



# NANOS

# Patient

# Brochure

# Dry Eye

*Copyright © 2016. 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.*

## جفاف العين

قد يعتقد طبيبك أن لديك جفاف العين. الطبقة الدمعية هي خليط معقد من المياه والمواد الكيميائية التي ترطب وتحمي العين. الطبقة الدمعية أيضا بمثابة سطح مركز على العين. ويتم تسمية أمراض الطبقة الدمعية "جفاف العين"، ولكن بعض المرضى الذين يعانون من "جفاف العين" قد لا يشعرون بأن عيونهم هي "الجافة". بل يشعرون بأحد هذه الأعراض: احتراق، حكة بالعين، احساس أن هناك رمل أو حصى في العين، أو عدم وضوح الرؤية يمكن أن تكون جميع الأعراض في "جفاف العين". وهناك عدد من العلاجات والأدوية، والإجراءات التي يمكن أن تخفف من أعراض جفاف العين. طبيبك يمكن أن يساعدك على تحديد العلاج الأفضل بالنسبة لك.

الدموع لا تتركب فقط من المياه المالحة. الطبقة الدمعية يمكن اعتبارها بمثابة ساندويتش من ثلاث طبقات. الطبقة المخاطية بالاسفل، والمياه المالحة في الوسط، وطبقة من "الدهون" على السطح. جميع الطبقات الثلاث تعمل بشكل صحيح لحماية وترطيب العين. ويمكن لأي مشكلة بأي من هذه الطبقات الثلاث ان تؤدي إلى "العين الجافة". ما هي هذه الطبقات ومما تتركب؟

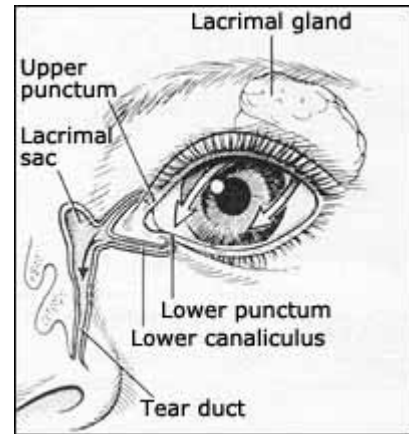
### الطبقة المخاطية

طبقة الميوسين تحتوي المخاط الذي يشكل رابطا بين المياه المالحة والسطح الأمامي من العين. وهي تساعد على استقرار الطبقة الدمعية وتمنع العدوى إلى العين.

### الطبقة المائية

المياه المالحة، أو الطبقة المائية، تحتوي على أكثر بكثير من الملح والماء. فيها البروتينات المناعية، التي تساعد على منع الالتهابات، وتحتوي على انزيم الليزوزيم الذي يهضم البروتينات الضاره التي تفرزها البكتيريا.

هذه الصورة تبين العلاقة بين العين اليسرى والغدة الدمعية، والكيس الدمعي. تفرز الطبقة الدمعية من المياه المالحة من الغدة الدمعية. انها غدة فوق العين، وراء الجفون، داخل تجويف العين. حركة الجفون تجلب الدموع الجديدة باستمرار. الدموع تخرج من خلال اثنين من الثقوب بالجفون. الجفن العلوي من كل عين لديه فتحة لتصريف الدموع والجفن السفلي من كل عين له فتحة لتصريف الدموع. هذه الفتحات موصلة بقنوات دقيقة للكيس الدمعي، وتقع بين العين وجانب من الأنف. وتنزل الدموع في الأنف. لهذا السبب عندما تبكي، أنفك تسيل منها دموع.



### طبقة الدهون

وهي من الدهون والزيوت. أنها تساعد على منع التبخر للطبقة الدمعية وزيادة انتشار الطبقة الدمعية. مثل طبقة الميوسين، فإنها تعمل أيضا لتحقيق الاستقرار في الطبقة الدمعية على سطح العين. طبقة دهون طبيعيه تمنع تهيج العين عندما يرمش الجفن. جميع هذه الوظائف تساعد على الحفاظ على الطبقة الدمعية مستويه ومتكامله، وحماية سطح العين وضمان إبصار العين واضحا وبدون مشاكل.

