

眼科部

● **學經歷** ● 高雄榮民總醫院眼科部主治醫師
陽明大學眼科部定講師
美國西雅圖華盛頓大學研究員
中華民國眼科專科醫師
台北榮民總醫院眼科住院醫師
高雄醫學院醫學系畢業

● **專長** ● 青光眼的內科治療及手術治療 | 白內障



主治醫師 陳瑛琪

常壓型青光眼知多少？

「陳大夫，我因搬家後就在台南看診很久沒來你的門診。最近因視野惡化，我們那邊的醫師幫我多加一種青光眼的藥，可是我因此頭暈無法正常運動，我先生很生氣說我都偷懶不多走動……」說著說著這位太太就委屈地掉下眼淚！又說：「我記得你很久前告訴我『你這種青光眼要特別小心，血壓不能太低；而且用藥時，不能用會把血壓降更低的青光眼藥』，我發現這個新藥真的讓我血壓降到50(舒張壓，mmHg)這麼低！」

這種特別類型的青光眼稱作：「常壓型青光眼」，意即眼壓在正常範圍(≤21mmHg)，但是卻有青光眼的典型視神經病變合併視野缺損；在過去，全世界以日本人最好發此病，其後是韓國，近幾年台灣的盛行率急起直追，與我們近視人口爆發性地成長相關。

過去，治療青光眼不外乎藥物、雷射與手術；但常壓型青光眼的臨床醫學研究進一步證實這類病患經常合併低血壓、偏頭痛、手腳冰冷、體型偏瘦，而且有自我要求高的人格特質，通常事業有成，原來它有一種全身性的體質稱作「原發性血管調節失常」(Primary vascular Dysregulation)，所以這群病人的血液循環較差，甚至腦內壓也跟著下降，所以在眼壓正常時，卻已罹患青光眼。

有了這層認識，我們終於了解到治療這群病人不能按照以前的老方法只去降眼壓，而是要全面再教育病人甚至是醫師；除了避免使用青眼露(β -Blocker)以免病人血壓降更低之外，更要積極鼓勵病人常規運動，而且不能清淡飲食(要攝取足夠的食鹽)，血壓才不會太低；運動後更要喝運動飲料，以免流出鹹的汗水只補充純開水會讓原本的低血壓更低；運動後要記得補充能量，不可以低於身體質量指數(BMI)平均值以免肌肉量不夠血液回流不好；待在冷氣室或寒冷的冬天更要特別注意保暖，以免血管收縮就不放鬆了；要懂得舒壓以免高壓力工作影響病情。如此才能全面照護，搶救光明。

故事回到這位病人重新調整藥物，二週後回診的現場，她的血壓回到原本的95/65mmHg，而且因為恢復常規運動讓她的手腳回暖，臉上重新有了笑容，最令人開心的是，她說了一句感言：「我好像重新活過來了！」

也許這樣戲劇性的場景並不多見，但是藉著它讓我們重新省視常壓型青光眼並不只是一個眼疾，醫師應更注意全面照護的重要性，病人也要隨時反應細微變化，務必使醫病雙方合作無間，共同面對此一特殊類型青光眼-常壓型青光眼。