

傳媒報導

日期：2017年9月7日(星期四)

資料來源：信報 – 健康生活 – C2 標題：乾眼症定義

參考網址：[請按此](#)

眼病新知 · 陳文彬

乾眼症定義

愈來愈多人受乾眼症困擾，嚴重會令雙眼疼痛不已，不但影響生活和工作，亦可能導致角膜上皮損傷。最近，淚液膜及眼球表面學會 (Tear Film and Ocular Surface Society) 刊登第二個大型國際乾眼工作坊 (Dry Eye Workshop, DEWS II) 的綜合討論報告，總結10年來乾眼症的研究，跟大家分享一二。

一、完善乾眼症的定義：乾眼症是眼部的表面疾病，主要特徵是淚水膜喪失了內在平衡，淚水分泌不穩定和較黏稠，又或眼球表面發炎或損傷，以及神經感覺異常而引致不同的症狀。乾眼症以往主要分

為缺水性乾眼和蒸發性乾眼兩大類。

二、流行病學統計：亞洲人患有乾眼症風險較高。分析證實，乾眼症的症狀和病徵隨着年齡增長而增加。女性較男性易有乾眼症，年齡增加時更顯著，這可能歸因於男女激素的差異，在調節眼球表面方面發揮不同的功效。這並不代表年輕就不會有乾眼症。其他因素包括糖尿病、暴露在乾燥的環境、戴隱形眼鏡或使用電子產品(眨眼次數減少)，都會影響患病率。

三、處理乾眼症：最終目標是恢復淚水膜的內在平衡，令眼球表面不再受損。基本如改善飲食習慣、注意眼衛生理和使

用人造淚水等，以至進一步如佩戴硬性鞏膜鏡片等。腺板腺功能障礙可能是蒸發性乾眼的主要原因，而暖敷眼皮就能有效處理此障礙。

最近一份研究報告顯示，含薄荷醇 (Menthol) 的暖敷可緩解症狀，使淚水體積和淚水穩定性增加。另一項新研究發現使用紅光亦可緩解乾眼病的症狀。研究中，一組患者每周至少兩次將發射紅光的儀器放置在閉合眼睛上數分鐘，幾個月後，發現眼淚水可停留在眼球表面更久。這些都是對乾眼症的潛在新型治療。

提醒大家，如有眼乾問題，切勿自行照紅光，必須向視光師或眼科醫生查詢；賽馬會流金匯設有全面眼科視光檢查，歡迎致電 3763 1000。

作者為第一部份註冊視光師

愈來愈多人受乾眼症困擾，嚴重的乾眼症可以令到眼疼痛不已，不但影響正常生活和工作，亦或可以導致角膜上皮的損傷。最近，淚液膜及眼球表面學會 (Tear Film and Ocular Surface Society, TFOS) 刊登了第二個大型的國際乾眼工作坊 (Dry Eye Workshop, DEWS II) 的綜合討論報告，總結十年來乾眼症的研究，可跟大家分享一二。

一. 完善了乾眼症的定義

乾眼症是眼部的表面疾病，主要特徵是淚水膜喪失了內在平衡、淚水分泌不穩定和較黏稠，又或眼球表面發炎或損傷以及神經感覺異常而引致不同的症狀。乾眼症以往主要分為缺水性乾眼和蒸發性乾眼兩大類。

二. 流行病學統計

亞洲人患有乾眼症風險較高。分析證實，乾眼症的症狀和病徵隨著年齡增長而增加。女性較男性易有乾眼症，年齡增加時更顯著。這可能歸因於男女激素的差異，在調節眼球表面方面發揮不同的功效。另外，過往針對年輕一族(四十歲以下)患乾眼症的研究很少，但並不代表後生就不會有乾眼症。其他因素包括糖尿病和其他系統性疾病、暴露在乾燥的環境、戴隱形眼鏡或使用電子產品(眨眼次數減少)，都會影響乾眼症的患病率。

三. 處理乾眼症

處理乾眼症的最終目標是恢復淚水膜的內在平衡，令眼球表面不再受損。由於乾眼症是多種因素引起，處理方法亦很多。基本如改善飲食習慣、注意眼皮衛生和使用人造淚水等；以至進一步如配戴硬性鞏膜鏡片等等。瞼板腺功能障礙可能是蒸發性乾眼的主要原因，而暖敷眼皮就能有效處理此障礙。而最近一份新的研究報告顯示，暖敷時用使用含有薄荷醇(Menthol)可緩解乾眼病的症狀，可使淚水體積和淚水穩定性增加。另一項新研究中，發現使用紅光亦可紓解乾眼病的症狀。研究中，一組患者每周至少兩次將發射紅光的儀器放置在閉合眼睛上數分鐘，幾個月後，發現眼淚水可停留在眼球表面更久。這些都是對乾眼症的潛在新型治療。

提提大家，如有眼乾問題，切勿自行照紅光，必須向視光師或眼科醫生查詢；賽馬會流金匯設有全面眼科視光檢查，歡迎致電 3763 1000 了解服務詳。