



了解乾眼症

乾眼症，顧名思義應該是會覺得眼睛乾乾澀澀的，其實也不盡然，它有時會有燒灼感、異物感，也有可能發生眼睛疲勞現象，甚至眼睛癢、眼睛酸、黏黏的感覺，與慢性結膜炎的症狀很相似，但是乾眼症的患者通常會發覺到，加果置身於溫暖或加速淚液蒸發的環境下（如空調的房間），症狀會更加明顯。

有些乾眼症患者反而會覺得淚水多，也就是以假性溢淚現象來表現，這可能是因為他們的基礎淚水分泌不夠，刺激淚腺引起反射性淚水而來的。於正常眨眼時，角膜前的淚液層會更換，使眼睛覺得舒適，視物清楚，但是乾眼症的人，則此種更換的效果較差，因而產生不適的症狀，甚至視力短暫性的模糊。

我還這麼年輕，怎麼會有乾眼症呢？

以往好發於老年人的乾眼症，有往下侵犯年輕族群的趨勢。導致乾眼症日漸普遍的原因，包括電腦終端機的普及，隱形眼鏡的風行等等，再加上都市水泥叢林裡，室內中央空調使得空氣乾燥、濕度降低、淚液蒸發快，室外空氣污染嚴重，易導致眼瞼及結膜發炎。

這些都會對我們的雙眼造成傷害，導致乾眼症狀，而這類的高危險群，正是每天坐辦公桌的上班族，女性同胞們又多半喜歡配戴隱形眼鏡，更加重了乾眼的症狀，這也難怪乾眼症的患者，三十至五十歲的年齡層總共佔了一半左右，且女性為男性的兩倍！

乾眼症是指眼睛的淚液出了問題，不能均勻的濕潤眼睛表面所造成的種種症狀。這個淚液的問題可能是分泌量的不足，也可能是質的改變，或是眨眼不正常及眼睛表面的結膜或角膜出了問題，

正常的眼睛淚液分泌後，隨著眨眼會在眼睛角膜和結膜之前形成一層很薄的淚液膜，平時我們不會感覺它的存在，但是一旦這層淚液膜出了問題，所產生的症狀可能會讓您的日常生活大受影響，煩不勝煩。

淚液膜由外而內又可分為油脂層、水液層及黏液素層等三層，只要這三層中任一層出了問題，就可能導致乾眼的症狀。

油脂層是由眼瞼的瞼板腺（一種皮脂腺）所分泌，可以延緩水液層的蒸發，及增加淚液的表面張力，它也是眼瞼及眼球接觸面的潤滑劑。所以眼瞼有發炎或眼瞼緣結疤，瞼板腺功能異常都會影響油脂層的功能，在年輕族群中，尤其是跑外勤及常熬夜生活作息不正常的人，容易有這些問題。

水液層佔了淚液膜的絕大部份，由淚液及副淚腺所分泌，主要提供眼睛平滑的光學表面，供給角膜上皮細胞氧氣，清除眼睛表面的代謝產物及殺菌的作用。

不論先天性，或後天性的疾病，如自體免疫疾病、血液疾病、內分泌失調（如停經）、感染、受傷、手術、藥物等，都會影響水液層的分泌。

黏液素層是由結膜的杯狀細胞所分泌，它的功能是將角膜上皮細胞由親脂性變為親水性，使得水液層能夠均勻地分佈在角膜表面。

任何疾病會若侵犯結膜構造，如慢性結膜炎、砂眼、維生素A缺乏、化學藥品（強酸或強鹼）灼傷等，都會導致黏液素層異常，使得水液層無法均勻地分佈在角膜表面，易造成乾眼症狀。

流淚或溢淚的眼睛雖然常使人覺得不舒服，眼淚多需要經常的擦拭，但是相反的，有時反而可藉這些淚水將積在結膜穹窿內的細菌或毒素沖掉呢！倒是淚水太少或缺少時，比較容易引起角膜與結膜上皮的角質化，造成角膜的癍痕而影響到視力。

常常流眼淚會造成乾眼症嗎

由於流淚的原因很多，如情緒性因素、神經受刺激、眼球表面或視網膜受刺激、屈光不正、過敏、嗅覺或內分泌疾病都可能造成。流淚大多因反射性分泌引起，有些乾眼症初期，淚液基礎分泌不足，卻刺激淚腺引起反射性分泌增加，也會有常流淚的症狀，所以常流淚並不會造成乾眼，但有可能是乾眼症的初期症狀。

若有任何疑問，請不吝與我們聯絡
電話：(04) 22052121 分機 1141