## حركة الجفون و الطبقة الدمعية

ويمكن اعتبار جفونك مثل ماسحات الزجاج التي أدت إلى انتشار الطبقة الدمعية بالتساوي على سطح العين. ويمكن لأي مشكله بالجفون ان تؤثر سلبا على الطبقة الدمعية، ومنعها من العمل بشكل صحيح. مثال على ذلك حالات عدم غلق الجفون تماما. ندبات الجفون اثر اصابه او ما شابه ممكن ان تعيق عمل الجفن الطبيعي.

## أعراض جفاف العين

مرضى جفاف العين يعانون من أعراض مختلفة ، اعتمادا على الطبقة الدمعية المصابه. فبعض الناس لديهم إحساس بجفاف بالعينين، الا ان الكثيرين لا يشكون من الجفاف انما يعانون من الحكه ، الخشونة ، الحرقه، أو الإحساس بأن هناك شيئا ما في أعينهم. آخرون يعانون من تشويش بالنظر.

كيف يمكن لمشكلة مع الطبقة الدمعية أن تؤدي إلى ضبابية في الرؤية أو حتى رؤية مزدوجة؟ ، الطبقة الدمعية تعمل مثل "عدسة على العين". ويمكن لأي مشكلة أن تجعل الطبقة الدمعية متفاوتة أو غير مستقرة ، وتؤدي إلى مشاكل بالتركيز . من الناس ممن يعانون من جفاف العين عندما يقرأون ، رؤيتهم تكون بالبدايه واضحة، ولكن بعد القراءة لمدة 10-20 دقيقة، تصبح رؤيتهم ضبابية و لا يعودون قادرين على القراءة.

## لماذا عيني جافة؟

لأن الطبقة الدمعية معقدة جدا، وهناك عدد من المشاكل المختلفة التي يمكن أن تسبب جفاف العين. هنا مجرد أمثلة قليلة .

## الأسباب البيئية

الناس الذين يعيشون في المناخات الجافة أكثر عرضة للتأثر بجفاف العين. انخفاض الرطوبة يؤدي للتبخر السريع للطبقة الدمعية من سطح العين. الغبار والتلوث أيضا يسببان جفاف العين .

## أسباب هرمونية

المرأة التي انقطع الطمث لديها تميل إلى أن تكون أقل إفرازا للطبقة الدمعية. النساء الحوامل تميل إلى إفراز اغزر للطبقة الدمعية. النساء اللاتي يدخلن مرحلة انقطاع الطمث و اللاتي يتناولن أيضا هرمونات بديلة ( مثل هرمون الاستروجين) تميل إلى أن تكون أقل إفراز للطبقة الدمعية. تأثير العلاج ببدائل الاستروجين على إفراز الطبقة الدمعية غير مفهوم تماما .

## الأدوية

ويمكن لبعض الأدوية أن تسبب الجفاف. يمكن وبصرف النظر عن العلاج بالهرمونات البديلة ، مضادات الهستامين (مثل بينادريل ، أو ديفينهيدرامين) وبعض مضادات الاكتئاب (مثل Elavil ، أو أميتريبتيلين) ان تسبب جفاف العين . يجب عليك دائما استشاره طبيبك قبل التوقف عن أي وصفة الدواء ، حتى لو كنت تعتقد انها قد تسبب جفاف العين.

## حركة الجفون

الناس اللذين لا تعلق عيونهم تماما عند الترميش (على سبيل المثال ، المرضى الذين يعانون من جحوظ العينين) ، أو يقللون من الترميش (على سبيل المثال ، المرضى الذين يعانون من مرض الرعاش) ، هم أكثر عرضة للجفاف بالعين. الناس الذين يقرأون أو يعملون على الكمبيوتر لساعات طويله هم أيضا أكثر عرضة للجفاف بالعين. عندما نقرأ أونركز ، حركة الجفون اللاإرادية تقل.

## علاج جفاف العين

هناك العديد من العلاجات المختلفة للجفاف العين والعلاج المناسب يعتمد على تحديد أي مكون من الطبقة الدمعية هو غير الطبيعي. كثير من المرضى يستخدمون الدموع الاصطناعية . أفراد آخرون يحتاجون إلى عمليات جراحية لتصحيح الجفن أن كان به ندوب أو إن كان لا يغلق بشكل صحيح .

