



NANOS

Patient

Brochure

Dry Eye Syndrome

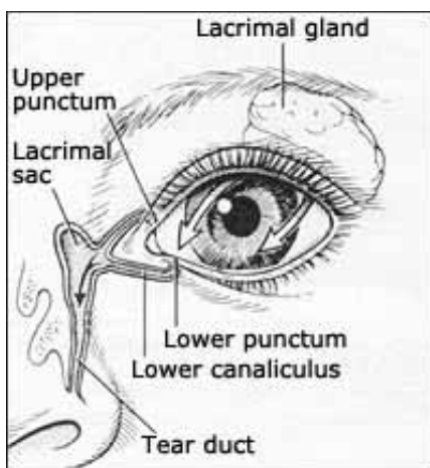
Copyright © 2015. North American Neuro-Ophthalmology Society. All rights reserved. These brochures are produced and made available "as is" without warranty and for informational and educational purposes only and do not constitute, and should not be used as a substitute for, medical advice, diagnosis, or treatment. Patients and other members of the general public should always seek the advice of a physician or other qualified healthcare professional regarding personal health or medical conditions.

乾眼症

您的醫生認為您可能患有乾眼症。淚膜是一種由水和化學物質組成的複雜混合物，能濕潤和保護雙眼。淚膜也是眼部的一個聚焦面。淚膜異常的人會被診斷為乾眼症，但這些患者可能並沒有眼乾的感覺。眼癢、燒灼感、刺痛、異物感（感覺砂礫在眼睛裡），或間歇性視力模糊也可以是乾眼的症狀。現時有很多治療包括藥物和不同的措施均可以緩解乾眼的症狀。您的醫生會協助您找出最適合您的治療。

淚液不僅僅是鹽水。淚膜可以被想像成如三文治一樣的三層結構。最底部是黏液層，中間是水樣層，最上面是脂質層。這三層結構需全部正常才能保護和濕潤雙眼。任何一層出現問題都會導致乾眼症。這三層分別由什麼構成呢？

1. 黏液層：黏液層包含黏液，連接眼球表面和水樣層。黏液層可以穩定淚膜，防止細菌灰塵黏附到眼球表面。
2. 水樣層：水樣層不僅僅是鹽和水，還包含許多蛋白質，如免疫球蛋白可以預防感染，溶菌酶可以分解細菌分泌的有毒蛋白。
3. 脂質層：脂質層可以想像成油份。它能阻止淚液蒸發並增加淚液的延展性。同黏液層類似，脂質層也可以穩定眼球表面的淚膜。健康的脂質層可以防止眨眼時的機械刺激。以上所有的功能都是為了保持淚膜的光滑和連續性以保護眼球表面，確保清晰的光學聚焦面。



這幅圖展示了左眼淚腺、淚管和淚囊的關係。淚膜的水樣層由淚腺分泌。淚腺位於眼部上方和眼瞼後方的眼窩內，眨眼可以把新鮮的淚液分佈到眼球表面。然後淚液經過兩個小洞(淚點),也就是淚管入口，離開。每隻眼的上下眼瞼分別各有一個淚管入口(淚點)。淚管入口連接著一個極細的管道(淚小管)，通往淚囊，淚囊位於眼部和鼻側之間。通過淚囊，淚水流進鼻腔。這就是為什麼哭的時候會流鼻水。

眨眼和淚膜

您可以把眼瞼想像成汽車擋風玻璃的雨刷一樣，通過眼瞼活動把淚膜平坦地分佈到眼球表面。因此任何眼瞼的問題都會影響淚膜的正常功能。例如眼瞼不能完全閉合，外傷導致的眼瞼疤痕也可以損害眼瞼的正常功能。

乾眼的症狀

乾眼症患者可能會有不同的症狀，這由受損的是哪層淚膜而決定。有一些人感覺眼乾，但也有很多人不會有這種感覺。有些人會感覺眼癢、刺痛、燒灼感或感覺眼睛裡面有東西（異物感）。其他人則可能感覺視物模糊，甚至重影。

淚膜的問題是怎樣引起視物模糊甚至重影的呢？淚膜是眼部的一個重要的聚焦面，類似“水樣透鏡”。任何引起淚膜不平坦或不穩定的問題，都會導致聚焦出現問題。乾眼症患者的一個常見問題就是，在閱讀時一開始看東西是清楚的，但過 10 分鐘或 20 分鐘後，視力就開始模糊，再也看不清楚了。

