

关爱打工人,防治干眼病

衡阳爱尔眼科医院面向全城招募“干眼治疗体验官”,免费体验“oculus 干眼综合检查”,还有机会体验个性化的干眼治疗

■朱嘉林

伴随社会的迅速发展,如今我们的工作日益呈现数字化趋势,电脑成为大多数上班族的必备工具。然而,当你聚精会神盯着电脑屏幕时,你是否感受到,你的眨眼次数在不知不觉减少。尤其是年轻人群体,他们通常白天七八个小时对着电脑,晚上可能还要加班,抽空还要耍会手机。

为了向全市人民普及干眼的症状特征、防治重要性,保护大家的视力健康,3月12日—3月21日,衡阳爱尔眼科医院面向全市招募“干眼治疗体验官”,在此期间,市民参加活动可免费体验“oculus 干眼综合检查”,排查是否患有干眼以及致病原因,还将从报名者中挑选3位“干眼治疗体验官”,根据其干眼类型免费体验干眼的个性化治疗。



3 如何对症下药? 衡阳爱尔眼科医院有办法

据张星慧介绍,形成干眼的原因多种多样,根据诱因不同,干眼病大致可分为四种:泪液生成不足或质异常导致的水液缺乏型干眼;脂质层质或量异常导致的蒸发过强型干眼;眼表上皮细胞受损导致的黏蛋白缺乏型干眼;泪液动力学异常导致的干眼。其中,脂质层质或量异常导致的蒸发过强型干眼是所有干眼中最常见的。

“蒸发过强型干眼中,最主要的原因就是睑板腺功能障碍。”张星慧说,我国睑板腺功能障碍发生率非常高,门诊中大部分干眼患者都有睑板腺功能障碍。睑板腺是上眼睑和下眼睑内的一种特殊的皮脂腺,它的主要的功能是分泌睑脂来形成保护眼球表面的泪膜最外层,从而有效锁住泪膜中的水分,使泪液不易蒸发,保持眼睛湿润。如果是睑板腺功能障碍引发的蒸发过强型干眼,治疗时必须恢复睑板腺正常功能,以有效缓解干眼症状。

张星慧指出,根据干眼的不同诱因,需要通过不同的方式对症治疗才能快速有效地缓解干眼症状。衡阳爱尔眼科医院目前已经构建了干眼全系诊疗服务体系,拥有柔润干眼 SPA、光润干眼治疗以及同步国际的睑润 LipiFlow 热脉动治疗等多种干眼诊疗方案,能针对不同患者干眼类型、程度及病因、生活习惯等,为每个患者“量眼”打

造,制定个性化的诊疗方案。

值得一提的是,传统干眼治疗采取眼睑清洁(即洗眼)、睑板腺热敷、睑板腺按摩等物理疗法来增加眼部血液循环,使睑板腺导管更加通畅,睑板腺分泌恢复正常,让泪膜脂质层更加均匀和稳定。然而不管是洗眼、热敷还是按摩,温度、力度、时间都是无法确定的变量,操作不规范很可能使治疗效果大打折扣。因此,医生与科学家一直在试图找到更好的治疗方法,在不断的努力下,LipiFlow 应运而生,衡阳爱尔眼科医院也在市率先引进了这项“黑科技”,可为干眼患者提供更精准、稳定、智能化的治疗方案,为广大干眼患者摆脱眼干、眼涩、眼痒等一系列困扰。

据了解,这项技术已在国内外一线城市推广使用了一段时间,患者反响非常好,患者在整个过程中不会感到疼痛与不适,而且单次治疗效果能维持在6个月—1年左右。而衡阳爱尔眼科医院引进该技术后还联合了 OPT 强脉冲光治疗。LipiFlow 从病因上治疗睑板腺功能障碍,而光润 OPT 脉冲激光治疗可以封闭眼睑周围异常毛细血管,活化睑板腺腺体功能,有效减轻睑板腺炎症,同时杀菌和除螨形螨,强强联合,互相补充,从而使治疗效果更加强化、疗效更持久。本次活动也将从报名者中挑选3人体验 LipiFlow、OPT 强脉冲光治疗、干眼雾化治疗等个性化的干眼治疗。

1 干眼已成为许多加班族的“通病”

早上起床,你是否觉得眼睛干涩刺痛、睁不开眼?

