

醫好了病卻傷了眼，怎麼辦？

日期：2007年5月12日

主講：陳鼎鑫醫生

今次講座的主題是乾眼症的成因及其影響。我們眼球表面上的角膜和結膜上皮組織是由淚液不停的流動來維持和保護其機能。乾眼症的出現可能是淚液分泌不足或淚液蒸發太快。它的成因有很多，主要分為兩類：與骨髓移植有關的和其他誘因。

原因(與骨髓移植有關)

與骨髓移植有關的原因可分為以下四種：

(一) 疾病本身

如類風濕性關節炎

(二) 放射治療

由於進行放射治療時會釋放輻射，而這些輻射有可能會破壞眼球及淚腺的細胞，從而令淚腺失去或降低分泌淚水的功能，導致乾眼症的出現。

(三) 移植體對抗宿主疾病 (GVHD)

即是新骨髓對身體產生抗拒。

(四) 壓抑免疫系統的藥物

此類藥物都會引發各類後遺症如乾眼症。

原因(其他)

其他誘因可分為以下五種：

(一) 眼部受傷(眼皮、結膜，尤其是淚腺的創傷)

(二) 眼部發炎

如慢性眼瞼炎、乾性角膜炎、淚腺炎、砂眼

(三) 年齡

尤指更年期問題，大部分人踏入更年期後都會遇上內分泌失調問題，女性更甚。婦女停經後性荷爾蒙的分泌失調，使得淚液分泌不正常，造成乾眼症。

(四) 眼部手術

(五) 藥物

- ✚ 抗組織胺
- ✚ 防腐劑
- ✚ 亞托品
- ✚ 抗抑鬱藥
- ✚ 血壓藥(B-blocker)
- ✚ 化療藥

症狀：

罹患乾眼症時，患者會出現以下病徵：

- ▲ 眼睛乾澀
- ▲ 有異物感
- ▲ 怕光
- ▲ 灼熱
- ▲ 視力模糊
- ▲ 眼睛睜不開
- ▲ 經常不自覺地揉眼睛或眨眼睛。

別小看乾眼症的威力，它可以引發多種眼疾，包括以下幾種：

➤ 結膜炎

結膜炎患者，通常眼白會布滿血絲，因此又名「紅眼」、「火眼」，其他症狀如流淚、畏光、黃色黏稠分泌物、視力改變等，患者可以很容易由眼睛的外觀來判斷。

罹患結膜炎由於難耐，眼內的癢痛感及異物感，患者若不時地揉眼睛，加重刺激，很可能會引發下列的併發症如結膜下出血、眼瞼腫脹如葡萄、眼內產生白色偽膜，進而揉搓過度導致眼角膜表面破皮，此時，患者會有明顯的怕光、不願睜開眼睛、食慾不振等現象，必須及時送醫。

- 鞏膜炎
- 角膜炎
- 角膜潰瘍
- 白內障

乾眼症的發病率：

- ◆ 骨髓移植後：43%
- ◆ 移植體對抗宿主疾病：70%

診斷

眼科醫生可透過不同的檢查方法確定病人是否患有乾眼症，例如用顯微鏡及顯影劑，又或是用淚水分泌試驗(Schirmer's test)，而後者是最常用的診斷方法。

(一) 顯微鏡及顯影劑

(二) 淚水分泌試驗(Schirmer's test)

試驗是先以局部麻醉眼藥水點眼兩次，間隔5分鐘，以麻醉眼前部組織，然後再以特製的寬5mm，長35mm的條狀試紙將一端部份折彎，掛於下眼結膜穹窿，測5分鐘淚液濕潤的長度。正常值在10mm以上，若小於5mm，則判定有乾眼症。

治療

治療方法主要是開源及節流個範疇：開源及節流。

➤ 開源：

(一) 人造淚水

- ★防腐劑
- ★效果長短
- ★單次用/多次用
- ★稀/濃

人工淚液目前仍然不能取代人體的天然淚液。現在大部份人工淚液產品都是生理食鹽水，不能夠達到有效的替代效果。因此，人工淚液應該只適合用於次要的乾眼治療。而且當長期使用不合適的人工淚液時，不但沒有用且浪費金錢，更會因為過份的加入水份而將人體天然淚液內的殺菌成份給沖洗掉。如此一來，不但沒有治療到乾眼，反而更容易使眼睛受到感染而發炎或過敏。

(二) 控制發炎

為控制發炎，避免導致乾眼症，醫生通常都會採用以下藥物：

- ❖ 抗生素 (Antibiotic)
不可長期服用，長期服用可導致抗藥性
- ❖ 類固醇 (Steroid)
不可長期服用，長期服用可導致青光眼
- ❖ 肥大細胞穩定劑 (Mast cell stabilizer)
比較安全
- ❖ 細胞毒性治療藥 (Cytotoxic drugs)
Cyclosporin (Restasis)，不當使用可引致白內障

(三) 增加分泌

我們可進食一些含豐富 omega-3 脂肪酸的食物來增加分泌，如：

- ✓ 三文魚
- ✓ 沙甸魚
- ✓ 核桃

但同時我們亦要盡量減少進食 omega-6 脂肪酸的食物，因為 omega-6 脂肪酸會減少淚水分泌。以下是含有 omega-6 脂肪酸的食物：

- ✗ 奶類食品（如雪糕，蛋糕，乳酪）
- ✗ 煎炸類食品（如薯片）

➤ 節流：

(一) 淚孔塞

淚孔塞其實是將一種極小，5mg 重，柱型小塞子，放入下眼瞼之穹窿內，可吸收淚液，減少淚液流失，以增加淚液存留時間，並慢慢釋放出黏液物質。其使用可能有視力模糊，刺激感及不易塞入與停留等問題。



(二) 淚孔閉合術

減少排流以保存分泌的淚水，也是保持眼睛溼潤的方法。眼瞼靠近內眼角處有一小開口，叫做"淚點"。淚水由這個小開口經由鼻淚管到鼻腔。若將此"淚點"封閉（以手術或置入植入物），可以使淚水保存停留在眼睛較長的時間，因而可以溼潤眼睛。

(三) 特制眼鏡

利用特別眼睛以保存濕氣。



最後，多謝各位的細心聆聽，希望今次講座能夠幫助各位病友多些了解乾眼症的成因及其影響。在此謹祝各位身體健康，事事順利！