#### الدموع الاصطناعية

الدموع الاصطناعية متاحة دون وصفة طبية من الطبيب . هناك العديد من النواعيات المختلفة للدموع الاصطناعية . طبيبك يمكن أن يساعدك على الاختيار ، ولكن الناس في كثير من الأحيان يجب أن يجربوا العديد من الدموع الاصطناعية المختلفة حتى يجدوا النوع الملائم لهم . بعض الدموع هي أسمك من غيرها . بعض المرضى يفضلون مرهم للدموع لأنها أطول تأثيرا من القطرة . أشخاص آخرون لا يحبون المرهم لأنها تؤثر على رؤيتهم . للمرضى الذين يحتاجون إلى استخدام الدموع الاصطناعية بشكل متكرر ، سوف يوصي الأطباء أحيانا أنواع خالية من المواد الحافظة .

#### مرهم الدموع الاصطناعية

المرضى الذين يعانون من جفاف العين الشديد يحتاجون أحيانا إلى استخدام مرهم لحماية أعينهم . بعض المرضى بحاجة فقط الى استخدام مرهم الدموع الاصطناعية عند النوم . مرهم عند النوم مفيد بشكل خاص للمرضى الذين عيونهم لا تغلق تماما عند النوم ، أو للمرضى الذين لديهم أعراض أكثر شدة لجفاف العين في الصباح .

#### مضادات الالتهاب

يصف الأطباء أحيانا قطرات العين المضادة للالتهاب للمرضى الذين يعانون من جفاف العين الشديد . الدواء الأكثر شيوعا Restasis السيكلوسبورين

#### غسل الجفن والدعك والمضادات الحيوية

بعض الناس لديهم مشاكل مع الإفرازات من الغدد التي تفرز الطبقة الدمعية . الأكثر شيوعا هو حب الشباب . قد يكون إفرازات المرضى غير كافية ، إفرازات كثيرة جدا ، أو إفرازات سميكة جدا . طبيبك قد يصف نظام من غسل دافئ للجفن أو دعك الجفن لمعالجة هذه المشاكل . وأحيانا المضادات الحيوية ، مثل الدوكسيسيكلين ، قد تساعد ، وخاصة ممن يعانون من حب الشباب الوردية . هذه المضادات الحيوية تؤثر على افرازات الغدة الميبونية والمساعدة على استقرار الطبقة الدهنية . قد يصف لك الطبيب واحدا من هذه المضادات الحيوية حتى ان لم يكن لديك عدوى .

#### إغلاق قنوات تصريف الدموع

يمكن سد فتحات القنوات الدمعية لمنع تصريف الدموع وبالتالي(انظر الرسم التخطيطي أعلاه) لزيادة كمية الدمع على سطح العين . يجب إدراج المحبس البلاستيكي المؤقت او الدائم من قبل الطبيب . ويمكن للأطباء أيضا استخدام أداة الكي ليغلق نهائيا الفتحات بالجفون إذا استمرت الحالة

#### الجراحة

الجراحة ضرورية فقط بالمرضى اللذين يعانون من ندوب بالجفن ، او المرضى الذين جفونهم لا تغلق تماما او جفونهم ليست في الوضع الصحيح .

#### أسئلة وأجوبة

كيف يمكنني أن يكون لدى جفاف العين بينما عيني تذرف ماء طوال الوقت؟

فائض الدموع هو من اجد أعراض جفاف العين . هذا التدميع هو نتيجة لرد فعل التهيج الناتج عن اضطرابات باحدى الطبقات الدمعية.

استخدم الدموع الاصطناعية دون جدوي . هل هذا لسبب اقترافي خطأ ما؟

اختيار طريقة العلاج تعتمد إلى حد كبير على شدة المرض . الدموع الاصطناعية وحدها قد تكون كافية لحالات أكثر اعتدالا ، الا انها بالحالات الاصب لا تكفي وتكون جنبا إلى جنب مع العلاجات الأخرى . لكي تكون الدموع الاصطناعية فعالة ، يجب أن يتم استخدامها على أساس منتظم و عدة مرات في اليوم حين يكون الشخص مستيقظا .