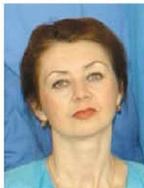


## ТО НЕ ПЫЛЬ В ГЛАЗАХ, или Синдром «сухого глаза»

Поработали за компьютером, насмотрелись влать телевизор, и в глазах появилась резь, как будто в них песка насыпали. Да еще все перед ними расплывается. Проморгались — и снова видите четкие очертания окружающего мира. Знакомо, не правда ли? Скорее всего, это синдром «сухого глаза», который выражается в уменьшении слезоотделения. И такое состояние не временное недомогание, а самая настоящая болезнь, захлестнувшая современную цивилизацию.



Чтобы обсудить все аспекты синдрома сухого глаза мы встретились врачом-офтальмологом Екатеринбургского центра МНТК «Микрохирургия глаза» Ириной Николаевной ЗАБРОДИНОЙ

— Ирина Николаевна, дайте для начала определение синдрому «сухого глаза»? Что это за заболевание?

— Это сборное понятие. В него входят большое количество различных симптомов и проявлений, которые вызывают недостаток слезы или других компонентов слезной пленки, от чего в свою очередь страдают, роговица глаза и его слизистая.

Причин этого состояния очень много. Это могут быть причины местного характера, например, заболевания глаза. На здоровье глаз влияет и общее состояние здоровья человека — при некоторых заболеваниях может возникнуть и сухость глаза. Помимо этого существенно влияют и внешние факторы, такие как сухой кондиционированный воздух, постоянная работа с компьютером

и т.д. Нередко бывает, что заболевание вызвано не одним, а несколькими факторами одновременно.

Хочу заметить, что эта проблема стала актуально сравнительно недавно. Еще два десятилетия назад синдром «сухого глаза» был редкостью. По статистике, сегодня каждый седьмой человек зрелого возраста страдает этим недугом.

— Давайте вернемся к внутренним причинам. Какие болезни приведут к сухости глаза?

— Заболевание суставов, так называемый синдром Сьегрена. Он достаточно редко встречается. Также есть еще ряд синдромов, связанных заболеваниями с соединительной тканью, но еще раз повторю — это единичные случаи.

При тиреотоксикозе (заболевании щитовидной железы) с наличием выраженных проявлений со стороны глаз, возможно появление синдрома «сухого глаза». Иногда климактерический период у женщин дает временное снижение выработки слезы. Возможно появление недостатка слезы при авитаминозе, например, нехватке витамина А.

— Правильно ли я понимаю, что основной причиной синдрома являются внешние факторы?

— Не совсем. Например, блефариты, перенесенные ранее кератиты, травмы, ожоги, длительное ношение контактных линз, неправильный уход за ними — все это может привести к недостатку слезы.

Но вал обращений который регистрируется в последние годы, конечно, связан с внешними причинами. Это и так называемый глазной «мониторный синдром», возникающий у людей проводящих большую часть своего времени за компьютером. Ведь мерцающий экран, работа с подвижными изображениями на нем не физиологичны для глаза. Плюс глазной «офисный синдром», который возникает в результате неблагоприятного воздействия сухого, кондиционированного воздуха, испарений пластиковых поверхностей, излучений оргтехники. Так что от сухости глаза не застрахован никто.

— Каковы его симптомы?

— Возникает чувство жжения, сухости за веками, резь. Пациент плохо переносит ветер, дым. Жалуются на то, что возникает ощущение пленки на глазу. Раздражает яркий свет.

Но так бывает не всегда. Заболевание начинается с гиперсекреторной фазы, при которой в ответ на какой-то раздражающий момент, временно возникает повышенная

секреция слез. То есть к нам человек приходит с проблемой, условно говоря, «мокрого глаза». Мы проводим необходимую диагностику, выявляем симптомы, связанные именно с сухостью глаз.

Нередко при появлении вышеперечисленных симптомов люди начинают лечиться от аллергии, конъюнктивитов, начинают использовать глазные капли без назначения офтальмолога. Все это лишь усугубляет положение, ведь данные лекарства вымывают и без того недостающую слезу.

– *Ирина Николаевна, как лечится сухость глаза?*

– Для начала скажу, что выделяется три ее степени — слабая, средняя и тяжелая.

При первой степени сухости глаза продукция слезы немного ниже нормы. В этом случае применяются специальные препараты, заменяющие слезу. Правда, их действие кратковременно.

