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- تغييم 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.

٣- الاعتدال في وضع العدسات اللاصقة.

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.