



NOOR EYE HOSPITAL

خشکی چشم

DRY EYE

SELECT LANGUAGE

فارسی

ENGLISH

العربية

کوردی

Русский



خشکی چشم

نشانه‌های خشکی چشم

علل خشکی چشم

درمان خشکی چشم

تماس با ما

بیمارستان فوق تخصصی چشم پزشکی نور 

بازگشت

خشکی چشم

در حالت طبیعی، چشم به طور مداوم توسط اشک شستشو می‌شود. به بیان دیگر با تولید آهسته و مداوم اشک، چشم مرطوب باقی می‌ماند و حرکت آن در جهات گوناگون به راحتی انجام می‌پذیرد.

گاهی اوقات اما اشک به میزان کافی تولید نمی‌شود؛ بعضی مواقع بیش از حد تبخیر می‌گردد و زمانی هم دارای کیفیت مناسب برای محافظت از چشم نیست. تمام این حالت‌ها باعث بروز عارضه‌ای به نام «خشکی چشم» می‌شوند. این مشکل بسیار شایع بوده و در مناطق مختلف بین ۵ تا ۳۰ درصد افراد مسن و جوانانی که زمان زیادی به صفحه تلویزیون، کامپیوتر یا تبلت خیره می‌شوند به آن مبتلا خواهند شد. این بیماری به‌طور گذرا بعد از جراحی عیوب انکساری نیز دیده می‌شود.

نشانه‌های خشکی چشم

- سوزش و خارش چشم‌ها
 - احساس وجود جسم خارجی (مانند شن ریزه) در چشم
 - حساسیت زیاد به نور آفتاب
 - احساس خستگی چشم‌ها
 - تاری دیدی که با پلک زدن بهتر می‌شود
 - حساسیت و تحریک بیش از حد ناشی از دود یا غبار
 - اشک‌ریزش بیش از حد (به دنبال تحریک ناشی از خشک شدن چشم)
 - احساس ناراحتی به دنبال استفاده از لنز تماسی
- افراد مبتلا به خشکی چشم به‌طور معمول بعد از ظهرها، به دنبال کار زیاد با کامپیوتر، مشاهده طولانی مدت تلویزیون، حین رانندگی و یا در معرض باد و هوای خشک، علائم بیشتری احساس می‌کنند.

لایه اشکی

وقتی که پلک می‌زنید، لایه‌ای از اشک سطح چشم شما را می‌پوشاند و آن را صاف و شفاف می‌کند. بدون این لایه اشکی، بینایی مناسب امکان پذیر نیست.

غده اشکی قرنیه، لایه موکوسی، لایه آبکی، لایه چربی، غده میبومین ملتحمه (تصویر) اشک شامل سه لایه است:

- لایه چربی
- لایه آبکی
- لایه موکوسی
- لایه چربی، به وسیله غدد چربی پلکی تولید می‌شود و خارجی‌ترین لایه اشک را تشکیل می‌دهد. وظیفه اصلی آن هموار و صاف کردن سطح چشم و کاهش تبخیر اشک است.
- لایه میانی، لایه آبکی نامیده می‌شود. این لایه قسمت اصلی اشک را تشکیل می‌دهد که بخش عمده (۹۸٪) آن از آب و بقیه از املاح و پروتئین‌ها تشکیل شده است. این لایه به وسیله غده اشکی تولید می‌شود و چشم را از اجسام خارجی و محرک‌ها تمیز کرده و شستشو می‌دهد.
- لایه داخلی شامل موکوس تولید شده به وسیله ملتحمه است. موکوس به لایه آبکی اجازه می‌دهد تا به راحتی در سطح چشم پخش شود و به حفظ رطوبت چشم کمک کند. بدون موکوس، اشک بر روی چشم باقی نمی‌ماند.

علل خشکی چشم

● به‌طور طبیعی با افزایش سن، تولید اشک کاهش می‌یابد.

● اگر چه خشکی چشم در هر دو جنس (زن و مرد) و در هر سنی اتفاق می‌افتد، ولی در زنان و به خصوص بعد از یائسگی شایع‌تر است.

● در افرادی که ساعت‌های متمادی با کامپیوتر کار می‌کنند به علت کاهش میزان پلک زدن، تبخیر اشک افزایش یافته و خشکی چشم بروز می‌کند.

● بیمارانی که تحت عمل جراحی عیوب انکساری قرار می‌گیرند نیز ممکن است به صورت گذرا خشکی چشم را تجربه کنند که معمولاً بعد از چند ماه برطرف می‌شود.

● در افرادی که از لنز تماسی به‌مدت طولانی استفاده می‌کنند، خشکی چشم شایع‌تر است.

● طیف وسیعی از داروهای شایع نیز می‌توانند منجر به خشکی چشم ناشی از کاهش ترشح اشک شوند.

در صورت مصرف داروهای زیر، برای اطمینان بیشتر با چشم‌پزشک‌تان مشورت کنید:

■ داروهای افزایش دهنده ادرار

■ داروهای مسدود کننده گیرنده بتا

■ آنتی‌هیستامین‌ها

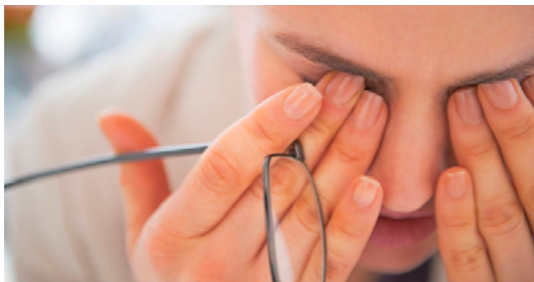
■ قرص‌های خواب‌آور

■ داروهای اعصاب

■ داروهای ضد درد

در صورتی که استفاده از داروهای مذکور ضروری باشد، خشکی چشم ایجاد شده باید با قطره‌های اشک مصنوعی درمان شود. خوب است بدانید افراد مبتلا به خشکی چشم، استعداد بیشتری برای ایجاد اثرات جانبی و گاه سمی داروهای چشمی از قبیل اشک مصنوعی دارند؛ به‌عنوان مثال، نگهدارنده‌های موجود در قطره‌های اشک مصنوعی می‌توانند موجب تحریک چشم شوند، به همین دلیل ممکن است این افراد به‌نوع خاصی از اشک مصنوعی فاقد نگهدارنده نیاز داشته باشند.

لازم به‌ذکر است تنها چشم پزشکی با معاینه چشم‌ها قادر به تشخیص خشکی چشم است. گاهی اوقات سنجش میزان تولید اشک نیز ضروری است. در تست شیرمر، میزان تولید اشک در حالت‌های مختلف اندازه‌گیری می‌شود. تست دیگر برای تشخیص میزان خشکی چشم، رنگ آمیزی سطح چشم با رنگ‌های مخصوص است که برای بررسی الگوی خشکی در سطح چشم به‌کار می‌رود.



