

Синдром «сухого глаза» – наш тихий и опасный враг



«Глаза печет, сушит как будто что-то постоянно мешает.. глаза слезятся на улице» – все это распространённые жалобы людей с синдромом «сухого глаза», об этом обманчиво простом заболевании и его последствиях читайте ниже.

Благодаря зрению мы получаем до 80% информации об окружающем мире, при этом глаз – это сложная и хрупкая структура, непосредственно контактирующая с внешней средой, и защита глаз от травм и инфекций представляет для человека важную задачу. Первым защитным барьером глаза является слеза. При нарушении состава или структуры этой тончайшей субстанции может развиваться синдром «сухого глаза», одно из самых распространенных глазных заболеваний современной цивилизации.

Несколько важных фактов о слезе

1. Слеза вырабатывается слезными железами: главной слезной железой, которая работает только при плаче, и добавочными железами, которые образуют слезу постоянно для непрерывного увлажнения и защиты глазной поверхности.

2. Слеза выполняет несколько важных функций: увлажняет глазную поверхность и защищает ее от вредного воздействия микроорганизмов, а также от пыли и других инородных тел, кроме того, слеза питает глазную поверхность и преломляет свет

3. Слезная пленка – это не просто вода, она имеет сложный состав (соли, белки, жиры, ферменты и прочее) и структуру, включающую в себя 3 слоя:

- липидный наружный слой, который предотвращает избыточное испарение и защищает от инфекций;
- водный средний слой, который увлажняет, вымывает инородные тела, защищает от инфекций, преломляет свет;
- муциновый внутренний слой, который удерживает слезу на глазной поверхности и участвует в транспорте питательных веществ и кислорода к роговице.

4. Если состав слезы меняется, повреждается один или несколько ее слоев, то формируется синдром «сухого глаза».

Синдром «сухого глаза» (ССГ), почему он возникает и как проявляется?

ССГ – это комплекс признаков иссушения глазной поверхности, развивающийся вследствие длительного нарушения стабильности слезы.

Развитию ССГ способствуют причины (факторы риска):

А. Внешние:

- Компьютерный, или офисный, синдром (редкие мигания, кондиционирование, в том числе в машинах и самолетах).
- Ношение контактных линз.
- Травмы глаз и век, рефракционные операции, воспалительные заболевания роговицы.

- Прием препаратов (оральных контрацептивов, В-блоков, антидепрессантов).

- Применение глазных капель с консервантами.

Б. Внутренние:

- Возраст (менопауза).

- Хронические заболевания глаз (глаукома, блефариты, аллергический конъюнктивит).

- Системные заболевания (синдром Сьегрена, ревматоидный артрит, диабет, заболевания щитовидной железы).

Жалобы при СГГ зависят от стадии заболевания и могут быть самыми разнообразными:

- «Глаза печет, сушит, режет, как будто что-то в глазу постоянно мешает, слезы текут на улице, хочется зажмуриться или тереть глаза» – вот типичные описания первых признаков ССГ.

- Кроме этого могут беспокоить: повышенная чувствительность к холоду, жаре, болевые ощущения при закапывании любых капель, непереносимость кондиционированного воздуха, ветра, ухудшение зрения к вечеру, колебание остроты зрения в течение дня, светобоязнь.



Это опасно? И как лечить?

При одном или нескольких вышеперечисленных признаках необходимо незамедлительно обратиться к офтальмологу. В случае отсутствия должного лечения ССГ может прогрессировать и в конечном итоге иметь серьезные осложнения, такие как поражения роговицы и воспаления глазной поверхности, вплоть до снижения остроты зрения. Врач при выборе терапии основывается на результатах диагностики, а также выраженности симптомов:

- Для облегчения выраженных симптомов сухости глаз, беспокоящих даже с утра, подойдут глазные капли Катионорм – единственная¹ в России катионная эмульсия без консервантов, восстанавливающая все три слоя слезной пленки, включая липидный слой; эти капли увлажняют и помогают разорвать «порочный круг синдрома сухого глаза», препятствуя испарению собственной слезы и восполняя водную составляющую, также их можно закапывать на контактные линзы;

- Для облегчения эпизодических симптомов сухости, проявляющихся к вечеру, после повышенной зрительной нагрузки («компьютерный синдром») могут подойти увлажняющие капли для глаз Окутиарз[®] с гиалуроновой

кислотой сверхвысокой молекулярной массы, они не содержат консервантов и разрешены к закапыванию непосредственно на контактные линзы;

- Для дополнительного ночного увлажнения, а также для людей, которые могут закапывать капли только 1 раз в день, может подойти Офтагель[®] – глазной гель с карбомером в максимальной концентрации², который способствует пролонгированному увлажнению глаз, в том числе в ночные часы (закапывание на ночь), а также помогает при избыточном слезотечении.