



Everything you need to know about

Dry Eye

For more information
Please call 1826666 Ext. 2618



مستشفى المواصفات الجديد
NEW MOWASAT HOSPITAL

ذراع من الأجيال
CARING FOR GENERATIONS

- @newmowasathospital
- new mowasat hospital
- new mowasat hospital
- @nmowasat

- (965) 1 82 6666
- (965) 5082 6666
- www.newmowasat.com
- Download on the App Store
- Download from Google play
- newmowasat

What is dry eye?

Dry eye occurs when the eye does not produce tears properly, or when the tears are not of the correct consistency and evaporate too quickly.

In addition, inflammation of the surface of the eye may occur along with dry eye. If left untreated, this condition can lead to pain, ulcers, or scars on the cornea, and some loss of vision.

Dry eye can make it more difficult to perform some activities, such as using a computer or reading for an extended period of time, and it can decrease tolerance for dry environments, such as the air inside an airplane.

Other names for dry eye include dry eye syndrome, keratoconjunctivitis sicca (KCS), lacrimal keratoconjunctivitis, evaporative tear deficiency, aqueous tear deficiency,

What are the types of dry eye?

1) Aqueous tear-deficient dry eye is a disorder in which the lacrimal glands fail to produce enough of the watery component of tears to maintain a healthy eye surface.

2) Evaporative dry eye may result from inflammation of the meibomian glands, located in the eyelids. These glands make the lipid or oily part of tears that slows evaporation and keeps the tears stable.

Dry eye can be associated with:

- inflammation of the surface of the eye, the lacrimal gland, or the conjunctiva;
- any disease process that alters the components of the tears;
- an increase in the surface of the eye, as in thyroid disease when the eye protrudes forward;
- cosmetic surgery, if the eyelids are opened too widely.

Frequently Asked Questions About Dry Eye

What is the cornea?

The cornea is the clear, dome-shaped outer surface that covers the eye in front of the iris, the colored part of the eye. The cornea helps protect the rest of the eye from germs, dust, and other harmful matter. The cornea bends, or refracts, light entering the eye, and accounts for most of the eye's total focusing power. It also serves as a filter to screen out most of the damaging ultraviolet (UV) wavelengths in sunlight.

The cornea is a highly organized, clear structure made up of a group of cells and proteins precisely arranged in layers, but it has no blood vessels to nourish or protect it against infection. Instead, it receives its nourishment from the tears and the watery fluid (aqueous humor) that

fills the chamber behind it.

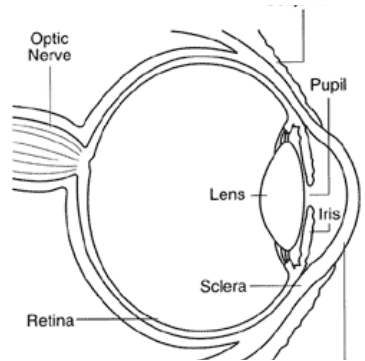
What are tears, and how do they relate to dry eye?

Tears, made by the lacrimal gland, are necessary for overall eye health and clear vision. Tears bathe the surface of the eye, keeping it moist, and wash away dust and debris. They also help protect the eye from bacterial and other types of infections.

Tears are composed of three major components: a) outer, oily, lipid layer produced by the meibomian glands; b) middle, watery, lacrimal layer produced by the lacrimal glands; and c) inner, mucous or mucin layer produced by goblet cells located within a thin transparent layer over the white part of the eye and covering the inner surface of the eyelids. Tears are made of proteins, electrolytes, and vitamins that are critical to maintain the health of the eye surface and to prevent infection.

Tears are constantly produced to bathe, nourish, and protect the eye surface. They are also produced in response to emergencies, such as a particle of dust in the eye, an infection or irritation of the eye, or an onset of strong emotions. When the lacrimal glands fail to produce sufficient tears, dry eye can result.

Any disease process that alters the components of tears can make them unhealthy and result in dry eye.



Symptoms

What are the symptoms of dry eye?