درمان خشکی چشم

افزودن حجم اشک

ساده‌ترین درمان خشکی چشم استفاده از قطره‌های اشک مصنوعی است که ترکیب آن‌ها بسیار شبیه به اشک طبیعی می‌باشد. این قطره‌ها سطح چشم را لغزنده کرده و به مرطوب نگه داشتن آن کمک می‌کنند. اشک مصنوعی بدون نسخه هم در دسترس است و نام‌های مختلف تجاری این قطره در بازار وجود دارد، شما می‌توانید با مشورت پزشک‌تان یکی از بهترین انواع آن را انتخاب کنید.

قطره‌های فاقد نگهدارنده (یک‌بار مصرف) برای افرادی که به نگهدارنده‌های موجود در اشک مصنوعی حساس هستند نیز در دسترس هستند. اگر میزان مصرف اشک مصنوعی بیش از چهار بار در روز باشد، قطره‌های فاقد نگهدارنده مناسب‌ترند. اشک مصنوعی را می‌توان در هر فاصله زمانی (از یک تا چندین بار در روز) استفاده کرد. در صورتی که با مصرف این قطره‌ها به میزان چند بار در روز همچنان علائم خشکی چشم را دارید، باید به چشم پزشک مراجعه کنید.

جلوگیری از خروج اشک

انسداد راه خروجی اشک از چشم روش دیگری برای درمان خشکی چشم است. دو مجرای کوچک در گوشه داخلی هر چشم وجود دارد که به‌طور طبیعی اشک را تخلیه می‌کنند. در موارد خشکی شدید، چشم پزشک ممکن است یک یا هر دو این مجراها را به صورت موقت یا دائمی ببندد تا خروج اشک از چشم کاهش یافته و میزان اشک موجود در چشم افزایش یابد.

سایر روش‌ها

اشک مانند سایر مایعات تبخیر می‌شود. شما می‌توانید از برخی روش‌ها برای جلوگیری از تبخیر آن استفاده کنید. در زمستان وقتی که داخل اتاق گرم هستید، استفاده از یک دستگاه بخور یا ظرف پر از آب روی بخاری یا رادیاتور باعث افزایش رطوبت هوا می‌شود. عینک‌های محافظ نیز می‌توانند خشکی چشم ناشی از غبار موجود در فضای باز را کاهش دهند. همچنین فرد مبتلا به خشکی چشم باید از شرایطی مانند گرمای بیش از حد اتاق، استفاده از سشوار، قرار گرفتن در معرض گرد و غبار و مصرف سیگار نیز پرهیز کند. به افراد دارای علائم خشکی چشم توصیه می‌شود با نظر پزشک، قبل از خواب از پمادهای ساده چشمی که باعث مرطوب شدن سطح چشم می‌شوند، استفاده کنند. استفاده

از این پمادها در طول روز توصیه نمی‌شود زیرا علاوه بر ایجاد تاری دید، اثر قطره‌های اشک مصنوعی را نیز کاهش می‌دهند.

افرادی که در طول روز مدت زیادی با کامپیوتر یا تلفن همراه کار می‌کنند باید به‌طور مکرر پلک بزنند (تعداد طبیعی پلک زدن ۱۲ تا ۲۰ بار در دقیقه است).

در موارد خیلی شدید خشکی چشم هم لازم است از خون خود بیمار قطره سرم تهیه و به جای اشک مصنوعی از آن استفاده شود. این قطره که حاوی مواد مغذی خون است به بهبود قابل توجه خشکی چشم کمک می‌کند.



تماس با ما

بیمارستان فوق تخصصی چشم پزشکی نور

تهران، خیابان ولیعصر (عج)، بالاتر از ظفر

ابتدای بلوار اسفندیار، شماره ۹۶

۰۲۱ - ۸۲۴۰۰

[Instagram: noor.eyehospital](https://www.instagram.com/noor.eyehospital)

www.noorvision.com

hospital.noorvision.com

بیمارستان فوق تخصصی چشم پزشکی نور البرز

کرج، جهانشهر، میدان هلال احمر

۰۲۶ - ۱۸۱۰ - ۳۵۸۰۰

[Instagram: noor.alborz.eyehospital](https://www.instagram.com/noor.alborz.eyehospital)

alborz.noorvision.com

کلینیک فوق تخصصی چشم پزشکی نور مطهری

خیابان مطهری، بعد از چهار راه سهروردی

خیابان شهید یوسفیان، شماره ۱۲۱

۰۲۱ - ۴۲۳۱۳

[Instagram: noor.motahari.eyeclinic](https://www.instagram.com/noor.motahari.eyeclinic)

motahari.noorvision.com

کلینیک فوق تخصصی چشم پزشکی نور ری

شهرری، خیابان فدائیان اسلام جنوب

بین سه راه پل سیمان و بلوار شهید کریمی، پلاک ۴۲۵

۰۲۱ - ۳۴۲۱۹

[Instagram: noor.rey.eyeclinic](https://www.instagram.com/noor.rey.eyeclinic)

rey.noorvision.com

پلی کلینیک نور ایرانیان

عمان، مسقط، مدینه سلطان قابوس، خیابان ۱۹۴۷، ساختمان ۲۵۳۸

+ ۹۶۸ ۹۴۶۹۲۹۲۹ - ۲۲۶۴۸۸۰۰

[Instagram: noor_iranian.polyclinic](https://www.instagram.com/noor_iranian.polyclinic)

www.noorvision.om



جفاف العين

أعراض وعلائم جفاف العين

مسببات جفاف العين

علاج جفاف العين

طرق الاتصال

مستشفى نور التخصصي لطب العيون



العودة

جفاف العين

في الحالة الطبيعية، يتم غسيل العين وتنظيفها من قبل الدموع بشكل مستمر. أي وبعبارة أخرى، تبقى العين رطبة على الدوام من خلال الإفراز البطيء والمستدام للدموع مما يساعد كرة العين على التحرك بسلاسة كاملة في جميع الاتجاهات.

في بعض الأحيان لا يتم إفراز الدموع بالكمية الكافية أو في بعض الحالات الأخرى يتبخّر جزء كبير منها أو حتى لا تمتلك الدموع الجودة والكفاءة المناسبة للمحافظة على العين. تعمل الحالات سابقة الذكر على إيجاد عارضة أو اختلال يطلق عليه اسم «جفاف العين». يعد اختلال جفاف العين من المشكلات العينية الشائعة ويعاني قرابة 5 إلى 30 بالمئة من المسنين والمراهقين مفرطي استخدام الحواسيب، الهواتف النقالة أو التابلتات والتلفاز بدرجات مختلفة منه.

أعراض وعلائم جفاف العين

- حكة وحرقة العين
- الشعور بوجود جسم خارجي (كحبات الرمل) داخل العين
- الحساسية المفرطة لأشعة الشمس
- الشعور بتعب الأعين
- ضبابية الرؤية التي تتحسن مع الرمش
- الحساسية والتهيج المفرط والنتاج عن التعرض للأدخنة والأتربة
- فرط في تدميع العين (بسبب تهيج العين نتيجة الإصابة بالجفاف)
- الشعور بعدم الارتياح والانزعاج عند الاستفادة من العدسات اللاصقة

الطبقات الدمعية

عندما نغلق أعيننا، تغطي طبقة من الدمع سطح كرة العين مما يجعله ناعماً وأملساً حيث لا يمكننا الحصول على قدرة بصرية مناسبة دون الاعتماد على الدموع.

