

高雄榮民總醫院臺南分院



青光眼與養生法則

一、前言

青光眼是用來描述一群眼睛疾病的綜合名詞，其共同特徵為視神經因為無法承受本身眼內壓力（通常為眼壓升高），而造成不同程度之傷害，且合併有視野喪失的現象。正常的眼球因有房水的持續分泌，形成的眼壓可幫助維持眼球形狀及功能。

二、病癥

當眼睛房水的排出通道阻塞時，眼壓就會慢慢的或突然的增高；若眼壓過高且持續太久，視神經就會受損。

三、診斷藥物治療

某些慢性青光眼，因無明顯症狀，且視野先由週邊開始喪失，較不易察覺；直到視神經萎縮到相當程度，中心視野及視力受到影響時，為時已晚。不過，只要病患有正確的觀念及警覺性，早期診斷及治療，即能防止類似的

四、高危險群

1. 血親有青光眼患者
2. 糖尿病患者
3. 使用類固醇
4. 眼球受傷之患者。

四、青光眼養生法則

1. 遵從醫師指示按期接受追蹤檢查。
2. 務必避免興奮、憤怒、煩惱、恐怖、失望、熬夜、緊張或失眠。
3. 避免長時間在光度不足之室內。
4. 切忌亂服用中藥。
5. 非得醫師指示，不要擅自用消炎眼藥水。

如果青光眼一旦確立診斷，別忘了視力是您自己最珍貴的財產之一，您的眼睛值得接受最好的治療及照顧；請記住眼科專科醫師是唯一能提供此項服務的人，信賴您的醫師並密切合作是保持您的眼睛在最佳狀況的不二法門，千萬別讓青光眼限制您的日常生活及人生目標。



高雄榮民總醫院
臺南分院 K•V•G•H
Tainan Branch

關心您

護理部製作0005