Dry eye symptoms may include any of the following:

- stinging or burning of the eye;
- a sandy or gritty feeling as if something is in the eye;
- episodes of excess tears following very dry eye periods;
- a stringy discharge from the eye;
- pain and redness of the eye;
- episodes of blurred vision;
- heavy eyelids;
- inability to cry when emotionally stressed;
- uncomfortable contact lenses;

- decreased tolerance of reading, working on the computer, or any activity that requires sustained visual attention;
- eye fatigue.

NOTE: If symptoms of dry eye persist, consult an ophthalmologist to get an accurate diagnosis of the condition and begin treatment to avoid Complication

Causes and Risk Factors

What are the causes of dry eye?

Dry eye can be a temporary or chronic condition:

- Dry eye can be a side effect of some medications, including antihistamines, nasal decongestants, tranquilizers, certain blood pressure medicines, Parkinson's medications, birth control pills and anti-depressants.
- Skin disease on or around the eyelids can result in dry eye.
- Diseases of the glands in the eyelids, such as meibomian gland dysfunction, can cause dry eye.
- Dry eye can occur in women who are pregnant.
- Women who are on hormone replacement therapy may experience dry eye symptoms. Women taking only estrogen are 70 percent more likely to experience dry eye, whereas those taking estrogen and progesterone have a 30 percent increased risk of developing dry eye.
- Dry eye can also develop after the refractive surgery known as LASIK. These symptoms generally last three to six months, but may last longer in some cases.
- Dry eye can result from chemical and thermal burns that scar the membrane lining the eyelids and covering the eye.
- Allergies can be associated with dry eye.
- Infrequent blinking, associated with staring at computer or video screens, may also lead to dry eye symptoms.
- Both excessive and insufficient dosages of vitamins can contribute to dry eye.
- Loss of sensation in the cornea from long-term contact lens wear can lead to dry eye.
- Dry eye can be associated with immune system disorders such as Sjögren's syndrome, lupus, and rheumatoid arthritis. Sjögren's leads to inflammation and dryness of the mouth, eyes, and other mucous membranes. It can also affect other organs, including

the kidneys, lungs and blood vessels.

- Dry eye can be a symptom of chronic inflammation of the conjunctiva, the membrane lining the eyelid and covering the front part of the eye, or the lacrimal gland. Chronic conjunctivitis can be caused by certain eye diseases, infection, exposure to irritants such as chemical fumes and tobacco smoke, or drafts from air conditioning or heating.
- If the surface area of the eye is increased, as in thyroid disease when the eye protrudes forward or after cosmetic surgery if the eyelids are opened too widely, dry eye can result.
- Dry eye may occur from exposure keratitis, in which the eyelids do not close completely during sleep.

Who is likely to develop dry eye?

Elderly people frequently experience dryness of the eyes, but dry eye can occur at any age. Nearly five million Americans 50 years of age and older are estimated to have dry eye. Of these, more than three million are women and more than one and a half million are men. Tens of millions more have less severe symptoms. Dry eye is more common after menopause. Women who experience menopause prematurely are more likely to have eye surface damage from dry eye. Nowadays also children are exposed to dry eye due to leaving all the concentration on mobile and video games.

Treatment

How is dry eye treated?

Depending on the causes of dry eye, your doctor may use various approaches to relieve the symptoms.

Dry eye can be managed as an ongoing condition. The first priority is to determine if a disease is the underlying cause of the dry eye (such as Sjögren's syndrome or lacrimal and meibomian gland dysfunction). If it is, then the underlying disease needs to be treated.

Cyclosporine, an anti-inflammatory medication, is the only prescription drug available to treat dry eye. It decreases corneal damage, increases basic tear production, and reduces symptoms of dry eye. It may take three to six months of twice-a-day dosages for the medication to work. In some cases of severe dry eye, short term use of corticosteroid eye drops that decrease inflammation is required.

If dry eye results from taking a medication, your doctor may recommend switching to a medication that does not cause the dry eye side effect.

If contact lens wear is the problem, your ophthalmologist may recommend another type of lens

or reducing the number of hours you wear your lenses. In the case of severe dry eye, you may be advised not to wear contact lenses at all.

Another option is to plug the drainage holes, small circular openings at the inner corners of the eyelids where tears drain from the eye into the nose. Lacrimal plugs, also called punctal plugs, can be inserted painlessly by an eye care professional. The patient usually does not feel them. These plugs are made of silicone or collagen, are reversible, and are a temporary measure. In severe cases, permanent plugs may be considered.