الغدة الدمعية، الطبقة المخاطية، الطبقة المائية، الطبقة الدهنية، الغدة الميبومية

يتألف الدمع من ثلاثة طبقات:

- الطبقة الدهنية
 - الطبقة المائية
 - الطبقة المخاطية
- يتم إفراز الطبقة الدهنية عن طريق الغدد الدهنية المتواجدة أطراف الجفن وتشكل الطبقة السطحية من الدموع. تتعهد هذه الطبقة مهمة تسطيح وسلاسة كرة العين بالإضافة إلى الحد من تبخير الدموع.
- يطلق على الطبقة الوسطى من الدموع اسم الطبقة المائية وتشكل الطبقة المائية القسم الرئيسي من الدموع. يشكل الماء المكون الأصلي (98%) في حين تشكل الأملاح المعدنية والبروتينات البقية. تتعهد الغدة الدمعية إفراز الطبقة المائية وتعمل على غسيل وتنظيف العين من الأجسام الغريبة وذرات الغبار وغيرها من المهيجات العينية.
- يطلق على الطبقة الداخلية للدموع اسم الطبقة المخاطية ويتم إنتاجها عن طريق الملتحمة. توفر الطبقة المخاطية إمكانية توزيع الطبقة المائية في مختلف نقاط سطح العين بحرية وتحافظ على رطوبة العين أيضاً. أي وبعبارة أخرى لا يمكن للدموع البقاء طويلاً على سطح كرة العين دون الاعتماد على الطبقة المخاطية.

مسببات جفاف العين

- بشكل طبيعي تتناقص القدرة على إفراز الدموع تدريجياً مع التقدم في السن.
- مع أن جفاف العين يصيب كلا النساء والرجال في أي فئة عمرية، يزداد شيوع جفاف العين عند النساء خاصةً عند دخولهن سن اليأس.
- لدى مستخدمي الحواسيب لفترات طويلة من الزمن. ويعود السبب إلى قلة رمش العين مما يوفر الأرضية المناسبة لزيادة تبخير الدموع والإصابة بجفاف العين.
- قد يتعرض المرضى الخاضعين لجراحات تصحيح العيوب الانكسارية إلى الإصابة بجفاف العين أيضاً، وهي من الأعراض الشائعة والمؤقتة بعد العملية الجراحية حيث تزول تدريجياً خلال عدة أشهر من الزمن.

● تعد اختلالات جفاف العين من الأمراض الشائعة عند مستخدمي العدسات اللاصقة لمدة طويلة من الزمن.

● يمكن لعدد كبير من الأدوية الشائعة الاستخدام التسبب بنقص في إفراز الدموع والإصابة بجفاف العين نتيجة هذا النقص.

لمزيد من الطمأنينة، اعمل على استشارة أخصائي العينية الخاص بك في حال الاستفادة من الأدوية التالية:

■ الأدوية المدرة للبول

■ الأدوية المثبطة لمستقبلات بيتا

■ مضادات الهيستامين

■ الأقراص المنومة

■ أدوية الأعصاب

■ مضادات الألم

في حال كانت الاستفادة من الأدوية المذكورة أعلاه ضرورية جداً بحيث لا يمكن الانقطاع عنها، يمكن علاج جفاف العين الناتج عن طريق الاستفادة من قطرات الدموع الاصطناعية. من الضروري هنا الإشارة إلى ارتفاع احتمالية تعرض المصابين بجفاف العين إلى الإصابة بالآثار الجانبية والتأثيرات السامة لبعض الأدوية العينية كقطرات الدموع الاصطناعية. على سبيل المثال يمكن للمواد الحافظة الموجودة داخل قطرات الدموع الاصطناعية التسبب بحساسية العين الشديدة، ولذلك قد يحتاج هؤلاء المرضى إلى أنواع خاصة من الدموع الاصطناعية الخالية من المواد الحافظة.

كما يجدر بنا الإشارة إلى أهمية المعاينة والفحص الطبي من قبل أخصائي العينية لتشخيص الإصابة بجفاف العين.

في بعض الحالات يعد قياس معدل إفراز الدموع ضرورياً لتشخيص الإصابة بجفاف العين. يعمل اختبار شيرمر على قياس معدل توليد الدموع في حالات مختلفة. كما يوجد اختبار آخر لقياس معدل الانتاج الدمعي عن طريق تلوين سطح العين بألوان خاصة ويستخدم في تحديد نوع ونمط جفاف سطح العين.

علاج جفاف العين

زيادة حجم الدمع

تعد الاستفادة من قطرات الدموع الاصطناعية إحدى أبسط التقنيات العلاجية المستخدمة في علاج جفاف العين والتخلص من أعراضه حيث يشبه تركيب الدموع الاصطناعية تركيب الدموع الطبيعية إلى حد كبير. وتعمل هذه القطرات على ترطيب سطح العين لتسهيل التحرك في الاتجاهات كافة. يمكن الحصول على قطرات الدموع الاصطناعية دون الحاجة إلى وصفة الطبيب ولهذه القطرات تسميات تجارية متعددة حيث يمكنكم الحصول على أفضل أنواع قطرات الدموع الاصطناعية بعد استشارة أخصائي العينية الخاص بكم.

كما يسهل الحصول على الدموع الاصطناعية الخالية من المواد الحافظة (للاستخدام لمرة واحدة) والخاصة بالمصابين بجفاف العين ذوي الحساسية تجاه المواد الحافظة. تعد القطرات الخالية من المواد الحافظة الاختيار الأنسب في حال تجاوز استخدام الدموع الاصطناعية لأربع مرات يومياً. يمكن استخدام الدموع الاصطناعية لأكثر من مرة في اليوم (من مرة إلى عدة مرات في اليوم). من الضروري مراجعة أخصائي العينية في حال المعاناة من علائم وأعراض جفاف العين مع الاستفادة المتعددة لقطرات الدموع الاصطناعية لأكثر من مرة واحدة في اليوم.

الحد من خروج الدموع

منع خروج الدموع من العين، تقنية علاجية أخرى في التخلص من أعراض وعلائم جفاف العين. في الحالات الطبيعية تحتوي الزاوية الداخلية للعين على قناتين صغيرتين لتصريف الدموع الفائضة عبر الأنف. في حالات جفاف العين الشديدة، يمكن لأخصائي العينية سد قناة واحدة أو كلتي القناتين بصورة دائمة أو مؤقتة بهدف تخفيض معدل الدموع الخارجة من العين مما يعمل على زيادة مقدار الدموع داخل العين.

التقنيات العلاجية الأخرى

تتعرض الدموع كغيرها من السوائل لعملية التبخر. يمكنكم الاعتماد على عدد من التقنيات والطرق للحد من تبخر الدموع داخل العين. في فصل الشتاء وعند الجلوس في غرفة دافئة، يمكنكم الاستفادة من جهاز مرطب أو وعاء مليء بالماء يوضع على المدفئة لزيادة معدل رطوبة الهواء والحد من عملية التبخر.

