

Что такое синдром сухого глаза?

Синдром сухого глаза - заболевание, которое характеризуется хроническим недостатком влаги и смазочной слезной пленки в глазах. От синдрома «сухого глаза» страдают почти десять миллионов американцев, однако это заболевание распространено во всем мире, где есть компьютеры. Хотя у многих людей этот синдром развивается с возрастом и является закономерным проявлением старения, чаще всего появление синдрома вызвано другими причинами.

Узнайте больше о причинах возникновения синдрома «сухого глаза» и профилактике этого распространенного заболевания. Лечение синдрома не сводится к уменьшению дискомфорта и болезненных ощущений, но и подразумевает защиту роговой оболочки глаз.

Синдром сухого глаза

Наши глаза покрыты тонкой слезной пленкой, которая служит смазкой при движениях глазного яблока, защищает его от высыхания, содержит в себе вещества (ферменты), питающие роговицу и защищающие глаз от патогенных микробов. Кроме того, слезы ускоряют заживление повреждений глаз, смывают аллергены и защищают глаза. Слезы образуются в слезных железах, расположенных вокруг глаза. По поверхности глаза слезы распределяются при моргании. Сухость глаз иногда вызвана плохим качеством слезной пленки. При синдроме «сухого глаза» нарушается выработка слезной пленки или же пленка быстро испаряется из-за своего химического состава. Синдром «сухого глаза» часто сопровождает процесс старения, ведь с возрастом в организме вырабатывается все меньшее количество масла. Дефицит масла влияет на качество и количество выработки слезной пленки, поскольку водный слой в глазах быстрее высыхает. Это заболевание больше распространено среди женщин, чем среди мужчин. У женщин в климактерический период сухость кожи часто сопровождается сухостью глаз. Вот самые распространенные причины этого заболевания:

Жаркий, сухой и ветреный климат

Большая высота над уровнем моря

Табачный дым

Побочные эффекты некоторых лекарств, например, антигистаминных препаратов, антидепрессантов, лекарств от гипертонии, паркинсонизма и противозачаточных

таблеток

Недостаточное моргание, например, при чтении или работе за компьютером

Неполное закрывание глаз веками, болезнь век или дефектом слезных желез

От синдрома «сухого глаза» также страдают люди, носящие контактные линзы, ведь линзы поглощают слезную пленку и на их поверхности накапливается белок. Непереносимость контактных линз также может быть симптомом синдрома сухого глаза.

Главный признак сухости глаз - постоянный зуд и жжение в глазах. Также создается ощущение «песка в глазах». Больному хочется постоянно тереть глаза. Как ни странно, излишняя слезливость глаза также может быть признаком синдрома «сухого глаза», поскольку слезные железы вырабатывают большое количество слез, чтобы устранить сухость, однако эти слезы обладают плохими смазочными свойствами. Такие слезы, а также слезы, выработанные слезными железами в результате ответной реакции на внешний раздражитель или эмоционального потрясения, совершенно не устраняют раздражения и сухости глаз. Больной, страдающий от синдрома «сухого глаза», чувствует дискомфорт после длительной работы за компьютером или просмотра телевизора. Многие больные также страдают от светобоязни и периодического помутнения зрения, а также других временных расстройств зрения. Не исключено появление в уголках глаз вязкой слизи. Даже при наличии самых незначительных симптомов у больных понижается трудоспособность и ухудшается качество жизни.

Диагностика и лечение синдрома сухого глаза

Синдром «сухого глаза» диагностируется офтальмологом, который измеряет скорость выработки и испарения слезной жидкости, а также определяет ее качество. Для определения суммарной слезопродукции выполняют пробу Ширмера: на нижнее веко исследуемого глаза анатомическим пинцетом помещают фильтровальную бумагу и в течение нескольких секунд стеклянной палочкой прижимают ее шероховатую поверхность к бульбарной (или пальпебральной) конъюнктиве. Затем бумагу аккуратно извлекают. Для обследования глаз офтальмолог использует щелевую лампу (биомикроскоп). Для визуализации слезной пленки в исследуемый глаз капают небольшое количество красителя, например, флуоресцеина.

Лечение синдрома «сухого глаза» заключается в сохранении максимального количества

естественной влаги глаза. Глазные капли выполняют функцию заменителей слез и дают лишь временное облегчение. В наиболее тяжелых случаях назначают противовоспалительные средства. Топические стероиды помогают при лечении воспаления, однако при пролонгированном использовании не исключено появление побочных эффектов. В некоторых случаях синдрома «сухого глаза» удержать слезную жидкость помогают крошечные тампоны, которые помещают в слезных протоках. Эти специальные тампоны удерживают слезную жидкость, благодаря чему глаз остается увлажненным. Тампоны могут быть как временными (из растворимого коллагена), так и постоянными (из силикона). В особо тяжелых случаях рекомендуют носить специальные очки или мягкие линзы, удерживающие влагу.

Автор - **Елена Кузич**

[Источник](#)