In some cases, a simple surgery, called punctal cautery, is recommended to permanently close the drainage holes. The procedure helps keep the limited volume of tears on the eye for a longer period of time.

In some patients with dry eye, supplements or dietary sources (such as tuna fish) of omega3-fatty acids may decrease symptoms of irritation. The use and dosage of nutritional supplements and vitamins should be discussed with your doctor.

What can I do to help myself?

- Use artificial tears, gels, gel inserts, and ointments - available over the counter - as the first line of therapy. They offer temporary relief and provide an important replacement of naturally produced tears in patients with aqueous tear deficiency. Avoid artificial tears with preservatives if you need to apply them more than four times a day or preparations with chemicals that cause blood vessels to constrict.
- Wearing glasses or sunglasses that fit close to the face (wrap around shades) or that have side shields can help slow tear evaporation from the eye surfaces. Indoors, an air cleaner to filter dust and other particles helps prevent dry eyes. A humidifier also may help by adding moisture to the air.
- Avoid dry conditions and allow your eyes to rest when performing activities that require you to use your eyes for long periods of time. Instill lubricating eye drops while performing these tasks.
- If no improvement you have to visit your Ophthalmologist

ما يمكن لي القيام به لمساعدة نفسي؟

- استخدام الدموع الصناعية، والهلام، والمدخلات الهلامية، والمراهم المتاحة دون وصفات طبية كخط أول للعلاج. وهي تقدم علاجاً مؤقتاً وتوفر بديلاً هاماً للدموع المنتجة طبيعياً في المرضى المصابين بالنقص الدمعي المائي. تفادى استخدام الدموع الصناعية ذات المواد الحافظة إن كنت في

حاجة لاستخدامها أكثر من ٤ مرات يومياً أو المستحضرات التي تحتوي على مواد كيميائية تسبب ضيق الأوعية الدموية.

- ارتداء عويينات أو نظارات شمسية ملاصقة للوجه (النظارات الشمسية المحيطة بالوجه) أو تلك التي تحتوي على حواجز جانبية يمكن أن تبطن تبخر الدموع من سطح العين. داخل المنزل، فإن استخدام منظف هوائي لترشيح الغبار وغيره من الجسيمات يساعد في منع جفاف العينين. قد يساعد استخدام مرطب كذلك عن طريق زيادة رطوبة الهواء.

- تفادى الظروف الجافة وامنع لعينيك قسطاً من الراحة عند القيام بأنشطة تتضمن استخدام عينيك لفترات طويلة. قم بتقطير قطرات مزلقة للعين خلال القيام بتلك المهام
- مراجعه طبيب العيون في حاله استمرار اعراض استمرار جفافا جفاف

يمكن علاج جفاف العين كعملية مستمرة. الأولوية الأولى هي تحديد ما إذا كان مرض ما هو السبب الكامن وراء جفاف العين (مثل متلازمة شوغرن أو اختلال الغدد الدمعية أو غدد ميوميان). في تلك الحالة، ينبغي علاج المرض الكامن.

سيكلوسبورين، وهو أحد الأدوية المضادة للالتهاب، هو الدواء الوحيد المتاح الذي يوصف لعلاج جفاف العين. وهو يقلل تضرر القرنية، ويزيد من إنتاج الدموع الاساسي، ويقلل أعراض جفاف العين. قد يستغرق 3-6 شهور من جرعات بمعدل مرتين يومياً من الدواء ليؤدى عمله. في بعض حالات جفاف العين الشديدة، يتطلب الأمر استخدام قطرات عين الستيرويدات القشرية التي تقلل من الالتهاب.

إن كان جفاف العين نتيجة لتناول دواء ما، فقد يوصي طبيبك باستبداله بدواء آخر لا يسبب جفاف العين كعرض جانبي.

إن كان ارتداء العدسات اللاصقة يمثل مشكلة، فقد يوصي بنوع آخر من العدسات اللاصقة او بتقليل عدد ساعات ارتداء العدسات. في حالة جفاف العين الشديد، فقد ينصحك بعدم ارتداء العدسات اللاصقة على الإطلاق.

