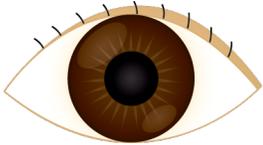


干眼症

Dry Eye



什么是干眼症？

干眼症是当眼睛未得到适当的润滑时所发生的视力问题。这种情况可能是由于眼泪不足或泪水质量差。

每当您眨眼时，一层薄薄的泪膜会形成来润滑眼睛。泪膜是由3层所组成。最外层是油脂层，产生光滑的眼泪面并防止眼泪蒸发得太快。中间层是水液层，形成眼泪，去除杂物来保持眼睛清洁。黏液层是最内层，帮助眼泪黏在眼睛并保持眼睛湿润。如果其中一层不能正常运作，可能会出现干眼症。

眼睛所产生的泪水量可能会随着年龄老化、慢性健康问题、药物、环境或生活方式的影响而不同。随着年龄的增长，眼睛产生眼泪的能力自然会减弱，尤其是超过50岁的人。与男性相比，更年期后妇女由于荷尔蒙的变化，患干眼症的风险更大。

造成干眼症的因素

- 服用过敏药、荷尔蒙补充剂、避孕药、抑郁症、焦虑症、帕金森症和高血压的药物
- 患有某些自身免疫性疾病，如狼疮和类风湿性关节炎
- 糖尿病
- 甲状腺疾病
- 缺乏维他命A
- 长期配戴隐形眼镜
- 注视屏幕时间过长（电脑/手机/电视屏幕）
- 身处在多风、多烟或非常干燥的环境

干眼症的症状和征兆

- 眼睛发红、刺痛、灼热或不适
- 眼睛内或眼睛周围有的黏液
- 过度分泌眼泪（当眼睛干涩时，眼睛会产生更多眼泪）
- 配戴隐形眼镜时眼睛感觉疼痛

干眼症的诊断和治疗

诊断干眼症的第一步是安排约见眼科医生，然后您的医生可以和您讨论适当的治疗方法。

治疗可能包括：

- 更改您目前服用的处方药
- 多眨眼或闭上眼睛以保持眼睛湿润
- 按摩眼皮
- 温敷眼部
- 使用人工泪液或人工泪液凝胶/膏
- 使用处方眼药水以促进泪液分泌
- 动手术来堵塞或封闭泪管

参考资料：

- www.nei.nih.gov/health/dryeye
- www.aaopt.org/eye-health/diseases/what-is-dry-eye