كما يمكن للنظارات الواقية التخفيض من آثار جفاف العين الناتج عن تعرضها لذرات الغبار عند التواجد في الأماكن المفتوحة. كما يجب على المصابين بجفاف العين تجنب التواجد في الغرف عالية الحرارة، الاستفادة من مجفف الشعر، التعرض لذرات الغبار والأتربة بالإضافة إلى الامتناع عن التدخين.

يوصى المصابين بجفاف العين وبعد استشارة الطبيب الأخصائي بالاستفادة من المراهم التي تعمل على زيادة رطوبة سطح العين. لا يوصى باستخدام هذه المراهم طيلة فترة النهار لما تسببه من ضبابية في الرؤية بالإضافة إلى الحد من أثر قطرات الدموع الاصطناعية. من الضروري التذكير بأهمية الرمش في المحافظة على المقدار الكافي من الدموع داخل العين خاصةً عند الأشخاص ذوي الاستفادة الطويلة من الحواسيب أو الهواتف المحمولة (العدد الطبيعي للرمش من 12 إلى 20 مرة في الدقيقة).

في الحالات الشديدة جداً لجفاف العين، من الضروري تحضير قطرات خاصة مستخلصة من دم المريض للاستفادة منها بدلاً عن قطرات الدموع الاصطناعية. لهذه القطرات القدرة على تخليص المريض من جفاف العين بمعدل كبير لاحتواءها على مواد وعناصر الدم المغذية.

طرق الاتصال

مستشفى نور التخصصي لطب العيون

مدينة طهران، شارع وليعصر (عج)، أعلى من ظفر

أول جادة اسفنديار، البناء رقم 96

0098 - 21 - 82400

[Instagram: noor.eyehospital](https://www.instagram.com/noor.eyehospital)

www.noorvision.com

hospital.noorvision.com

مستشفى نور البرز التخصصي لطب العيون

مدينة كرج، جهانشهر، ساحة هلال احمر

0098 - 21 - 35800

[Instagram: noor.alborz.eyehospital](https://www.instagram.com/noor.alborz.eyehospital)

alborz.noorvision.com

عيادة نور مطهري التخصصية لطب العيون

شارع مطهري، بعد تقاطع سهوردي

شارع شهيد يوسفیان، البناء رقم 121

0098 - 21 - 42313

[Instagram: noor.motahari.eyeclinic](https://www.instagram.com/noor.motahari.eyeclinic)

motahari.noorvision.com

عيادة نور ري التخصصية لطب العيون

شهر ري، شارع فدائيان اسلام الجنوبي، بين تقاطع

بل سيمان وجادة شهيد كرمي، البناء رقم 425

0098 - 21 - 34219

[Instagram: noor.rey.eyeclinic](https://www.instagram.com/noor.rey.eyeclinic)

rey.noorvision.com

مجمع نور الايراني الطبي

مسقط، مدينة سلطان قابوس، سكه رقم 1947 ص.ب 36

+ 968 94692929 - 22648800

[Instagram: noor.iranian.polyclinic](https://www.instagram.com/noor.iranian.polyclinic)

www.noorvision.om



DRY EYE

[Dry Eye Symptoms](#)

[Dry Eye Causes](#)

[Dry Eye Treatment](#)

[Contact Us](#)

NOOR EYE HOSPITAL



[Back](#)

Dry Eye

Normally, the eye constantly bathes itself in tears. By producing tears at a slow and steady rate, the eyes stay moist and move comfortably.

Sometimes, factors such as inadequate production of tears, excessive tear evaporation, or poor-quality production of tears lead to a condition that is called «dry eyes». Dry eye syndrome is especially common in digital screen users, occurring in approximately 5–30% of the elderly and young people who stare at the TV, computer, mobile phone, or tablet screens for extended periods. It is also one of the most common temporary complications occurring after refractive surgeries.

Dry Eye Symptoms

- A stinging, burning, or scratchy sensation in your eyes
- A sensation of grit in the eyes
- Hypersensitivity to light
- Eye fatigue
- Blurred vision that improves with blinking
- Excessive eye irritation from smoke or wind
- Excessive tearing (due to eye irritation caused by dry eye)
- Discomfort when wearing contact lenses

The symptoms may increase at the end of the day or the tiredness of the eyes. Your dry eye may get worse while driving, reading, watching TV, or working with the computer, tablet, or mobile phone, and also exposure to smoke, wind, and dry climates.

Tear Film

When you blink, a film of tears spreads over the eye, making the surface of the eye smooth and clear. Without this tear film, good vision would not be possible.

Lacrimal Gland, Cornea, Mucus Layer, Watery Layer, Oil Layer, Meibomian Glands, Conjunctiva

The tear film consists of three layers:

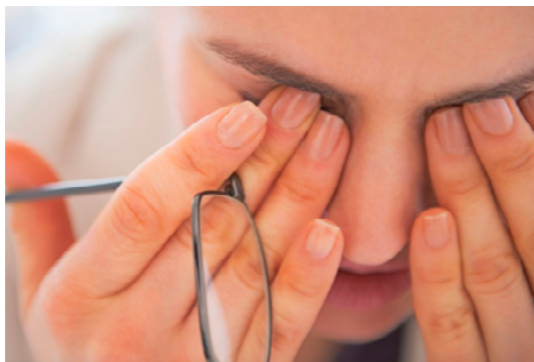
- an oil layer
- a watery layer
- a layer of mucus
- The oily layer, produced by the Meibomian glands, forms the outermost surface of the tear film. Its main purpose is to smooth the tear surface and reduce the evaporation of tears.
- The middle watery layer makes up most of what we ordinarily think of as tears. This layer is made of 98 percent water along with small amounts of salt, proteins, and other compounds. The watery layer, produced by the lacrimal glands in the eyelids, cleanses the eye and washes away foreign particles or irritants.
- The inner layer consists of mucus produced by the conjunctiva. Mucus allows the watery layer to spread evenly over the surface of the eye and helps the eye remain moist. Without mucus, tears would not stick to the eye.

Dry Eye Causes

- Tear production normally decreases as we age.
- Although dry eye can occur in both men and women at any age, women are most often affected. This is especially true after menopause.
- Prolonged use of computers and display devices with a screen decreases the number of eye blinks, leading to incomplete blinking, evaporation of tears, and subsequently to dry eye symptoms.
- Patients who undergo refractive surgery may also temporarily experience dry eyes, which usually resolves after a few months.
- Long-term use of contact lenses can also cause dry eye.
- A wide variety of common medications can cause dry eye by reducing tear secretion. Be sure to tell your ophthalmologist the names of all the medications you are taking, especially if you are using:
 - Diuretics (medications that cause increased urination)
 - Beta-blockers for heart or high blood pressure
 - Antihistamines for allergies
 - Sleeping pills
 - Medications for nerves
 - Pain Relievers

Since these medications are often necessary, the dry eye condition may have to be tolerated or treated with artificial tears. People with dry eyes are often more prone to the toxic side effects of eye medications, including artificial tears. For example, the preservatives in certain eye drops and artificial tear preparations can irritate the eye. So special preservative-free artificial tears may be better for them.

Remember that only an ophthalmologist is able to diagnose dry eyes by examining the eyes. Sometimes tests that measure tear production may be necessary. By one test, called a Schirmer tear test, the rate of tear production is measured under various conditions. Dry eyes can also be tested using a special dye in a diagnostic eye drop to look for certain staining patterns and determine the surface condition of the eyes.