هناك خيار آخر هو سد فجوات النضح، وهي فتحات صغيرة دائرية بالأركان الداخلية من جفني العين حيث تتضح الدموع من العين إلى الأنف. يمكن تركيب السدادات الدمعية، التي تسمى كذلك بالسدادات النقطية، دون ألم عن طريق اختصاصي العيون. لا يشعر المريض بها عادةً. تكون تلك السدادات مصنوعة من السيليكون أو الكولاجين، وهي قابلة للإزالة، كما أنها إجراء مؤقت. في الحالات الشديدة، يمكن النظر في سدادات دائمة.

في بعض الحالات، يوصى بعملية جراحية بسيطة، تسمى الكي النقطي، للإغلاق الدائم لفتحات النضح. يساعد هذا الإجراء في الإبقاء على حجم محدود من الدموع في العين لفترة أطول.

في بعض مرضى جفاف العين، فإن المكملات أو المصادر الغذائية (مثل سمك التونة) لأحماض أوميغا-3 الدهنية قد تقلل من اعراض التهيج. يجب مناقشة استخدام جرعات المكملات الغذائية والفيتامينات مع طبيبك.

والرئتين والأوعية الدموية.

- قد يكون جفاف العين عرضاً لالتهاب مزمن بالملتحمة، وهي الغشاء الذي يبطن جفني العين ويغطي مقدمة العين، أو الغدد الدمعية. يمكن أن يحدث الالتهاب المزمن بالملتحمة نتيجة لأمراض معينة بالعين، أو العدوى، أو التعرض لمهيجات مثل الأبخرة الكيميائية ودخان التبغ، أو التيارات الهوائية من أجهزة التكييف أو المدفئات.
- في حالة زيادة مساحة سطح العين، كما يحدث في مرض الغدة الدرقية عندما تبرز العين للأمام أو بعد الجراحة التجميلية إن فتح جفني العين باتساع أكثر من اللازم، فإن ذلك قد يؤدي لجفاف العين.
- قد يحدث جفاف العين نتيجة التهاب القرنية التعرضي، وفيه لا يغلق جفني العين بصورة تامة خلال النوم.

من الأكثر عرضة للإصابة بجفاف العين؟

عادةً ما يصاب كبار السن بجفاف العينين، ولكن يمكن أن يحدث جفاف العين في أي فئة عمرية. يقدر أن حوالي خمسة ملايين أمريكي ممن تبلغ أعمارهم ٥٠ عاماً فما فوق مصابون بجفاف العين. من بينهم، فإن أكثر من ثلاثة ملايين من النساء وأكثر من مليون ونصف من الذكور. يعاني عشرات الملايين من أعراض أقل شدة. جفاف العين أكثر شيوعاً بعد الإياس. يرجح أن تصاب السيدات اللاتي اللاتي يصبن بالإياس المبكر بتضرر سطح العين نتيجة لجفاف العين. هذه الايام يعاني الاطفال من جفاف العين نتيجة التركيز لفترات طويلة على الالعاب الالكترونية و التلفزيونات الذكية

كيف يعالج جفاف العين؟

بحسب أسباب جفاف العين، فقد يستخدم طبيبك مقاربات متباينة لتخفيف الأعراض.

ما أسباب جفاف العين؟

يمكن ان يكون جفاف العين حالة مؤقتة أو مزمنة:

