

## 如何治疗干眼?

干眼常见的治疗方法包括改变生活方式和使用滴眼液。症状严重的干眼患者,可选择手术治疗。

生活方式的改变,例如减少隐形眼镜的使用、降低电脑屏幕高度、减少使用空调,以及进食含有丰富欧米加3油脂成分的均衡饮食,这些措施对控制干眼症状有显著的影响。

眼球表面没有损伤的干眼(如角膜染色阴性或无角膜炎),患者可以使用非处方药如润滑剂来控制症状。眼科医生会告诉您是否患有眼球表面疾病或全身性疾病,如何处理由药物加重的干眼症状及在这种情况下应该注意的问题。

严重的干眼可使用综合性的方法治疗,例如类固醇药物、泪小点封闭术或手术使眼睑闭合。



该病人信息小册子是眼科就医的普通指南,帮助病人了解各种眼睛疾病及其检查和治疗。该小册子并不能取代眼科医生的看诊和建议。如果您有任何眼睛疾病和疑虑,请咨询眼科医生。

如果没有新加坡全国眼科中心事先授权许可,该小册子内容不得以任何形式复制使用。

信息校正于印刷日期(二零二零年三月)

新加坡全国眼科中心公司注册号码: 198900840W

### 新加坡全国眼科中心

第3医院道11号,新加坡邮区168751

预约服务: (65) 6227 7266 传真: (65) 6226 1884

电邮: [appointments@sneec.com.sg](mailto:appointments@sneec.com.sg)

网址: [www.sneec.com.sg](http://www.sneec.com.sg)

/@SNEC.SERI

## 更详细的了解 干眼

Tomorrow's Eye Care, Today®

Singapore National Eye Centre  
SingHealth

## 什么是干眼?

如果人体分泌的泪液不足或泪液的成分不正常,就不能充分覆盖眼球表面而导致干眼。

泪液形成的泪膜是保证眼球表面整体健康的重要组成部分,可以清洁、湿润、滋养眼球表面以及防止眼睛感染。泪液的质量和数量都必须保持在一定的水平,确保良好视力所需要的健康、清晰的角膜表面。

慢性干眼可导致眼球表面损伤,增加眼部感染的风险并最终无法产生泪液。未经治疗的严重干眼甚至会损害您的视力。

## 是什么原因导致干眼?

干眼是由于缺乏足够的泪液所引起的。泪液是由三个基本层面所构成的复杂混合物 - 油脂层、水样层和粘液层,使您的眼睛表面润滑和清晰,有助于保护眼睛免受感染。任何一个构成层面出现问题都可能会导致干眼。

最表面的脂质层(油脂层)是由排列在上、下眼睑边缘的睑板腺产生;水样层是由位于眼眶骨眉毛正下方的泪腺产生;粘液层由结膜中的微小杯状细胞产生。

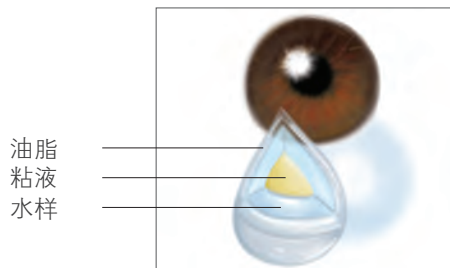
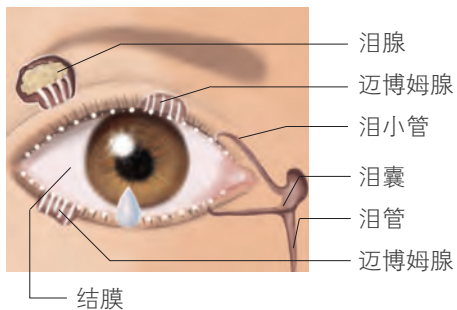


插图: 眼睛和泪液的产生

有些人的干眼可能是他们的泪液成分不平衡,或者他们产生的泪液过少,不能保持他们的眼睛湿润和舒适。年龄老化、眼睑的问题、某些眼部及全身性疾病、药物和其它因素,如环境因素和体内荷尔蒙的变化,都会导致眼睛干涩。

## 干眼有什么症状?

如果您出现下列症状,您可能患有干眼:

- 眼红或眼睛不舒服
- 眼疲倦
- 眼异物感
- 眼睛泪液过多,可能是反射性流泪所造成的。干眼患者泪液质量发生改变,不能有效地保护眼睛表面,从而产生刺激和反射性流泪。
- 短暂的视力模糊

## 干眼会影响我配戴隐形眼镜吗?

会的。干眼是隐形眼镜配戴者感到不适或不能忍受的主要原因。隐形眼镜可以导致泪液从眼睛蒸发,使眼睛不舒服、蛋白沉积在角膜、眼睛感染和疼痛。

## 如何诊断干眼?

患者在眼科诊所接受各种测试和检查以评估泪膜稳定性及泪液量。有些患者在咨询眼科医生后才发现自己有干眼的症状。