Dry Eye Treatment

Using Artificial Tear Drops to Increase Your Tear Volume

The easiest and first-line therapy for dry eye is to use artificial tear drops, whose composition is very similar to natural tears. They lubricate the eyes and help maintain moisture. Artificial tears are available without a prescription. There are many brands on the market, so you can choose one of the best types by consulting your ophthalmologist. Preservative-free (single-use) tear drops are also available if you are sensitive to the preservatives in artificial tears. If you need to use artificial tears more than four times a day, preservative-free brands may be better for you. You can use artificial tears as often as necessary - once or twice a day to several times an hour. See your ophthalmologist as soon as possible if you notice your dry eye symptoms do not improve after putting your teardrops in several times a day.

Conserving Your Tears _____

Conserving your eyes' natural tears is another approach to keeping the eyes moist. Tears drain out of the eye through the two small tear ducts in the inner corner of the eye. If you have severe dry eye symptoms, your ophthalmologist may close one or both of these ducts either temporarily or permanently to prevent drainage of tears and conserves your own tears.

Other Methods

Tears evaporate like any other liquid. You can take steps to prevent evaporation. In winter when indoor heat is on, a humidifier or a container full of water on a heater or a household radiator can add moisture to dry air.

Dry eye protective glasses can also reduce the drying effect of the wind and dust while outside. Anything that may cause dryness, such as an overly warm room, hair dryers, or wind, should be avoided. Smoking is especially bothersome.

Sometimes your ophthalmologist may prescribe an eye ointment for you, which is used at bedtime, to moisten your eyes' surface. It is not recommended to use the ointment during the day, since the ointment can cause your vision to blur temporarily as well as reduce the effect of artificial tear drops.

If you work with a computer or mobile phone for a long time during the day, you should blink frequently to prevent dry eye symptoms. A person with normal eyesight usually blinks around 15 to 20 times in a minute.

In very severe dry eye syndrome, it is necessary to make serum eye drops by separating liquid and cellular components of the patient's blood and using them instead of artificial tears. These eye drops, which contain the patient's blood nutrients, help to significantly improve dry eye symptoms.

Contact Us

Noor Eye Hospital

No. 96, Esfandiar Blvd., Valiasr Ave.,
Tehran, Iran.
+982182400

[Instagram: noor.eyehospital](#)

www.noorvision.com

hospital.noorvision.com

Alborz Noor Eye Hospital

Red Crescent (Helal e-Ahmar) Square,
Jahanshahr, Karaj, Iran
+982635800-1810

[Instagram: noor.alborz.eyehospital](#)

alborz.noorvision.com

Motahhari Noor Eye Hospital

No.121, Shahid Yousefian St., after
Sohrevardi Crossroads, Motahhari St.,
Tehran, Iran
+982142313

[Instagram: noor.motahhari.eyeclinic](#)

motahhari.noorvision.com

Rey Noor Eye Hospital

No. 425, between Siman Bridge and Sha
hid Karimi Blvd., South Fada'iyān e-
Islam St., Shahr e-Rey, Tehran, Iran
+982134219

[Instagram: noor.rey.eyeclinic](#)

rey.noorvision.com

Noor Iranian Polyclinic

Oman, Muscat, Madinat Al Sultan Qaboos P.O.Box: 63
+968 22648800, +968 94692929

[Instagram: noor.iranian.polyclinic](#)

www.noorvision.om



وشكى چاۋ

نیشانەكانى وشكى چاۋ

ھۆكارەكانى وشكى چاۋ

چارەسەركردنى وشكى چاۋ

پەيوەندى لەگەڵ ئىمە

نەخۆشخانەى ماستەرپسپۆرى
پزىشكى چاۋى نوور



گەرانبە

وشکی چا

له حالتهی سروشتیدا، چا و بهردهوام به فرمیسک ده شوردریّت. واته به بهرهمهینانهوهی فرمیسک به شیوهی بهردهوام و لهسرخۆ، چا ههمیشه شیدار ده مینیتتهوه و ده توانی به ئسانی بهرهو ئاراسته جیاوازهکاندا جوولّه بکات.

بهلام جاروبار فرمیسک که متر له رادهی پیویست بهرهمدهیندریّت. بری جار زۆتر له ئاستی پیویست ده بیته ههلم و نامینیت و جاری واش ههیه کوالیتییه کهی له خوارهوهیه و ناتوانی چا و پاریزیّت. تهواوی ئهم حالهتانه ده بیته هوی دروستبوونی حالهتیک که «وشکی چا» ی پیدهوتریّت. ئهم کیشهیه زۆر بهربلاوه و له ناوچه جیاوازهکاندا، ۵ تا ۳۰ له سهدی کهسانی بهتەمەن و ئەو گەنجانهی که زۆر چا و ده دوورنه شاشهی تهلهفزیۆن، کۆمپیوتریان تهبلیت، تووشی ئهم دیاردهیه ده بن. ئهم نهخۆشییه به شیوهی کاتی و پاش نهشتهرگهرییه کانی تایهت به کیشه تیشکشکینییه کانی چاویش به دیده کریّت.

نیشانه کانی وشکی چا

- ههست به سووتانهوه و خورانی چا
- ههست ده کهی شتیکی دهره کی (وهک دانه ی لم و چۆ) له چاوتدایه
- ههستیاربوون به تیشکی ههتاو به شیوهیه کی له راده به دهر

- ههست به ماندوووونى چاو
- بيننت تهلخ دهبي و به چاو ترووکاندن باشت دهبي
- ههستياربوون و کاردانه وهى له پراده به دهه به دووکهل و توژ
- فرميسک پرژان به شيوهى له پراده به دهه به (به هوى وشکبوونى چاو)
- ههست به نازارکردن له کاتى به کارهينانى عهده سه گهلى کانته کتى
- تووشبووان به وشکى چاو زوربهى کات دواى نيوه پروان و پاش ئيشکردنى زور به کو مپيوتر و ته ماشاى ته له فزيوون و له کاتى ليخوپرين و يان نه و کاتانهى که با و ههواى گهرم و وشک ليانبدات، نه نيشانه يان زورتر ليدابه ديده کريت.

لايهى فرميسكى

کاتى چاو ده ترووکينن، لايه يه ک له فرميسک پرووى چاو تان داده پوشت و لووس و بريقه دارى ده کات. نه گهر نه فرميسکيه نه بيت، قهه ناتوانن به جوانى شتومه ک بينن.

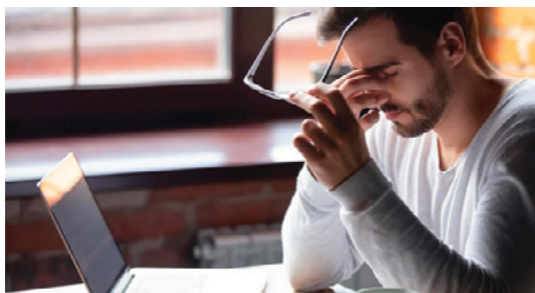
فرميسک سى لايهى هه يه:

- لايهى چهورى
- لايهى ئاوى
- لايهى موکوسى

● لايه‌ی چه‌وری، له لايان تيريزه‌کانی قه‌پاخی چاوه‌وه دروست ده‌بيت و ده‌ره‌کيترين لايه‌ی فرميسکه و ئه‌رکی سه‌ره‌کيشی ئه‌وه‌یه که به‌هه‌لمبوونه‌وه و له‌نيوچوونی فرميسکی چاو کهم بکاته‌وه و پروه‌کی چاو لووس و یه‌کده‌ست بکات.