- يمكن أن يكون جفاف العين عرضًا جانبيًا لبعض الأدوية، بما في ذلك مضادات الهستامين، ومضادات احتقان الأنف، والمهدئات، وأدوية بعينها لضغط الدم، وأدوية مرض باركنسون، وحبوب منع الحمل ومضادات الاكتئاب.
- مرض الجلد بجفني العين أو حولهما يمكن أن يؤدي لجفاف العين.
- يمكن لأمراض الغدد الموجودة في جفني العين، كاختلال غدد ميبوميان، أن يؤدي لجفاف العين.
- يمكن أن يحدث جفاف العين في السيدات الحوامل.
- قد تصاب السيدات اللاتي يتلقين العلاج التعويضي الهرموني بأعراض جفاف العين. السيدات اللاتي يتلقين الإستروجين فقط أكثر عرضة للإصابة بجفاف العين بنسبة ٧٠٪، بينما تكون السيدات اللاتي يتلقين الإستروجين والبروجسترون أكثر عرضة لخطر الإصابة بجفاف العين بنسبة ٣٠٪.
- يمكن أن يحدث جفاف العين كذلك بعد الجراحة الانكسارية المعروفة بالليزك. تستمر تلك الأعراض بصفة عامة لمدة ٣-٦ شهور، ولكنها قد تستمر لفترة أطول في بعض الحالات.
- يمكن أن يحدث جفاف العين نتيجة لحروق كيميائية وحرارية تسبب تندب الغشاء المبطن لجفني العين والمغطي للعين.
- يمكن أن تصاحب الحساسيات جفاف العين.
- ندرة الرمش، الذي يصاحب التحديق في شاشات الحاسوب أو الفيديو، كما قد يؤدي لأعراض جفاف العين.
- يمكن للجرعات المفرطة وغير الكافية كذلك من الفيتامينات أن تؤدي لجفاف العين.
- الافتقار للإحساس في القرنية نتيجة ارتداء العدسات اللاصقة لفترة طويلة قد يؤدي لجفاف العين.
- يمكن لجفاف العين أن يصاحب اضطرابات الجهاز المناعي مثل متلازمة شوغرن، والذئبة الحمراء، والتهاب المفاصل الروماتويدي. تؤدي متلازمة شوغرن إلى التهاب وجفاف الفم، والعينين، وغير ذلك من الأغشية المخاطية. يمكن لذلك أن يؤثر كذلك على أعضاء أخرى، بما في ذلك الكليتين،

ما يكفي من الدموع، فيمكن أن يؤدي ذلك لجفاف العين.
يمكن لأي عملية مرضية تغير من مكونات الدموع أن تجعلها غير صحية وتؤدي إلى جفاف العين.

الأعراض

ما أعراض جفاف العين؟

تتضمن أعراض جفاف العين أياً مما يلي:

- لسعة أو حرقة في العين.
- إحساس رملي كما لو كان هناك شيء ما داخل العين.
- نوبات من فرط الدموع بعد نوبات من الجفاف البالغ للعين.
- إفراز مخاطي من العين.
- ألم واحمرار بالعين.
- نوبات من تشوش الإبصار.
- ثقل جفني العين.
- عدم القدرة على البكاء في حالات التوتر العاطفي.
- عدم الارتياح للعدسات اللاصقة.
- نقص تحمل القراءة، والعمل على الحاسوب، أو أي نشاط يتطلب الانتباه البصري.
- إرهاق العين.

ملاحظة: إن استمرت أعراض جفاف العين، فاستشر طبيب العيون للحصول على تشخيص دقيق للحالة ولبدء العلاج لتفادي المضاعفات .

الأسباب وعوامل الخطر

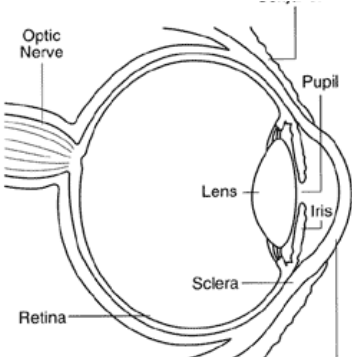
القرنية هي السطح الخارجي، الصافي، الشبيه بالقبة الذي يغطي العين أمام القرنية، وهي الجزء الملون من العين. تساعد القرنية في حماية بقية العين من الجراثيم، والغبار، وغير ذلك من المواد المؤذية. تقوم القرنية بشئ، أو كسر الضوء الداخل إلى العين، وهي مسؤولة عن غالبية القوة الانكسارية الإجمالية للعين. تخدم كذلك كمرشح يحجز غالبية الأطوال الموجية للأشعة فوق البنفسجية الموجودة في ضوء الشمس.

القرنية مركب صافي، ومنظم للغاية، يتكون من مجموعة من الخلايا والبروتينات المرتبة بدقة في طبقات، ولكنها لا تحتوي على أوعية دموية لتغذيتها أو لحمايتها من العدوى. تحصل على تغذيتها، بدلاً من ذلك، من الدموع والسائل المائي (الخلط المائي) الذي يملأ الغرفة الموجودة خلفها.

