



保濕眼藥水 (人工淚液) 的使用建議

大部份都市人經常需要長時間使用電腦，令雙眼容易感到疲倦、乾澀等；而隱形眼鏡使用者，偶然也會遇上這些問題。

引致眼睛乾澀的成因很多，如「電腦視覺綜合症」指長時間（超過2小時）凝望電腦螢幕，令眼睛眨動及淚液分泌減少，導致眼睛乾澀。而手術後如激光矯視亦可引起不同程序的眼乾，另外隱形眼鏡使用者亦可能因物料，孤度的不配合而需要使用保濕人工淚液；現時，市面上的眼藥水可從功能或濃度分類。不同功能的眼藥水種類繁多，可分為單純保濕，滋潤眼睛的人工淚液；有些可加速角膜修復；有些則可消除紅筋或抗敏感；有些配戴隱形眼鏡專用的。而濃度方面則可分為液體狀、啫喱狀或膏狀等。

新一代的人工淚液是模擬天然淚液，能延長保濕時間，令受損角膜細胞能得到覆蓋和保護，當中以不含防腐劑，一次性使用的人造淚液較佳；此外，患者亦可按照眼科視光師的建議，選擇啫喱或眼膏狀的眼睛保濕用品，以達到更持久的保濕效果。

香港執業眼科視光師協會建議：

由於引致眼睛乾澀的病因可由數個不同的問題同時存在、互相影響，單憑患者的感覺，是不可能對症下藥的，故建議感到眼乾的人士，應先接受「綜合眼科視光檢查」，透過全面的眼睛檢查，了解個人的淚水分泌量，角膜健康，以及是否有其他潛在的眼睛問題，從而作出最適當的治療和處理。切勿未經檢查而自行購買眼藥水，因為這樣做可能會出現錯配，從而影響或延誤治療。