

## 青光眼及居家護理

### 一、青光眼是什麼原因造成？

青光眼是成人失明的主要原因之一，據統計 35 歲以上每一百人當中就有一人罹患青光眼。

當某些因素導致房水分泌增加或排空受阻時，房水即會存積使眼壓增高。

若再持續惡化，則進而壓迫視神經，影響視力與視野形成青光眼，若未及早發現控制眼壓，視神經受損會愈來愈明顯，視野缺損則漸漸擴大，最後導致視力完全喪失。

點眼藥水時，需依醫師指示，不可私自點用藥水或擅自停藥，尤其是含類固醇之藥水需特別注意。

### (Drainage area)引流區

我們的眼睛會持續不斷地製造液體，若眼內引流區的通道被阻塞，則過多的液體會滯留在眼睛內造成眼壓的上升。

### 視神經(Optic nerve)

過高的眼壓會對視神經造成傷害，使視神經的訊息無法傳達到腦部。

### 青光眼種類及症狀：

青光眼可分為開放性、閉鎖性及先天性三種。

慢性開放性青光眼通常沒有明顯症狀，包括：急性發作時會視力模糊、眼睛紅痛、噁心或嘔吐，常會被誤為心臟病、高血壓之症狀。

### 二、青光眼患者應注意事項：

- (一) 遵從醫師指示，定期接受追蹤檢查，如發現燈光周圍出現環狀彩色虹輪、眼痛、眼睛發紅、腫脹或視力模糊不清時，應請眼科醫師檢查。
- (二) 閉鎖性青光眼患者應避免長時間在光度不足之室內或電影院內。
- (三) 生活起居要規律，不要過度興奮、憤怒、煩惱、熬夜。
- (四) 避免長時間看書、看電視，避免提重物，禁止倒立之姿勢。
- (五) 少吃刺激性飲料如咖啡、茶、酒及辛辣刺激物。
- (六) 因內科疾病就醫時，應告知醫院為青光眼患者，以免用藥過量，尤其是氣喘病患。
- (七) 家族史有慢性青光眼者，其成年子女應定期檢查眼睛，以早日發現青光眼。
- (八) 年滿 35 歲以上，每半年應檢查一次眼壓。
- (九) 保持大便通暢，以免影響水代謝，避免一次飲用 500cc 以上之開水，宜少量多次飲用，以免眼壓升高。
- (十) 患者最好攜帶隨身卡，上面註明使用藥水與藥物，以便 緊急之需。
- (十一) 若需使用散瞳劑時，宜留意視力模糊所造成之不便，必要時需家屬陪伴，以免發生危險。

諮詢電話：07-7511131 分機 2237

民生醫院全體醫護人員 祝您早日康復