尤其要注意溼度，一定要用沒有防腐劑的人工淚液，每兩小時就可以點一次，必要時必須把上下淚點封住，以減少淚液的流出，增加淚液留存時間。