為什麼我會有眼乾症呢？

由於淚膜的複雜構造，有很多不同的問題都可以引起眼乾。這裡僅列舉一些例子。

1. 環境因素：生活在乾燥氣候的人比較容易受到眼乾影響。空氣濕度低會導致淚膜蒸發速度加快。灰塵、泥土和污染可能會加重乾眼症。
2. 雌激素的因素：更年期後的女性淚液分泌會減少。孕婦的淚液分泌則容易增加。但服用替代激素（如雌激素）的更年期女性之淚液分泌仍然會減少，我們對於雌激素替代治療對淚液分泌的作用尚未完全清楚。
3. 藥物：有些藥物會引起乾眼。除了雌激素替代治療外，抗組胺藥（如苯海拉明, diphenhydramine）和一些抗抑鬱藥（如阿米替林, amitriptyline）可引起乾眼症。即使您認為可能是藥物引起您的乾眼症，在停止服用處方藥前，您也應該先與您的醫生進行確認。

4. 眼瞼和眨眼：眨眼時眼瞼不能完全閉合（如一些甲亢病患者），或眨眼不夠頻繁的人（如帕金森患者），更易患上乾眼症。長時間閱讀或電腦前工作的人比較容易眼乾。當因為閱讀和注意力集中時，眨眼次數會減少。

乾眼的治療

乾眼的治療方法有很多，何種方法合適取決於淚膜哪層出現異常。對於大部份患者，使用人工淚液就足夠了。而有些患者則可能需要手術矯正眼瞼疤痕問題或不能完全閉合的問題才有幫助。

1. 人工淚液：人工淚液不是處方藥物，不需要醫生的處方證明。人工淚液有很多不同的品牌和類型。您的醫生可以幫助您選擇，患者有時需要嘗試很多種才能找到最合適或有效的那種。一些人工淚液比較濃稠，有些患者喜歡濃稠的人工淚液，因為效果比較持久。但也有些患者不喜歡濃稠的人工淚液，因為會有短暫的視物模糊。對於需要經常使用人工淚液的患者，醫生或會推薦一種不含防腐劑的人工淚液。
2. 人工淚液眼膏：嚴重乾眼的患者有時需要使用軟膏來保護眼睛。而有些患者則僅在夜間需要使用眼膏，這樣對睡覺時不能完全閉合眼瞼的患者特別有幫助，或者是對晨起乾眼症狀嚴重的患者為佳。
3. 消炎治療：醫生有時會為嚴重乾眼的患者開消炎眼水。這種情況最常開的藥物是 Restasis（環孢素），擦洗眼瞼、熱敷和抗生素：有些患者的問題存在於分泌油脂的腺體，最常見的是酒糟鼻（acne rosacea）患者。這類病人可能是分泌不足、分泌過多或分泌物過於濃稠。醫生可能會建議您通過改變生活方式來解決問題，即眼瞼熱敷和擦洗。有時使用口服抗生素如強力黴素（doxycycline）會有幫助，尤其是對於酒糟鼻患者。這些抗生素可以使瞼板腺的分泌物變稀薄，幫助穩定淚膜的油脂層。因此即使您沒有感染，醫生也可能處方其中一種抗生素。淚管入口栓塞：乾眼患者有時會接受一個或全部淚管入口栓塞的治療（見上面的淚液引流圖），以增加眼球表面的淚液量。淚管入口栓塞必須由醫生操作，可以是臨時性或永久性的。如果乾眼持續存在，醫生也可能用燒灼的方法永久封閉淚管入口。

4. 手術：手術僅對眼瞼疤痕、眼瞼不能完全閉合或眼瞼位置異常的患者有效。

常見問題解答

問：為什麼我總是流淚還會患乾眼症？

答：過多的流淚是乾眼的常見症狀。這是由於淚膜三層結構改變引起的刺激，導致反射性流淚。

問：我用了人工淚液，但是似乎沒有效果。是有什麼地方我做的不對嗎？

答：治療形式的選擇主要決定於疾病的嚴重程度。對於輕度乾眼症患者，單單使用人工淚液可能足夠了。然而對於更嚴重的情況，可能便需要配合其他治療一併使用。為了使人工淚液發揮效用，建議人工淚液規律定時使用並且於白天清醒時使用數次。