Недавно появились средства нового поколения, которые при закапывании в глаз превращаются в гель. Их действие длится дольше, чем у растворов. Для примера могу назвать «Оксиал», «Систейн» «Хило-комод». 2-3-разового применения любого из них при слабой степени сухости глаза вполне достаточно, чтобы снять дискомфорт.

При средней степени тяжести лечение начинается этими же препаратами. И эффект достигается при 2-5 применениях. Назначают гелевые препараты: «Видисик», «Офталгель», «Корнерегель».

С третьей степенью дело обстоит сложнее. В этом случае фиксируются такие поражения роговицы и конъюнктивы, при которых требуются более серьезные вмешательства. Чаще всего используются специальные лечебные контактные линзы. Изредка приходится прибегать к хирургическим методам лечения, которые позволяют перекрыть выход слезы из конъюнктивальной полости, проводится закупорка слезных точек.

– *Как избежать столь неприятного недуга?*

– Довольно сложно. Делать перерывы в работе за компьютером, каждый час – пауза десять минут. Следить за своим здоровьем в целом. Своевременно лечить блефариты, конъюнктивиты и другие заболевания, которые вызывают местное повреждение слезных желез. Подчеркну — глобальных методов профилактики я назвать не могу. Только общие рекомендации.

К сожалению, заранее предупредить этот злополучный синдром нет возможности. При минимальных признаках сухости глаза необходимо обратиться к офтальмологу для обследования. Оно не представляет сложности. Индикатор, схожий по действию с лакмусовой бумажкой, фиксирует количество выделяемой слезы. И если ее недостаточно вам будет назначено лечение. Чем раньше Вы начнете лечение, тем легче будет протекать заболевание.

– *Спасибо за консультацию!*

**Анатолий БОРОДКИН**

## СПЕЦИАЛИСТ СОВЕТУЕТ:

- Разумно организовать рабочее время, делать перерывы при работе с компьютером, при просмотре телевизора.
- Избегать длительного нахождения в помещении с кондиционированием воздуха.
- Своевременно лечить глазные заболевания (конъюнктивит и т.д.).
- Не злоупотреблять каплями для глаз, не использовать капли без назначения врача.
- Комплексное лечение общих заболеваний, приводящих к возникновению синдрома «сухого глаза», предупреждение недостатка витаминов.
- При первых признаках синдрома «сухого глаза» обратиться к врачу-офтальмологу.



**ЕКАТЕРИНБУРГСКИЙ МНТК  
«МИКРОХИРУРГИЯ ГЛАЗА»**

**ВЫ ХОТЕЛИ БЫ ВСЕГДА  
ХОРОШО ВИДЕТЬ?**

**ВАМ ХОЧЕТСЯ НАВСЕГДА СНЯТЬ  
ОЧКИ И КОНТАКТНЫЕ ЛИНЗЫ?**

**ВЫ СОГЛАСНЫ,  
ЧТО С ХОРОШИМ ЗРЕНИЕМ  
ЛЕГЧЕ УЧИТЬСЯ И РАБОТАТЬ?**

## ЛАЗЕРНАЯ КОРРЕКЦИЯ ЗРЕНИЯ

- Зрение восстанавливается уже в первые сутки.
- Операция длится около 5 минут, она безболезненна.
- Сохраняется анатомия глаза, нет швов, рубцов, насечек.
- Коррекция проводится одновременно на оба глаза.
- Не оказывает влияния на другие органы.
- Пациент быстро возвращается к полноценной жизни, ограничений практически нет.
- Результаты лечения хорошо прогнозируются и стабильны.
- Операции выполняются хирургами высшей категории.
- Лечение проводится на высокоточном и безопасном новейшем лазерном оборудовании.

- Помимо желания пациента существуют медицинские и профессиональные противопоказания.
- Возраст пациентов – старше 18 лет.
- В течение последних 2-х лет близорукость не должна прогрессировать.

Стоимость диагностического обследования – 2 300 руб.

Стоимость лечения одного глаза – 15 330 руб.

620149, Екатеринбург,  
ул. Академика Бардина, 4а.  
тел.: (343) 231-00-00, 240-91-40  
факс: (343) 231-01-33  
laser@eyedclinic.ru  
www.eyedclinic.ru

на правах рекламы