● لايه‌ی ناوه‌ندی، لايه‌ی ئاوی پیده‌وتريت و ئه‌م لايه‌یه به‌شی سه‌ره‌کی فرميسک پیکده‌هيتت که به‌شی زورینه‌ی (۹۸٪) له ئاو و باقیه‌که‌ی له ماده‌ه خوئییه‌کان و پرۆته‌ئینات پیکهاتووه. ئه‌م لايه‌یه له لايان تيريزی فرميسکیه‌وه به‌ره‌مه‌ده‌هيتريت و چاو خاوين ده‌کاته‌وه له شته ده‌ره‌کیه‌کان و هانده‌ره‌کان (محرکات) و ده‌يشواته‌وه.

● لايه‌ی ناوخوی له‌خوگری مۆکۆسه که له لايان کاجانکتیقاوه به‌ره‌مه‌هاتووه. موكوس یارمه‌تی لايه‌ی ئاوی ده‌دات بو ئه‌وه‌ی به‌ باشی له پروه‌کی چاودا بلاو ببيته‌وه و چاو شیدار به‌هیلته‌وه. به بی موكوس، فرميسک له سه‌ر چاو نامینته‌وه.



هۆکاره کانی وشکیی چاو

● به شیوهی سروشتی له گه‌ل به سه‌رچوونی ته‌مه‌ندا ریژه‌ی به‌ره‌مه‌هاتنی فرمی‌سک داده‌به‌زی‌ت.

● هه‌رچه‌ند وشکبوونی چاو له هه‌ر دوو په‌گه‌زی ژن و پیاو و له هه‌ر ته‌مه‌نی‌کدا رووده‌دات، به‌لام له ژناندا و پاش ته‌مه‌نی ته‌واوبوونی سوو‌ری مانگانه زۆرتر به‌دی‌ده‌کری‌ت.

● له‌و که‌سانه‌ی که‌وا چه‌ندین کاتر می‌ری یه‌ک له‌ دوای یه‌ک له‌گه‌ل کۆمپیوتر ئیش ده‌که‌ن به‌ هو‌ی ئه‌وه‌ی که‌ که‌متر چاو ده‌تروو‌کینن، راده‌ی به‌هه‌لمبوونی (تبخی‌ر) فرمی‌سک زیاده‌تر به‌دی‌ده‌کری‌ت و توشی وشکیی چاو ده‌بن.

● ئه‌و نه‌خۆشانه‌ی که‌ نه‌شته‌رگه‌ریه‌کانی تاییه‌ت به‌ کیشه‌ تیشک‌شکینیه‌کانی چاویان بو‌ ده‌کری‌تیش جاروبار و به‌ شیوه‌ی کاتی تووشی وشکیی چاو ده‌بن که‌ زۆربه‌ی کات دوای چه‌ند مانگی‌ک چاک ده‌بنه‌وه.

● وشکیی چاو له‌ ئه‌و که‌سانه‌ی که‌ بو‌ ماوه‌یه‌کی زۆرعه‌ده‌سه‌گه‌لی کانته‌کتی به‌کار دینن به‌ربلاوتره‌.

● زۆری‌ک له‌ ده‌رمانه‌کانیش ده‌توانن به‌ که‌م‌کردنه‌وه‌ی ئاستی پزانی فرمی‌سک له‌ چاودا، دیارده‌ی وشکیی چاویان لیبکه‌و‌پته‌وه‌.

ئه‌گه‌ر ئه‌م ده‌رمانانه‌ی خواره‌وه‌ به‌کار دینن، بو‌ دلنیا‌یی زۆرتر رای دکتۆره‌که‌تان وه‌رگرن:

■ ئه‌و ده‌رمانانه‌ی میز زیاد ده‌که‌ن

■ ئه‌و ده‌رمانانه‌ی وه‌رگری بی‌تا بلۆک ده‌که‌ن

■ ئانتى ھېستامىنە كان

■ ھەبى خەو

■ دەرمانە كانى ئەعساب

■ دەرمانە ئازار شىكىنە كان

ئەگەر بەكار ھېتتە ئىكەن دەرمانەنى سەرھەۋە زەرور
يېت، ئەھۋالەتتىكى وشكى چاۋەكى دەست دەيىت
دەبى بە قەترە ۋە دۆپى فرمىسكى دەستكرد، چارەسەر
بكرىت. دەبى ئاگادار بن كە ئەھۋالەتتە توشى
وشكى چاۋ ھاتوون، ئەگەرى ئەھۋالەتتە توشى
پاشھاتە نەخۋازاۋە كانى دەرمانە كانى تايىت بە چاۋ ۋە
كارىگەرىيە ژەھراۋىيە كانىان بن زۆرتەرە. بۆۋىنە بېرىك
ماددە پراگىرى ناۋ قەترە فرمىسكى دەستكرد دەتوانى
بېتە ھۆى تەحرىك ۋە ھاندانى چاۋ بۆيە ئەھۋالەتتە
لەۋانە پېۋىستىان بە جۆرىكى تايىت لە فرمىسكى
دەستكرد يېت كە ماددە پراگىرى تېدا نەبى.

شايانى ئامازەيە كە تەنھا پزىشكى چاۋ ۋە پاش
ئەنجامدانى پشكىن دەتوانى بوون يا نەبوونى
ھالەتتىكى وشكى چاۋ دىيارى بىكات.

چاروبار پېۋانە كەردنى ئەھۋالەتتە فرمىسكى كە بەرھەم
دېتتە زەرورە. لە تاقىكردنە ھەي شىرمردا، پادەي
بەرھەم ھېتتە فرمىسكى لە ھالەتتە جۆراۋ جۆرە كاندا
پېۋانە دەكرىت. تاقىكردنە ھەي كە تر بۆ دىيارى كەردنى
ئاستى وشكى چاۋ، پەنگەردنى پوۋەكى چاۋ بە
كۆمەلە پەنگىكى تايىت كە بەم پەنگانە دەتوانىن
پېۋەرە كانى وشكى چاۋ لەيە كەدەينە ھە!

چاره سه رکردنی وشکی چاو

زیادکردنی رادهی فرمیسک

ساکارترین ریگای چاره سه رکردنی دیاردهی وشکی چاو، به کارهینانی قه تره ی فرمیسکی ده سترده که پیکهاته که ی زور هاوشیوهی فرمیسکی سروشتیه. نه م قه ترانه پرووه کی چاو خلیسک و خز ده که ن و یارمه تی ده دن بو نه وه ی شیدار همینته وه. فرمیسکی ده سترده به بی وه ره قه ی دکتوریش ده فروشریت و چه ندین بره ندی جوراوجوری هه یه له بازاردا که پاش راویژکاری له گه ل دکتوره که تان، ده توانن باشترینکه ی بکرن.

