青光眼病人須知

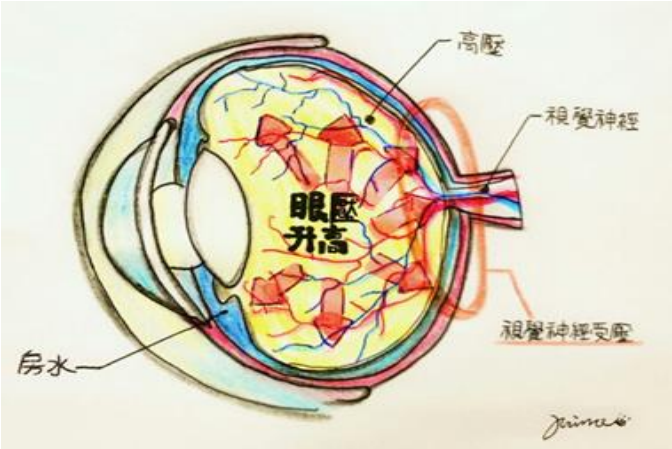
長庚醫療財團法人 編 印

壹、前言

根據世界衛生組織(WHO)統計，青光眼是全球致盲的第二大主因。台灣青光眼約佔總人口0.5%，四十歲以上的人口約有百分之二可能罹患此疾病，而且隨著年齡增加，比例也更高。為一種視神經逐漸退化萎縮的病變，造成視野持續性縮小的一種眼疾，常會伴隨眼壓上升，導致視神經損害無法回復，若不及早治療，可能會因此而失明。年齡在四十歲以上者，至少應每年測量眼壓及眼底檢查，有青光眼的家族史、高度近視、糖尿病、高血壓的人，更應及早接受醫師檢查，定期追踪，透過早期發現可獲得較好的治療效果。

貳、何謂眼壓

眼球內睫狀體分泌澄清的液體稱為房水，在前房內循環，再由一特殊管道排出。房水的分泌與排出維持在一個穩定範圍內，使眼球內壓力(稱為眼壓)達到一個平衡；當眼球內的房水分泌過多或排出太少，使房水在眼內滯留過多，就會造成眼壓升高(如圖一)，當此壓力超過視神經盤所能承受的範圍時，就會引起青光眼。



圖一　眼壓示意圖

參、分類

一、原發性隅角開放性青光眼：西方人較東方人常見，通常兩眼都會受影響，且病人可能有青光眼家族史。通常是眼壓緩慢上升，視野也是持續性縮小。

二、原發性隅角閉鎖性青光眼：東方人較西方人常見，是隅角的房水排出管道被虹膜所阻擋，導致房水滯留無法排出，臨床是急性眼壓升高，也可呈現漸進性的亞急性發作，甚至以慢性青光眼發病。

三、先天性青光眼：先天性隅角及排水管道發育異常所致。

四、次發性青光眼：因眼球外傷、出血、發炎反應、腫瘤、類固醇類藥物使用或其他手術和疾病等引發的青光眼。

五、正常眼壓性青光眼：雖然眼壓在正常範圍內，但視神經仍呈現青光眼特有的漸進性變化及萎縮。

肆、症狀

原發性隅角開放性青光眼於初期幾乎沒有明顯徵兆，到了末期，病人才會發現視力減退、視野變小。急性原發性隅角閉鎖性青光眼則症狀較明顯，發作時視力模糊、看光線時會有彩虹般的光圈、眼睛劇痛、充血，並伴隨頭痛、噁心、嘔吐等全身性症狀，有時常被誤診為偏頭痛或胃腸炎。患有先天性青光眼的幼兒有畏光、流淚、角膜混濁症狀，在兩歲以下幼童因眼球彈性較大，當眼壓長期升高時，會造成眼球被撐大，又稱為牛眼。急性青光眼為眼科急症須立即找醫師處理，否則在一兩天內有可能會喪失視力。