工作没一会,你是否觉得眼睛疲劳、酸胀、想要休息?

生活中,你是否总感觉眼皮里面不舒服,像进了沙子?

太阳下,你是不是特别怕光,感觉像要“瞎”了?

……

资深干眼专家、衡阳爱尔眼科医院角膜及眼表学科主任张星慧指出,出现这些情况,很有可能是患上了“干眼”。她表示,由于眼睛长时间对着电子屏幕,得不到及时放松,干眼已成为职场人士尤其加班族越来越常见的眼病。

干眼,指眼睛的泪液质或量的异常,导致泪膜稳定性下降,并伴有眼部不适症状的现代人常见眼病。近年来,随着电子产品的普及、环境的影响,干眼的发病率持续增加,干眼已是我国国民继近视之后面临的严峻眼部健康问题之一。

有关数据统计,惯性佩戴隐形眼镜者患干眼症率高达90%,空调族、刷屏族、低头族中80%患有干眼,干眼患者群体呈年轻化趋势。根据2020年《国人干眼多中心大数据报告》显示,干眼在我国的发病率为21%—30%,每5个人中,就有1人患有干眼。据衡阳爱尔眼科医院统计,该院全年约有7000多例干眼患者,在综合及眼表学科的门诊病例数中占比高达33%。

张星慧介绍,眼睛干涩、眼疲劳、眼睛异物感、流泪畏光、短暂性视物模糊、眼睛分泌物增多等,都属于干眼的常见症状。她提醒,若不积极治疗干眼,则容易引起病情迁延,严重者除了眼睛干涩、视力下降外,还可能引发角结膜病变,导致眼表尤其是角膜组织干燥、融解、穿孔甚至失明。

“有些人以为,干眼不就是眼睛干涩嘛?”张星慧解释道,其实顽固性干眼除了眼睛不适,影响上班学习之外,还可能因为干眼的长期反复发作,造成焦躁、低落等负面情绪,甚至引发抑郁。

她还表示,虽然眼药水能够暂时为干涩的眼睛带来片刻清凉感,但不一定是正确的治疗方法。不加辨别的一味依靠眼药水,会养成药物依赖,久而久之,反而可能加剧干眼症状,此外,不少眼药水含有激素,如果不遵医嘱滥用,不排除诱发青光眼的风险。

张星慧提醒,如果出现干眼的症状,必须尽快前往正规的医疗机构检查病因,了解眼睛究竟是缺水、缺油、缺黏蛋白还是其他原因导致的干眼,并在专业医生的指导下对症下药。

2 眼药水真的能拯救勇敢的打工人吗?

不知道从何时起,眼药水成了许多上班族的“标配”,眼睛干涩不适时滴一滴,但是眼药水真的能告别干眼症吗?

对此,张星慧介绍,轻度干眼症状我们一般会指导患者改善用眼习惯,避免过度疲劳用眼,若症状未改善,则采取含有脂质成分的人工泪液治疗。然而,严重干眼不能依赖眼药水治疗,需要进行泪膜破裂时间、泪液分泌试验等相关检查,找出病因后才能缓解和治疗。

相关链接

报名方式:

步骤一:扫描右方二维码进入“关爱打工人 拯救干眼”活动推文页面;

步骤二:在推文中将印有二维码的活动海报图片保存至手机相册;

步骤三:将步骤二的图片分享至朋友圈即可到衡阳爱尔眼科医院领取“oculus 干眼综合检查”套餐啦。



活动时间:

3月12日—3月21日

活动咨询电话:

0734-8239955