به رگریکردن له وه ده رچوونی فرمیسک

به ستنی ریگای ده رچوونی فرمیسک له چاو، شیوازیکی تری چاره سه رکردنی وشکی چاوه. له گوشه ی ناوخوی هه ر چاو دوو دانه ئاوه رۆ هه ن که به شیوه ی سروشتی فرمیسک له چاو ده به نه ده ر. نه گه ر وشکی چاو زور ئالۆز و سه خت بییت، له وانه ی پزیشک یه کییک یا هه ردووکی نه م فرمیسکه رپووانه به شیوه ی کاتی یان هه میشه یی به ستیت تا فرمیسک زورتر له چاو همینته وه و قه باری فرمیسکی ناو چاو زیاد بکریت.

شیوازگه لی تر

فرمیسک وهک شله مه نییه کانی تر، ده بیته وه هه لم و له نیوده چیت. به لام ده توانین تا راده یه ک به رگری لیکه یین. له وه رزی زستان و کاتیک له ژووریکه گی رمدان، ده توانن ئامیری هه لم ساز به کار بهینن یان خود مه نجه لیک پر له ئاو کهن و بیخه نه سهر رادیات یان سو به بو ته وه ی هه وای ناومال شیدارتر بیته وه. چاویلکه ی پاریزه ریش ده توانی ته و جو ره وشکی چاوه ی که هوکاره که ی ته پ و توژه که متر بکاته وه. هه روه ها که سیک که تووشی وشکی چاوه اتوو، ده بی خو ی له شتانیک وه ک گه رمای زوری ناومال، وشکه ره وه ی قز (hairdryer)، ته پوتوز و جگه ره بپاریزی ت. باشتر ته وه ی ته و که سانه ی که تووشی ته م دیارده یه ن، پاش وه رگرتنی رای دکتور، شه وانه مه له می چاوه به کار بهینن با چاویان شیدار بهینیته وه. به لام له رۆژدا ته م مه له مانه به کار مه هیئن چون ده بنه هو ی ته له بوون و لیل بوونی بینن وه روه ها کاریگه ری قه تره ی فرمیسکی ده سترکدیش که م ده که نه وه.

ته و که سانه ی که له دریزی یی رۆژدا بو کاتیکه ی زور چاوه له موبایل و کومپیوتر ده کهن ده بی به شیوه ی به رده وام چاوه بتروو کینن. (ژماره ی سروشتی چاوتروو کاندن ۱۲ تا ۲۰ جاره له خوله کیکدا).

له و حاله تانه ی که وشکی چاوه زور سهخت و ئالۆزه، له خوینی که سی تووشبوو قه تره دروست ده کهن و له باتی فرمیسکی ده سترکد به کاریده هیئن. ته م قه تره یه که له خوگری ماده ده به سووده کانی خوینه، کاریگه ریبه کی بهرچاوه ده خاته سهر باشتر بوونی چاوه.

په یوهندی له گه ل ئیمه

نه خوځځانه ی ماسته رپسپوړی پزیشکی چاوی نوور
تاران - شه قامی وه لیعه سر (عج)، سه رتر له شه قامی زه فهر، ده سته پیک

بلواری نه سفه ندیار، ژماره ۹۶

+ ۹۸ - ۲۱ - ۸۲۴۰۰

[Instagram: noor.eyehospital](https://www.instagram.com/noor.eyehospital)

www.noorvision.com

hospital.noorvision.com

نه خوځځانه ی ماسته رپسپوړی پزیشکی چاوی نووری نه لبورز

تیران، پاریزگای نه لبورز، جه هانشار، گوړه پانی هلال نه حمه ر

نه خوځځانه ی پزیشکی چاوی نوور

+ ۹۸ - ۲۶ - ۱۸۱۰ - ۳۵۸۰۰

[Instagram: noor.alborz.eyehospital](https://www.instagram.com/noor.alborz.eyehospital)

alborz.noorvision.com

نه خوځځانه ی ماسته رپسپوړی پزیشکی چاوی نووری موته هه ری

تاران، شه قامی موته هه ری، پاش چوار پئیانی سوهریوه ردی، شه قامی

شه هید یووسفیان، ژماره ۱۲۱

+ ۹۸ - ۲۱ - ۴۳۳۱۳

[Instagram: noor.motahari.eyeclinic](https://www.instagram.com/noor.motahari.eyeclinic)

motahari.noorvision.com

نه خوځځانه ی ماسته رپسپوړی پزیشکی چاوی نووری شاری ره ی

ناونیشان: تاران - شاری ره ی - شه قامی فهدائینی ئیسلا ی جنوب -

نیوان سته پئیانی پو لی سیمان و بلواری شه هید که ریمی - ژماره ۴۲۵

ته له فون: ۹۸ - ۲۱ - ۳۴۲۱۹

[Instagram: noor.rey.eyeclinic](https://www.instagram.com/noor.rey.eyeclinic)

rey.noorvision.com

پلی کلینیکی نووری تیرانیان

عوممان، مه سقه ت، شاری سولتان قابووس، شه قامی ۲۵۳۸

+ ۹۶۸ ۹۴۶۹۲۹۲۹ - ۲۲۶۴۸۸۰۰

[Instagram: noor.iranian.polyclinic](https://www.instagram.com/noor.iranian.polyclinic)

www.noorvision.om



Сухость глаз

Симптомы сухости глаз

Причины сухости глаз

Лечение сухости глаз

Как связаться с нами

Узкоспециализированная офталь-
мологическая больница «Нур»



назад

Сухость глаз

В нормальном состоянии глаз постоянно промывается слезами. Другими словами, при медленном и непрерывном образовании слез, глаз остается влажным и его движения в различных направлениях совершаются легко.

Иногда слезы вырабатываются недостаточно; Иногда слезы испаряются слишком сильно, а иногда не имеют хорошего качества для защиты глаз. Все эти ситуации вызывают осложнение под названием «сухость глаз». Эта проблема очень распространена и в разных регионах от 5 до 30 процентов пожилых и молодых людей, которые долго смотрят в экран телевизора, компьютера или планшета, страдают от нее. Это заболевание временно наблюдается также после операции по коррекции аномалий рефракции.

Симптомы сухости глаз

- Жжение и зуд в глазах
- Ощущение постороннего предмета (например, песка) в глазу
- Высокая чувствительность к солнечному свету
- Усталость глаз

- Затуманенное зрение, которое улучшается при моргании.
- Чрезмерная чувствительность и раздражение, вызванное дымом или пылью
- Чрезмерное слезотечение (из-за раздражения, вызванного сухостью глаз)
- Дискомфорт в глазах после ношения контактных линз

Люди с сухостью глаз обычно больше ощущают симптомы во второй половине дня, после длительной работы за компьютером, просмотра телевизора в течение длительного времени, во время вождения или при воздействии ветра и сухого воздуха.



Слезный слой

Когда вы моргаете, слой слез покрывает поверхность вашего глаза и делает его гладким и четким. Без этого слезного слоя правильное зрение невозможно.

