



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.

干眼

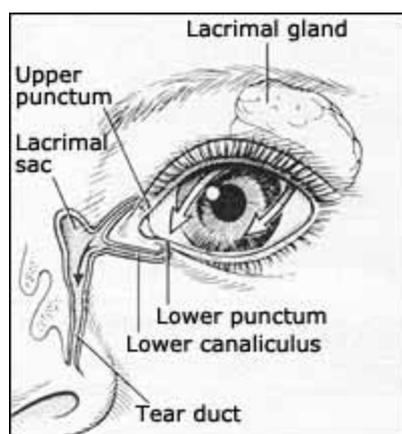
您的医生认为您可能患有干眼。泪膜是一种由水和化学物质组成的复杂混合物，能湿润和保护双眼。泪膜也是眼部的一个聚焦面。泪膜异常的人被诊断为干眼，但有些干眼患者可能并没有眼干的感觉。眼痒、烧灼感、刺痛、异物感（感觉砂砾在眼睛里），或间歇性视物模糊都可以是干眼的症状。有很多治疗、药物和措施可以缓解干眼的症状。您的医生会帮助您决定哪种治疗最适合您。

泪液不仅仅是盐水。泪膜可以被想象成如三明治一样的三层结构。最底部是黏液层，中间是水样层，最上面是脂质层。这三层结构需全部正常才能保护和湿润双眼。任何一层出现问题都会导致干眼症。那这三层分别由什么构成呢？

(1) 黏液层：黏液层包含黏液，连接眼球表面和水样层。黏液层可以稳定泪膜，防止细菌灰尘黏附到眼表。

(2) 水样层：水样层不仅仅是盐和水，还包含许多蛋白质，如免疫球蛋白可以预防感染，溶菌酶可以分解细菌分泌的有毒蛋白。

(3) 脂质层：脂质层可以想象成油。它能阻止泪液蒸发并增加泪液的延展性。同黏液层类似，脂质层也可以稳定眼表的泪膜。健康的脂质层可以防止眨眼时的机械刺激。所有的功能都是为了保持泪膜的光滑和连续，保护眼表，保证清晰的光学聚焦面。



这幅图展示了左眼泪腺、泪小点和泪囊的关系。泪膜的水样层由泪腺分泌。泪腺位于眼部上方和眼睑后方的眼窝内，眨眼可以把新鲜的泪液分布到眼表。然后泪液经两个小洞也就是泪小点流出。每只眼的上眼睑和下眼睑分别有一个泪小点。泪小点连接着一个极细的管道，通往泪囊，泪囊位于眼部和鼻部之间。通过泪囊，泪水流进鼻部。这就是为什么哭的时候会流鼻涕。

眨眼和泪膜

您可以把眼睑可以想象成汽车挡风玻璃的雨刷一样，通过眼睑活动把泪膜平坦地分布到眼表。任何眼睑的问题都会影响泪膜的正常功能。例如眼睑不能完全闭合，外伤导致的眼睑瘢痕也会损害眼睑的正常功能。

干眼的症状

干眼患者可能会有不同的症状，这由受损的是哪层泪膜决定。有一些人感觉眼干，但也有很多人不会有这种感觉。一些人感觉眼痒、刺痛、烧灼感或感觉眼睛里面有东西（异物感）。其他人感觉视物模糊，甚至重影。

泪膜的问题是怎么引起视物模糊甚至重影的呢？泪膜是眼部的一个重要聚焦面，类似“水样透镜”。任何引起泪膜不平坦或不稳定的问题，都会导致聚焦出现问题。干眼患者的一个常见主诉就是，在阅读时一开始看东西是清楚的，但过 10 分钟或 20 分钟后，视力就开始模糊，再也看不清楚了。

为什么眼干？

因为泪膜是复杂的，有很多不同的问题可以引起眼干。这里仅列举一些例子。

(1) 环境因素：生活在干燥气候的人们更容易患干眼。空气湿度低导致泪膜蒸发速度加快。灰尘、泥土和污染可能会加重干眼症。

(2) 雌激素的因素：绝经后女性分泌泪液减少。孕妇的泪液分泌易增加。服用替代激素（如雌激素）的绝经后女性也会泪液分泌减少，雌激素替代治疗对泪液分泌的作用尚未完全清楚。

(3) 药物：有些药物会引起干眼。除了雌激素替代治疗外，抗组胺药（如苯海拉明）和一些抗抑郁药（如盐酸阿米替林或盐酸阿密曲替林）可引起干眼症。即使你认为可能是药物引起你的干眼症，在停止服用处方药前，你也应该与你的医生进行确认。

(4) 眼睑和眨眼：眨眼时眼睑不能完全闭合（如 Graves 病患者），或眨眼不够频繁的人（如帕金森患者），更易患干眼症。长时间阅读或电脑前工作者易患干眼。当阅读和注意力集中时，眨眼次数会减少。

干眼的治疗

干眼的治疗方法有很多。何种方法合适取决于哪层泪膜异常。对于很多患者，人工泪液就足够了。而其他一些患者可能需要手术矫正眼睑的瘢痕问题或不能完全闭合的问题。

(1) 人工泪液：人工泪液是非处方药，不需要医生的处方。人工泪液有很多不同的品牌和类型。您的医生可以帮助你选择，但患者经常需要尝试很多种才能找到有效的那种。一些人工泪液比较浓稠，有些患者喜欢浓稠的人工泪液，因为效果比较持久。也有些患者不喜欢浓稠的人工泪液，因为会有短暂的视物模糊。对于需要经常使用人工泪液的患者，医生会推荐一种不含防腐剂的人工泪液。

(2) 人工泪液眼膏：严重干眼的患者有时需要使用软膏来保护眼部。有些患者仅在夜间需要使用眼膏，这样对睡觉时不能完全闭合眼睑的患者特别有帮助，或者是对晨起干眼症状严重的患者。

(3) 抗炎治疗：医生有时会为严重干眼的患者开抗炎眼水。这种情况最常开的药物是 Restasis（环孢素）。

(4) 眼睑湿敷、擦洗和抗生素：有些患者分泌油脂的腺体存在问题，最常见的是酒糟鼻。患者可能分泌不足、分泌过多或分泌物过于浓稠。医生可能建议您通过改变生活方式来解决问题，即眼睑热敷和擦洗。有时眼用抗生素如强力霉素会有帮助，尤其是对于酒糟鼻患者。这些抗生素可以使睑板腺的分泌物变稀薄，帮助稳定泪膜的水样层。医生可能开具其中一种抗生素，即使你没有感染。

(5) 泪小点栓塞：干眼患者有时会栓塞一个或全部泪小点（见上面的泪液引流图），以增加眼表的泪液量。泪小点栓塞必须由医生操作，可以是临时的或永久的。如果干眼持续存在，医生也可能用烧灼的方法永久封闭泪小点。

(6) 手术：手术仅对眼睑瘢痕、眼睑不能完全闭合或眼睑位置异常的患者有效。

常问的问题

(1) 为什么我总是流泪还会患干眼？

过多的流泪是干眼的常见症状。这是由于泪膜三层结构改变引起的刺激，导致反射性流泪。

(2) 我用了人工泪液，但是似乎没有效果。是有什么地方我做的不对吗？

治疗形式的选择主要决定于疾病的严重程度。对于轻度干眼患者，单独的人工泪液可能足够了。然而对于更严重的情况，滴眼液通常与其他治疗联合使用。为了使人工泪液有效，需要规律使用并且白天清醒时多次使用。

(刘雪 刘丽娟)