

干眼症

Dry eyes



干眼症是由于保护性的润滑液（即泪液）分泌不足或异常导致的。

症状 - Symptoms

干眼症患者会感觉眼睛疲劳，不适，和有异物感。其它症状可能包括：

- 眼部发红，瘙痒，有烧灼和刺痛感
- 对强光敏感
- 揉眼频繁
- 出现透明或黏浊分泌物
- 阅读或者驾驶时，视线模糊

病因 - Causes

干眼症可能由以下原因导致：

- 眨眼不够频繁（例如长时间盯视电子设备）
- 空气干燥（例如有空调设备的环境）
- 佩戴隐形眼镜
- 化学物质、香烟烟雾或粉尘等刺激物
- 眼部损伤（包括烧伤）
- 眼睑发炎
- **某些药品（例如抗组织胺药、利尿剂和某些抗抑郁药物）**
- 某些疾病（例如糖尿病、类风湿性关节炎、硬皮病、干燥综合症、甲状腺疾病、或维他命A缺乏症）

如果您不确定导致干眼症的原因，请向医生和药剂师咨询，因为其它病症的感染或过敏也会导致类似干眼症的症状。

干眼症有时会导致眼部发红，但是眼白上的透明薄膜（结膜）发炎或感染也会导致眼部发红（请参阅健康信息手册《结膜炎》或《甘草热》中的相关内容）。

干眼症在隐形眼镜佩戴者中较为常见。

生活保健 - Lifestyle options

您可以通过以下方式控制和缓解干眼症的症状：

- 使用数码设备时多眨眼，并且定时休息
- 避免在可能加重干眼症的环境中活动，比如有空调系统的环境
- 在使用吹风机时不要太靠近眼部
- 限制在强照明，有阳光和风的环境中的活动时间-在户外时，将眼镜边缘遮挡住
- 游泳时佩戴游泳镜
- 戒烟（请参阅健康信息手册《戒烟》中的相关内容）

医疗保健 - Pharmacy Options

如果您正在服用任何其它药物，或者您有任何其它健康问题，请务必告知药剂师，因为某些非处方药可能不适合您。

人工泪液和润滑液可以重建和稳定泪液膜，从而缓解眼部不适。人工泪液不仅可以暂时缓解不适症状，持续一周定时使用会使症状得到更长效的缓解，而有些患者可能需要持续使用一个月才能达到相同效果。药剂师可能会向您推荐最适合的药品，包括：

润眼剂可以滋补和稳定泪液膜。润眼剂有眼药水、眼药膏、眼啫喱、喷雾剂或擦剂。眼药水最方便使用，但是如果眼睛非常干涩，可以使用眼部啫喱水。眼药膏会影响视力，可以在睡前使用。

含磷脂的外用喷剂可以喷在闭上的眼睛上，药液会附着在眼脸上，对症状的缓解作用更为持久。

配戴隐形眼镜或是对防腐剂敏感的患者可以使用无防腐剂产品。大多数治疗干眼症的产品需要一天多次使用，然而经常使用含有防腐剂的产品会加重干眼症，因为多数防腐剂是表面活性剂，会导致泪液更快速的分解。

药剂师会向您提出相关问题，确定引发干眼症的原因。如果您的症状由过敏反应引起的，药剂师可能会推荐使用解充血或抗组织胺眼药水；如果有感染症状，您可能需要抗菌性眼药水。

请向药剂师咨询最适合您的治疗方案。

如果您想了解如何安全使用儿童和成人眼药水，请向药剂师咨询。

如果出现如下情况，请及时看医生或验光师：

- 症状在使用了医生或药剂师的治疗方案后没有得到改善
- **眼睑严重发炎或出现浑浊粘液**
- 眼部疼痛或视力受到严重影响
- 口腔干燥、头晕、恶心或头痛严重
- 眼球表面(角膜)浑浊或瞳孔形状异常
- 眼部粘有异物
- 症状是由药物或疾病引起的

更多信息 - More information

健康咨询服务 (**Health Direct**):
www.healthdirect.gov.au

国家处方服务 (**NPS**): www.nps.org.au

免责声明：以上信息仅作参考指南，在发布时为最新信息，不能替代药剂师和医生的意见。

出现紧急状况，请拨打 000

Disclaimer: The information provided is a guide only, is current at time of publishing, and is not intended to replace the advice of your pharmacist or doctor.

IN EMERGENCIES DIAL 000.

Health Information Australia

PO Box 9421
Deakin ACT 2600

P: 1300 598 884
www.healthinformationaustralia.com.au



**HEALTH
INFORMATION
AUSTRALIA**

Proudly supporting Global School Partners