Роговичная слезная железа, слизистый слой, водянистый слой, жировой слой, конъюнктивальная мейбомиева железа (рисунок)

Слезы состоят из трех слоев:

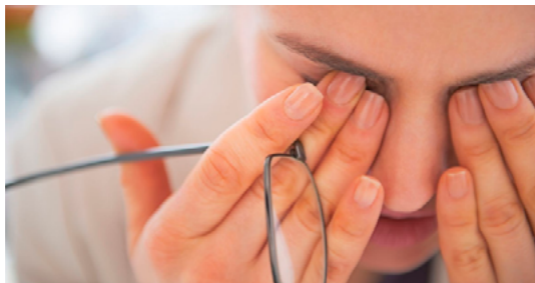
- Жировой слой
- Водный слой
- Слизистый слой
- Жировой слой вырабатывается сальными железами век и образует внешний слезный слой. Его основная задача – разглаживание поверхности глаза и уменьшение испарения слез.
- Средний слой называется водным слоем. Этот слой образует основную часть слез, большая часть которой (98%) состоит из воды, а остальная часть — из растворенных веществ и белков. Этот слой вырабатывается слезной железой и очищает и омывает глаз от инородных тел и раздражителей.
- Внутренний слой содержит слизь, вырабатываемую конъюнктивой. Слизь позволяет водному слою легко распределяться по поверхности глаза и помогает поддерживать влажность глаза. Без слизи, слезы не остаются на глазу.

Причины сухости глаз

- Естественно, с возрастом слезопродукция уменьшается.
 - Хотя сухость глаз встречается у обоих полов (мужчин и женщин) и в любом возрасте, она чаще встречается у женщин, особенно после менопаузы.
 - У людей, много часов работающих за компьютером, из-за уменьшения частоты моргания увеличивается испарение слез и возникает сухость глаз.
 - Пациенты, перенесшие рефракционную операцию, также могут временно испытывать сухость глаз, которая обычно проходит через несколько месяцев.
 - Сухость глаз чаще встречается у людей, которые используют контактные линзы в течение длительного времени.
 - Широкий спектр распространенных лекарств также может привести к сухости глаз из-за снижения секреции слез.
- Если вы принимаете следующие лекарства, проконсультируйтесь с врачом-офтальмологом, чтобы быть уверенным:
- Лекарства, усиливающие мочеиспускание
 - Препараты, блокирующие бета-рецепторы
 - Антигистаминные препараты
 - Снотворные средства
 - Нервные препараты
 - Обезболивающие препараты

При необходимости применения указанных препаратов возникающую сухость глаз следует лечить каплями искусственной слезы. Полезно знать, что люди с сухостью глаз более подвержены побочным эффектам, а иногда и токсическим эффектам глазных лекарств, таких как искусственные слезы; Например, консерванты в искусственных слезных каплях могут вызывать раздражение глаз, поэтому этим людям может понадобиться специальный тип искусственных слез без консервантов. Следует отметить, что только офтальмолог может диагностировать сухость глаз, исследуя глаза.

Иногда также необходимо измерить количество слезопродукции. В тесте Ширмера количество слезопродукции измеряется в различных ситуациях. Еще одним тестом для определения уровня сухости глаз является окраска поверхности глаза специальными красками, которая используется для проверки рисунка сухости на поверхности глаза.



Лечение сухости глаз

Увеличение объема слез

Самым простым способом лечения сухости глаз является использование искусственных слезных капель, состав которых очень похож на натуральные слезы. Эти капли делают поверхность глаза скользкой и помогают сохранить ее влажной. Искусственные слезы также доступны без рецепта, и на рынке есть разные торговые марки этой капли, вы можете выбрать один из лучших типов, проконсультировавшись с врачом.

Капли без консервантов (одноразовые) также доступны для людей, чувствительных к консервантам в искусственных слезах. Если искусственные слезы используются более четырех раз в день, больше подходят капли без консервантов. Искусственные слезы можно использовать с любым интервалом времени (от одного до нескольких раз в сутки). Если у вас все еще есть симптомы сухости глаз после использования этих капель несколько раз в день, вам следует обратиться к окулисту.

Предотвратить выход слез

Блокирование выхода слезы из глаза — еще один способ лечения сухости глаз. Во внутреннем уголке каждого глаза есть два небольших протока, которые естественным образом отводят слезы. В случаях сильной сухости офтальмолог может временно или навсегда закрыть один или оба этих протока, чтобы уменьшить количество слез в глазу и увеличить количество слез в глазу.

Другие методы

Слезы испаряются, как и другие жидкости. Вы можете использовать некоторые методы, чтобы предотвратить его испарение. Зимой, когда вы находитесь в теплом помещении, использование увлажнителя или контейнера с водой на обогревателе или радиаторе повысит влажность воздуха. Защитные очки также могут уменьшить сухость глаз, вызванную пылью на открытом воздухе. Также человеку, страдающему от сухости глаз, следует избегать таких условий, как чрезмерная жара в помещении, использование фена, воздействие пыли и курение. Людям с симптомами сухости глаз рекомендуется перед сном использовать простые глазные мази, которые увлажняют поверхность глаз. Не рекомендуется применять эти мази в течение дня, так как помимо затуманивания зрения они еще и снижают действие капель искусственной слезы.

Людям, которые подолгу работают за компьютером или мобильным телефоном в течение дня, следует часто моргать (нормальное количество морганий — от 12 до 20 раз в минуту).

В очень тяжелых случаях сухости глаз необходимо приготовить капли сыворотки из собственной крови больного и использовать ее вместо искусственной слезы. Эта капля, содержащая питательные вещества для крови, помогает значительно уменьшить сухость глаз.

СПОСОБЫ СВЯЗИ

Узкоспециализированная офтальмологическая больница «Нур»

ИРИ, г.Тегеран, улица Валиаср, над ул.
Зафаром, бульвар Эсфандиар, № 96.
0098-21-82400

Инстаграм: noor.eyehospital
www.noorvision.com
hospital.noorvision.com

Узкоспециализированная офтальмологическая больница «Нур Альборз»

ИРИ, г. Джаханшахр, площадь Хелаль
Ахмар, глазная больница Нур,.
0098-26-35800-1810

Инстаграм: noor.alborz.eyehospital
alborz.noorvision.com

Узкоспециализированная офтальмологическая клиника «Нур Мотahari»

ИРИ, г. Тегеран, ул. Мотahari, после
перекрёстка Сохранарди, ул. Шахид
Юсефиан, № 121.
0098-21-42313

Инстаграм: noor.motahari.eyeclinic
motahari.noorvision.com

СПОСОБЫ СВЯЗИ

Узкоспециализированная офтальмологическая клиника «Нур Рэй»

ИРИ, г. Шахрерэй, ул. Федаиян Ислам джонуб, между тремя путями Пол Симан и бульваром Шахид Карими, № 425,
+98-21-34219

Инстаграм: [noor.rey.eyeclinic](#)
[rey.noorvision.com](#)

Поликлиника «Нур Ираниян»

Оман, Маскат, город Султан Кабус, улица 1947, дом 2538.

+968 22648800

+968 94692929

Инстаграм: [noor.iranian.polyclinic](#)
[www.noorvision.om](#)