

乾眼症之衛生教育指導

✚ 什麼是乾眼症？

簡單的說就是淚水分泌不足或分布不平均，無適當地濕潤眼球表面造成眼球乾燥，稱為乾眼症。

✚ 乾眼症有什麼症狀？

- (1) 眼睛會有乾澀的感覺。
- (2) 有時會有異物感、燒灼感或刺痛感。
- (3) 眼球會充血、發紅，甚至怕光、怕風，一直眨眼睛，常常感覺黏黏的，看不清楚。
- (4) 嚴重時，可能導致角膜和結膜病變，損傷視力。

✚ 乾眼症患者要注意什麼？

- (1) 避免淚水蒸發，不要在乾燥的環境中停留過久。
- (2) 多吃深色蔬菜以補充維他命 A。如番茄、紅蘿蔔、木瓜、魚、牛奶等。
- (3) 儘量不要隨便點藥水，因藥水中的防腐劑有可能使乾眼症惡化。

羅東聖母醫院 敬祝健康

乾眼症之衛生教育指導

病歷號碼：_____ 姓名：_____

於下述就醫日期至羅東聖母醫院就診，屆時領取衛生教育指導單張，經醫師或護理人員說明解釋業已瞭解。

衛教日期	家屬或病患簽名	指導者簽名	指導方式	指導評值
填表	指導方式代號說明（可複選） 講述→T1；衛教資料→T2；衛教光碟；示教→T4。			
說明	指導評值代號說明 完全錯誤或不會→R1；正確說出部份內容→R2；能完全正確說出內容→R3；能正確執行部份技術→R4；能完全正確執行部份技術→R5。			