

أسباب جفاف العين الشديد..الأعراض وطرق الوقاية والعلاج



تحدث الأطباء عن أسباب جفاف العين الشديد وهي :

- ١- أسباب نقص إفراز الدموع.
- ٢- التقدم بالعمر، خاصة بعد عمر الخمسين.
- ٣- بعض الحالات المرضية مثل مرض السكري وغيره.
- ٤- انخفاض حساسية عصب القرنية.
- ٥-أثر جانبي أو من مضاعفات جراحة العين بالليزر.

أعراض جفاف العين الشديد:

- ١- إحساس بحرقة أو خشونة في العينين.
- ٢- خروج صديد لزج من العينين أو حولهما.
- ٣- الحساسية ضد الضوء.
- ٤- احمرار العين.
- ٥- الإحساس بشيء في العينين.
- ٦- صعوبة ارتداء عدسات لاصقة.
- ٧- صعوبة القيادة ليلاً.
- ٨- فرط تدميع العينين وبخاصة أثناء الليل.
- ٩- تغيير الرؤية وإرهاق في العين.

تعرف على طرق العلاج:

- ١- علاج التهابات العين بالشكل المناسب (للقضاء على سبب نقص أو جفاف الدموع).
- ٢- استخدام قطرات العين المرطبة والخالية من المواد الحافظة.

طرق الوقاية :

- 1- تجنب توجيه الهواء مباشرة إلى عينيك. لذا، من الخطأ توجيه هواء مكيف السيارات أو الدفايات أو المراوح نحو الوجه والعينين.
- 2- من المفيد استخدام أجهزة تعمل على ترطيب هواء الغرفة، فمرطب الجو يرطب الهواء الجاف في الأماكن المغلقة في فصل الشتاء.
- 3- ارتداء النظارات الشمسية لوقاية العين من اشعة الشمس ومن تعرضها للرياح والهواء الجاف.
- 4- تعود على تكرار رمش العين أثناء أداء المهام التي تتطلب التركيز وتستغرق وقتاً طويلاً.
- 5- تجنب التدخين والمدخنين.
- 6- الانتظام في استخدام قطرات ترطيب العيون (تسمى أيضاً قطرات الدموع الاصطناعية).
- 7- علاج أي نقص غذائي مثل نقص فيتامين (أ)، ومن المفيد تناول مكملات تحتوي على زيوت الأوميغا أو دهون السمك المفيدة.