

後，眼球結構提早老化，有可能增加青光眼風險。曾有新聞報導，年輕人整晚追劇或整周泡網咖，隔天突然看不見，主要是眼壓升高，造成急性青光眼，若立即就醫，治療後才有機會改善。

長期用藥 保有足夠視力

治療方法分為藥物、雷射及手術。愈來愈多新藥問世，一瓶有多重效果，點藥頻率減少，不含防腐劑，副作用也降低，並有健保給付。而雷射主要針對閉鎖性青光眼，門診約5至10分鐘做完即可返家，類似穿耳洞，在眼球內部打一個小水洞，無對外傷口，安全性高，同樣有健保給付。

以往提到青光眼手術，病人很擔心做完會失明，蕭醫師說，現在技術相當進步，採微創方式做「小樑切除術」，傷口小、安全性高、副作用少，手術成功率高。僅約2至4成病人需手術，當醫師建議手術時，可多溝通或尋求第二意見，勿採逃避態度，一直換醫院想要「不開刀」，拖延反而讓病情更嚴重，錯過手術最佳時機。

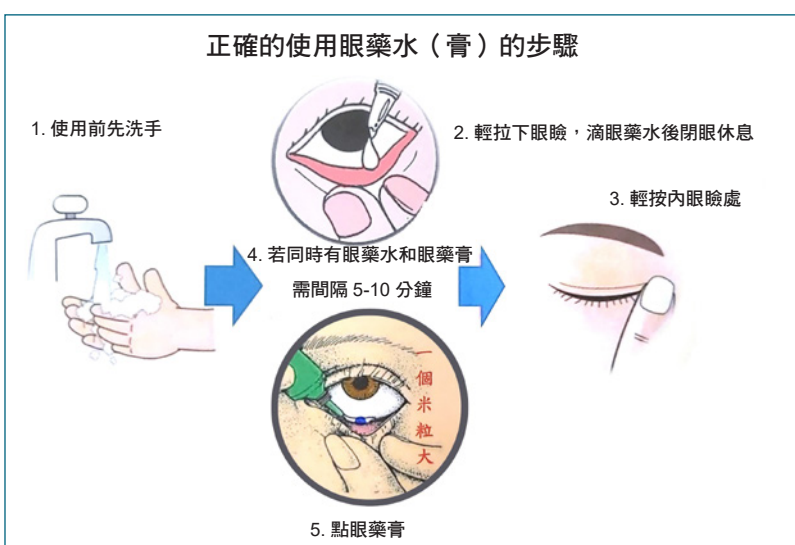
青光眼須長期用藥，7、8成病人控制良好，可以一輩子擁有生活足夠視

力。眼壓控制得好，睡眠充足、適度用眼，可正常運動，唯倒立、舉重風險較高，從事30米以下的深潛須評估用藥。另不宜在短時間內攝取大量水份，有抽菸習慣應戒除。

蕭醫師提醒，每年過完年都有一波眼壓飆高回診潮，放假前應準備好充足用藥，並依醫囑規則用藥，勿過度使用3C產品。此外，勿聽信偏方或使用他人藥物，每人情況不同，不可共用藥物。身心放假、點藥不放假，才能擁有美好假期。

散瞳劑會導致青光眼？

網路流傳，小朋友點散瞳劑矯正近視會增加青光眼機率，蕭醫師說，這個比例極低。研究顯示，如果點散瞳劑會造成眼壓升高，可能原先就有青光眼家族史或危險因子，約占2%~5%。這類小朋友可考慮使用角膜塑型片，或搭配其他用藥。醫師提醒網路文章不能盡信，有任何問題應就醫諮詢。



◆ 你會點眼藥嗎？正確方法是輕拉下眼瞼之後，點入一滴眼藥水或一粒米大的藥膏，在眼球的下結膜位置上。（圖片翻攝自中興院區眼科衛教海報）