認識乾眼症

國泰綜合醫院 眼科 護理部編印 著作權人：國泰綜合醫院
本著作非經著作權人同意，不得轉載、翻印或轉售

■ 何為乾眼症?

乾眼症指的是眼睛淚液分泌量不足、淚液在眼球上的分佈不均勻，或是分泌出的淚液過度蒸發，造成淚液無法適當的保持眼球表面的濕潤所造成的主觀感覺。

一般常見的症狀包括有眼睛乾澀、容易疲勞、怕光、怕風、分泌物較多或暫時性的視力模糊等。若病情較為嚴重者，則易出現眼睛紅腫、充血、角質化，角膜上皮糜爛等，長期如此容易造成角結膜病變，並且明顯影響視力

■ 為什麼會有乾眼症?

乾眼症常見的成因，是由於淚水分泌量缺乏所引起之乾眼症狀，因結膜之發炎反應，會使淚腺發炎進而造成淚腺的破壞，症狀主要以下午或傍晚用眼時間較長後不舒服為主，可用人工淚液、抗發炎藥物、自體血清眼藥水等來治療。另一主要成因為瞼板腺阻塞

導致不能正常分泌油脂，引起瞼板腺功能障礙，臨床可見眼瞼緣充血甚至有新生血管形成，有時睫毛上會有皮屑，症狀主要以早上醒來不舒服。

■ 熱敷眼睛的方法

1.先將臉部清洗乾淨。

2.將乾淨的毛巾浸泡於 40~45℃的溫熱水中。

3.將浸泡過後的毛巾輕輕覆蓋在閉著的雙眼上。

4.熱敷 5 分鐘後，取下毛巾（因毛巾已冷卻），重覆 2.和 3.的步驟，再次熱敷 5 分鐘。

5.上述步驟每天可做 1~4 次。

6.同時間若需要點眼藥水或藥膏，請於熱敷後再點。

7.可搭配使用恆溫熱敷眼罩（自費）。

■ 眼瞼清潔的方法

1.將少許嬰兒洗髮精加入 20 倍的清水稀釋均勻。

2.將沾有稀釋洗髮精的棉棒或棉球，搓洗眼睫毛根部，將眼瞼緣油脂分泌物除去，左右眼使用不同一支棉棒或棉球。

3.用清水將眼瞼洗淨。

4.可使用盒裝的眼部清潔棉（自費）。

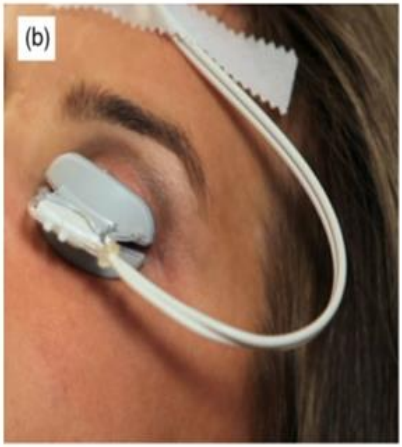
瞼板腺功能障礙的檢查與治療

表面干涉儀（LipiView）：

是一種淚液油脂層分析儀，藉由高清晰影像觀察瞼板腺結構是否有阻塞或惡化萎縮的現象及患者是否有健康的眨眼習慣，同時也是目前唯一能檢測淚液的油脂層厚度之檢查，此檢查可幫助後續治療的選擇，檢查需自費 1,400 元（雙眼）。

LipiView

Lipiflow



■瞼板腺熱脈動治療儀（Lipiflow）：

瞼板腺功能障礙除了可以透過眼瞼清潔、熱敷眼罩及按摩眼瞼來改善外，醫師也可使用瞼板鑷來擠壓眼瞼板但會較為疼痛。目前更有效的方法是利用以 12 分鐘多次加溫與擠壓按摩的瞼板腺熱脈動治療儀，將長期阻塞的瞼板腺油脂融化，促進新的腺體分泌並維持正常的油脂代謝，需自費 14,000 元（單眼），一次效果可達 9 個月至一年，但有時仍需持續熱敷眼瞼並輔予藥物治療和人工淚液來潤滑眼表面等。

祝

早日康復

此資料僅供參考，關於病情實際狀況，請與醫師討論

若有任何疑問，請洽

國泰綜合醫院	(02)27082121	轉 5231-5233
新竹國泰綜合醫院	(03)5278999	轉 8111-8112
汐止國泰綜合醫院	(02)26482121	轉 2901-2903

我們將竭誠為您服務！

國泰綜合醫院關心您！

AH100.516.2021.01 初訂

2023.01 審閱