

核 判	主任	副主任				
區 分		▽				

健康週報

110年12月06日

第一週

【摘自衛生福利部國民健康署】

認識乾眼症：



全民愛健康
乾眼症篇 1

什麼是乾眼症？



乾眼症是指，淚液形成的薄膜無法足夠的潤滑與包覆眼球



成因分兩種，一是淚液揮發量過高，長期眼臉發炎、大面積眼裂等，都可能造成



二是由風濕免疫性疾病、糖尿病、長期配戴隱形眼鏡等，引發的淚液分泌不足



角膜手術、近視雷射手術等也可能造成淚液分泌不足，須多注意。乾眼症屬慢性疾病，根治不太容易，必須配合醫師做完整的治療



家主任暨全體職員工關心您

核 區	判 分	主任	副主任				
			▽				

健康週報

110年12月13日

第二週

【摘至衛生福利部國民健康署】

認識乾眼症症狀：



全民愛健康
乾眼症篇3

乾眼症的症狀




健談
havemary.com
圖文創作：健談

眼睛乾澀、容易疲勞




眼睛紅、癢、酸，
有異物感、灼熱感、
刺痛感



受到刺激(如風、煙、光線)時，
會有短暫視力模糊的狀況



眼內角或四周有黏稠的分泌物



健談 havemary.com

主任暨全體職員工關心您

核 區	判 分	主任	副主任				
			▽				

健康週報

110年12月20日

第三週

【摘自衛生福利部國民健康署】

認識乾眼症的治療：



全民愛健康
乾眼症篇4

乾眼症的治療



圖文創作：健談 havemary.com
專家諮詢：中醫眼耳鼻喉修復專家
妙華中醫診所院長 韓豐隆醫師

規律用藥：
就醫時詳細說明症狀，由醫師仔細檢查、找出病因、對症下藥



門診手術：
將淚小管暫時性或永久性阻塞，減少淚液的排除



中藥調理：
乾眼症分為肝腎陰虛、氣血兩虧、肝火上炎三型，由醫師開立藥方調理



中醫針灸：
藉由針灸來刺激眼周經絡與穴位，放鬆肌肉、刺激淚液分泌



家主任暨全體職員工關心您

核 區	判 分	主任	副主任				
			▽				

健康週報

110年12月27日

第四週

【摘自衛生福利部國民健康署】

認識乾眼症的預防：



全民愛健康
乾眼症篇2

如何預防乾眼症



睡眠充足，減少熬夜



多喝水、均衡飲食，減少吃刺激性的食物



避免長時間邊看文件邊用電腦輸入，工作每2小時要休息15分鐘



盡量減少配戴隱形眼鏡的時間，並注重眼睛清潔



定期做檢查，及早發現及早治療，切勿拖延



家主任暨全體職員工關心您