ما هي الدموع، وما صلتها بجفاف العين؟

الدموع، التي تقوم الغدة الدمعية بإنتاجها، ضرورية لصحة العين بصفة عامة ولسلامة الإبصار. تحمم الدموع سطح العين، فتحافظ على رطوبته، وتغسله من الغبار والحطام. تحمي الدموع كذلك العين من العدوى البكتيريا وغيرها من أنواع العدوى.

تتألف الدموع من ثلاث مكونات رئيسية: (أ) طبقة خارجية شحمية، زيتية، تنتجها الغدة الميومية، (ب) طبقة وسطى دمعية مائية، تنتجها الغدة الدمعية، (ج) طبقة داخلية، ميوسينية أو مخاطية، تنتجها الخلايا الكأسية الموجودة ضمن طبقة شفافة رقيقة في الجزء الأبيض من العين وتغطي السطح الداخلي لجفني العين. تتكون الدموع من البروتينات (بما في ذلك عوامل النمو)، والإلكتروليتات، والفيتامينات الضرورية للمحافظة على سلامة سطح العين وللوقاية من العدوى.



يجري إنتاج الدموع باستمرار لتحمم، وتغذي، وتقي سطح العين. يجري إنتاجها كذلك استجابةً للحالات الطارئة، كوجود حبات غبار في العين، أو العدوى أو تهيج العين، أو بداية عواطف قوية. عندما تفشل الغدة الدمعية في إنتاج

ما هو جفاف العين؟

يحدث جفاف العين عندما لا تنتج العين دموعاً بصورة سليمة، أو عندما لا تكون الدموع سليمة من حيث القوام أو إذا كانت تتبخر بسرعة أكثر مما ينبغي.

قد يحدث كذلك التهاب بسطح العين بالإضافة لجفاف العين. وإن تُرك ذلك دون علاج، فيمكن أن تؤدي هذه الحالة إلى ألم، أو تقرحات، أو ندوب بالقرنية، أو بعض الضعف للإبصار. يمكن لجفاف العين أن يؤدي لصعوبة في القيام ببعض الأنشطة، مثل استخدام الحاسوب أو القراءة لفترة طويلة، ويمكنه أن يقلل من تحملك للبيئة الجافة، كالهواء داخل الطائفة.

تتضمن الأسماء الأخرى لجفاف العين متلازمة جفاف العين، التهاب الجاف للقرنية والملتحمة (KCS)، والالتهاب الدموعي للقرنية والملتحمة، ونقص الدموع التبخري، ونقص الدموع المائي،

ما هي أنواع جفاف العين؟

(1) جفاف العين لنقص الدموع المائي هو اضطراب تفشل فيه الغدد الدمعية في إنتاج ما يكفي من المكون المائي للدموع للمحافظة على سلامة سطح العين.

(2) يحدث جفاف العين التبخري نتيجة لالتهاب الغدد الميبومية، التي توجد كذلك في جفني العين. تنتج تلك الغدد الجزء الدهني أو الزيتي من الدموع وهو الذي يبسط التبخر ويحافظ على استقرار الدموع.

يمكن أن يصاحب جفاف العين ما يلي:

- التهاب سطح العين، أو الغدد الدموعية، أو الملتحمة.
- أي عملية مرضية تغير من مكونات الدموع.
- زيادة سطح العين، كما يحدث في مرض الغدة الدرقية عندما تبرز العين للأمام.
- الجراحات التجميلية، في حالة فتح جفني العين باتساع أكثر مما ينبغي.

أسئلة متكررة بخصوص جفاف العين

ما هي القرنية؟






كل ما تريد أن تعرفه عن

جفاف العين

للاستفسار وحجز المواعيد
يرجى الاتصال على 182 6666 داخلي 2618



-  @newmowasathospital
-  new mowasat hospital
-  new mowasat hospital
-  @nmowasat

مستشفى المواصفات الجديد
NEW MOWASAT HOSPITAL

ذراعى الأجيال
CARING FOR GENERATIONS

 (965) 1 82 6666

 (965) 5082 6666

 www.newmowasat.com

  newmowasat