伍、檢查項目

一、測量眼壓：正常眼壓在二十一毫米汞柱以內，但因個體不同或測量時間與測量儀器的不同，也會有所變異。此外，通常角膜較厚的正常人測得的眼壓值會偏高。角膜較薄的正常人，如做過近視雷射的人，測得的眼壓值會偏低。

二、眼底視神經檢查：藉眼底鏡觀察視神經是否有萎縮變化。

三、視野檢查：藉由電腦自動分析視野檢查，得知是否有視野缺損，評估視神經功能受損程度。

四、隅角鏡檢查：藉一種特殊的光學鏡檢查隅角是否閉鎖，或開放，藉此來判斷病人的青光眼型態及分類。

五、視網膜神經纖維分析儀：可偵測視神經元結構變化。

陸、治療方法

目前青光眼的治療主要為降低眼壓，避免視神經的損害繼續進展。常見的治療有以下幾種方式

一、藥物治療：藥物種類繁多，作用機制及使用方式皆不同，需遵照醫師指示使用，才能有效控制眼壓，並避免不必要副作用。

二、雷射治療：使用雷射的時機很多，有時可為第一線的治療，有時可為延緩手術治療的時間。

三、手術治療：通常在藥物及雷射皆無法有效控制眼壓時，會考慮手術治

療。青光眼手術為建立新的房水排出管道，來降低眼壓。

柒、照護注意事項

一、依排定時間測量眼壓、檢查視神經及視野，以調整治療方法控制病情。

二、用藥方面

(一)配合醫師指示用藥，勿自行調整藥量、停藥或使用其他藥物。

(二)若忘記點眼藥，一旦想起來，就應馬上補點眼藥，千萬不要等下一次的點藥時間才用藥。

(三)當無法忍受藥物治療副作用時，如：眼睛刺痛或灼熱感，應儘快告知醫師改藥或使用其他治療方法。

(四)要確實了解在何時與該如何正確用藥，並記住所使用的藥物名稱與劑量，看診時將藥物帶著讓醫師了解，記得讓醫師知道患有青光眼，及目前所使用的青光眼藥物，避免併用不適當的藥物，而產生藥物間的互相干擾。。

三、生活規律、充分的睡眠、保持心情穩定、避免熬夜及情緒激動。

四、水分或飲料的攝取宜少量多次，避免過量飲用茶、酒、咖啡或吸菸，少吃辛辣刺激物、勿暴飲暴食。

五、室內足夠採光，避免長時間看書、看電視、看電影及在暗室內工作。

六、從事輕柔運動，如：散步、游泳、騎腳踏車、慢跑等，有助降低眼壓。避免閉氣用力的動作，如：舉重(重訓)、倒立、瑜珈等運動。

七、每次飲水量不宜超過400cc，避免瞬間喝進大量的水分會導致眼球壓力增加；也需維持排便通暢，防止腹壓增加時誘發眼壓升高。

八、青光眼家族史其成年子女應定期檢查眼睛，以早日發現青光眼。

九、青光眼必須定期追蹤檢查，並視病況調整治療方式，避免發生永久性失明。在治療過程中最重要是遵從醫師指示，持續控制眼壓。此外，如有心臟病、氣喘、腎臟病、糖尿病或對藥物過敏，應主動告知醫師，以利治療。

捌、建議看診科別：青光眼科

玖、諮詢服務電話

基隆院區(02)24313131 轉2554；週一～週五 08：30～16：30

台北院區(02)27135211 轉3450；週一～週五 08：30～17：30

土城醫院(02)22630588 轉2256；週一～週五 08：30～16：30
林口院區(03)3281200　轉8678
桃園院區(03)3196200　轉2162；週一～週五 08：30～16：30
嘉義院區(05)3621000　轉2219；週一～週五 08：30～17：00
高雄院區(07)7317123　轉8829或8830

本著作非經著作權人同意，不得轉載、翻印或轉售。
著作權人：長庚醫療財團法人

長庚醫療財團法人 E141 10.1×21.5cm. 2021年
http://www.cgmh.org.tw