



乾眼症

CMER
希瑪醫療

CMER
希瑪眼科

甚麼是乾眼症？

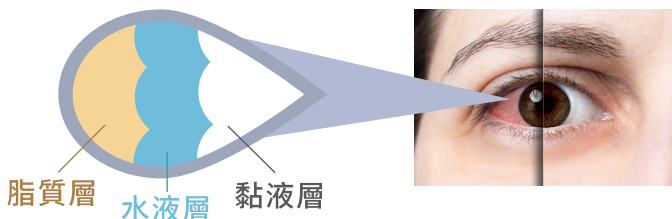


眼睛表面的淚水層（淚膜）對於維持眼睛健康、舒適及良好的視力十分重要。淚膜中的脂質、水液和黏液層，其中一層出現問題，以致淚水質量或分泌量有變，便會導致眼睛滋潤不足，並造成「乾眼症」。

乾眼症成因



眼睛表面有一層淚膜，覆蓋在眼角膜及結膜上，形成一層濕潤保護膜，維持眼睛表面健康，淚液層由外到內可分為三層：



脂質層

由眼瞼的皮脂腺所分泌，在最外層，主要功用是增加淚膜表面張力，延緩水液層的蒸發，使眼瞼及眼球表面濕潤。



水液層

由淚腺所分泌，在中間層，使眼睛的表面濕潤、提供角膜氧氣、有殺菌及清除代謝物的作用。



黏液層

由結膜的杯狀細胞所產生，在最內層，使水液層能均勻分佈在結膜表面，減少眨眼時產生的摩擦。

乾眼症症狀



眼睛乾澀



容易疲倦
眼皮緊繃



眼癢、
有異物感



眼痛、
有灼熱感



眼睛分泌物、
黏稠



眼睛會出現
紅腫、充血



怕風、畏光、
對外在刺激
很敏感



嚴重者會
角膜破皮
視力模糊

乾眼症的類別

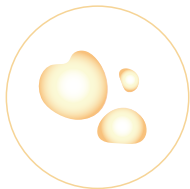


缺水型



若淚腺受到破壞、功能退化或異常，淚水分泌會減少。當人年紀增長以致淚腺退化；或女士進入更年期後荷爾蒙改變；或有自體免疫性疾病；這些情況都可能引致淚水分泌不足，造成「缺水型」乾眼症。

缺油型



瞼板腺的開口在上下睫毛根部附近，主要的功能為分泌脂質層，健康的脂質層可減緩淚膜水液層的揮發。當淚液缺少脂質層，水分會快速蒸發，造成「瞼板腺功能障礙」。

混合型(缺水及缺油)



臨床上，多數患者屬於混合型乾眼症，即是淚水分泌不足(缺水)及淚液蒸發太快(缺油)兩者症狀並存。

患乾眼症的高危人士



長時間配戴隱形眼鏡人士



長時間注視電子螢幕人士



長期服用藥物，
如：血管收縮劑、抗抑鬱藥、安眠藥、降血壓藥



長時間處於乾燥環境，
如：有冷氣或暖氣的室內地方、陽光下暴曬



免疫系統疾病患者，
如：關節炎、糖尿病、甲狀腺疾病等



更年期婦女
(約45歲以上)



乾眼症的診斷



| 級別 | 第一級 | 第二級 | 第三級 | 第四級 |
|----|------|------|-----------|-----------|
| 程度 | 輕微 | 中度 | 嚴重 | 非常嚴重 |
| 頻率 | 偶爾不適 | 較常不適 | 經常並持續感到不適 | 嚴重不適，持續不減 |

常見診斷測試



- 1 淚液分泌試紙測試時，會在應診者的眼睛滴入表面麻醉的眼藥水，數分鐘後將淚液分泌試紙放在眼角內側，閉上眼5分鐘，讓濾紙吸收淚水，取出濾紙後量度淚水弄濕濾紙的長度。試紙淚水長度多過或等於5毫米可能患上乾眼症。
- 2 裂隙燈淚膜破裂測試是用作分析淚液功能穩定性，醫生會使用裂隙燈及螢光染色，在應診者眼睛的表面點上螢光素，把淚膜染色去觀察淚膜的破裂時間。若淚膜在5秒內破裂，很大機會患上乾眼症。

治療方法



1 消除誘因

- 避免長時間使用電腦及手機
- 減少接觸冷氣及煙塵等誘發眼乾的環境
- 睑板腺功能障礙人士應注意清潔眼瞼、應用抗生素等

2 淚液成分替代治療

- 使用不含防腐劑的人工淚液
- 嚴重者可能需要使用自體血清

3 減少淚液流失

- 使用淚道塞子堵塞淚道開口
- 嚴重者可考慮永久封閉淚道開口

4 配戴鞏膜鏡

- 鏡片有助淚水停留眼表，滋潤角膜表面

5 其他方法

- 盡量避免服用減少淚液分泌的藥物
- 因免疫因素而引起的乾眼問題，可加用免疫抑制劑或短期局部使用激素
- 減少配戴隱形眼鏡的時間
- 多喝水來補充身體水份
- 多食用含豐富維他命A和胡蘿蔔素的食物



CMER Medical Center
希瑪醫療中心



診所地址



眼睛健康資訊



眼科查詢及預約熱線：3956 2026