

# СИНДРОМ СУХОГО ГЛАЗА



Страдает

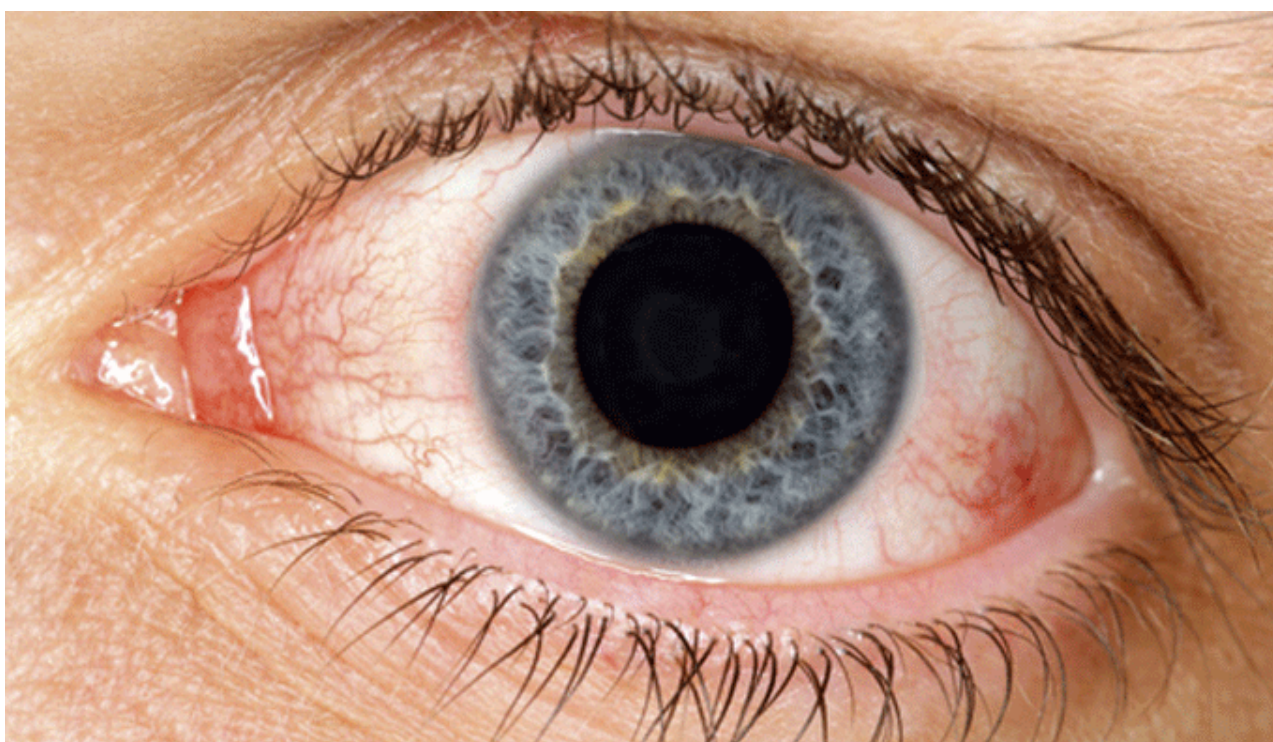
**20%**

населения

Поражает почти

**100%**

людей зрелого возраста



---

## Что такое синдром сухого глаза?

Синдром сухого глаза представляет собой изменения, происходящие на поверхности роговицы и конъюнктивы по причине отсутствия или низкого качества слезной жидкости. В результате, поверхность глаза плохо увлажнена, что может вызвать дискомфорт, проблемы со зрением и травмы роговицы и конъюнктивы.

---

## Почему он появляется?

Когда слезные железы не выделяют достаточного количества слезной жидкости для надлежащего увлажнения глаза, пациент может испытывать сухость в глазу.

Среди наиболее распространенных причин этого явления выделяются:

- Снижение секреции вследствие возраста является наиболее распространенной причиной заболевания. С годами клетки, генерирующие постоянное слезотечение, атрофируются.
- Гормональные изменения у женщин (беременность, прием противозачаточных средств и менопауза).
- Экологические факторы, особенно среда с большим количеством испарения (ветер, кондиционер, обогреватели, др.).
- Длительное чтение, поскольку снижается количество моргания и слезная жидкость не распределяется должным образом в глазу, увеличивая ее испарение.
- Некоторые системные заболевания (синдром Шегрена, ревматоидный артрит, красная волчанка, др.).
- Использование контактных линз.
- Некоторые хирургические операции на глаза.
- Некоторые заболевания поверхности глаз, оставляющие рубцы (например, вирусный конъюнктивит тяжелой степени).



---

## **Как предупредить появление синдрома сухого глаза?**

Из-за серьезных последствий, которые могут привести к сухости глаз (кератит, рубцы, слепота, язвы роговицы), рекомендуется проходить периодические офтальмологические осмотры.

**Выявление и лечение болезни на ранних стадиях является крайне важным для улучшения и профилактики глазных травм.**

К основной группе риска относятся пожилые люди и женщины в период гормональных изменений.

Существует несколько полезных советов, чтобы предотвратить появление сухости глаз, вызванные экологическими факторами:

- Не злоупотреблять нахождением под воздушными потоками, способствующими испарению слезной жидкости (не направлять вентиляторы к лицу, не ездить на машине с открытыми окнами, надевать солнцезащитные очки, пр.).
- Избегать сухости окружающей среды с применением увлажнителей.

- Защищаться от загрязнений окружающей среды, избегая нахождения на пляже или на природе в ветреные дни, а также домашней пыли, дыма табака или растворителей.
- Не злоупотреблять морганием в течение дня и протирать слезные железы чистой салфеткой или диском для снятия макияжа.