

## 青光眼衛教指導



青光眼是老年人常見的疾病之一，雖然不致於因為青光眼而危及生命，但是如果任其發展有可能會導致失明，而且青光眼所引起的失明是無法回覆的，青光眼容易發生在高度近視、糖尿病、高血壓以及有青光眼家族史的病人，因此如何能夠早期發現青光眼及早加以治療，保持最好的視力，實在是非常重要的。

### ❖青光眼形成的原因：

所謂青光眼，就是眼壓超出正常值(正常人眼壓平均在廿一毫米汞柱以下)，壓迫到視神經，造成視神經傷害，進而使得視力受損。在眼球前睫狀體會分泌液體，以維持眼球一定的眼壓，這些液體會流到前房部分，經由隅角特殊管道的吸收，重新回到血液循環，當隅角排泄管道受阻，或由隅角狹窄時，液體堆積在眼內，導致眼壓上升，當眼壓上升超過視神經可以容忍的程度，青光眼就產生了。

### ❖如何得知有青光眼：

- 1.定期眼壓測量：四十歲以上，應該每年測量一次眼壓，如果有高度近視、高血壓、糖尿病及青光眼家族者，更應該每半年測一次眼壓。
- 2.眼底神經檢查：醫師以特殊的眼底鏡觀察眼球內視神經的變化，是否有被壓迫萎縮，或出血的情形。
- 3.視野檢查：進行性青光眼病人，可見到進行性視野缺損，尤其是先進的自動電腦分析視野檢查，可以提供醫師非常寶貴的治療依據。
- 4.眼前房隅角鏡檢查
- 5.誘發試驗：當症狀不確定，但視神經明顯受損時，可以各種誘發試驗，以確立診斷。

### ❖常見的治療方法：

青光眼的治療方法包括藥物治療、雷射治療以及手術治療。各種型態的青光眼有其不同的治療方式，一般均先用藥物控制，若不能完全

控制時，再用雷射或手術治療，手術後也許可以控制青光眼，但有些病人仍須輔以藥物治療才能控制。

- 1.藥物治療：每種治療青光眼的藥物其作用時間不同，有時需兩種藥物同時使用，因此必須遵守醫師指示點用。
- 2.雷射治療：青光眼雷射治療運用廣泛，有時可以免去開刀的危險性，或延緩開刀的時間。
- 3.手術治療：一般均在藥物及雷射無法控制或控制不良時，醫師才會考慮手術，但近年來由於技術的進步，青光眼手術成功率大為增加，也可早期接受手術治療，以確保眼壓的穩定性。

❖常見青光眼藥物可能之副作用及禁忌：

- 縮瞳劑：短時間之視力模糊、若因此影響工作而無法忍受，可考慮改用其它藥水替換。
- B型阻斷劑：可能引發氣喘及心跳遲緩，故患有氣喘、慢性阻塞性肺疾病、低血壓、心律不整及心臟病者，應事先告知醫師。
- 點滴靜脈注射降眼壓劑：因須在短時間內注入大量之液體，若有心肺機能障礙者，應事先告知以決定可否施用。

❖若已知有青光眼的人要注意以下保健之道：

- 一、定期測量眼壓，檢查視神經及視野檢查，以控制病情。
- 二、生活規律、心情穩定，避免熬夜及情緒激動。
- 三、飲水要分量分次，避免牛飲。
- 四、充分配合醫師指示用藥，勿自行調整。
- 五、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，如舉重、倒立等運動。

參考文獻：

陳麗華(2017)·眼耳鼻喉疾病病人的護理·於蔡秀鸞總校訂，最新實用內外科護理學下冊(最新修訂版，19-46~19-51)·台北市，永大。

