

## 青光眼信息

了解有关青光眼以及如何获得支持的更多信息。

### 你知道吗？

- 青光眼是澳大利亚不可逆性失明的主要原因之一。
- 据估计，超过300,000澳大利亚人患有青光眼，但50%未被诊断。
- 被称为“隐身小偷”的青光眼发展缓慢且通常无症状。
- 早期发现和坚持治疗对延缓青光眼的进展至关重要。
- 青光眼是遗传性的-如果您有青光眼的直系亲属，则患青光眼的可能性会高10

尽管超过30万澳大利亚人患有青光眼，但仍有50%未被诊断。增强意识，及早发现和坚持治疗将节省可预防的视力丧失。

### 什么是青光眼？

青光眼是一组因视神经受损而导致视力丧失的眼科疾病的名称。视力丧失通常是逐渐消失的，在意识到任何问题之前，可能会丢失大量的周边（侧面）视力。

不幸的是，无法治愈青光眼，并且视力丧失是不可逆的。

## 什么原因导致青光眼？

青光眼通常是由眼内压（IOP）升高引起的，眼内压升高会损害视神经。导致视神经进行性损害的眼压升高水平因人而异。

还有两类人，既有没有青光眼的高眼压（称为高眼压），也有患有青光眼的正常眼压（称为正常压青光眼）。

眼睛不断产生一种透明的液体，称为房水，它会分泌到自己体内。这种液体可以滋养眼睛并保持眼睛的形状。然后，将流体通过称为前房角或引流角的区域排出。如果引流角受损，则眼部产生房水的速率将大于眼部引流的速率，从而导致眼内高眼压。

这种增加的压力开始损害位于眼后的视神经。视神经由大约一百万个神经纤维组成，这些神经纤维将眼睛的背面连接到大脑。视神经细胞受损会导致视力不可逆转受损。

即使人的IOP在10到21 mm Hg的正常范围内，也会对视神经造成损害。这被称为低眼压或正常眼压性青光眼。

## 谁有危险？

- 尽管任何人都可能发生青光眼，但有些人的风险更高。
- 风险因素包括：
- 青光眼的家族史（一级亲属）
- 高眼压
- 50岁以上
- 非洲或亚洲种族
- 糖尿病
- 近视或远视
- 有眼外伤史
- 过去或现在长期使用可的松药物（类固醇）
- 偏头痛
- 高血压或低血压
- 阻塞性睡眠呼吸暂停

**患有青光眼的一级亲属的人一生中患青光眼的几率为四分之一。如果亲戚患有晚期青光眼，则风险增加到56%。**

## 最常见的青光眼类型

### 原发性开角型青光眼 (POAG)

这是澳大利亚最常见的青光眼形式。它涉及宽的或敞开的排水角度，无法充分将液体从眼睛中排出。结果，增加的眼压会导致视神经逐渐受损，从而导致周围视力丧失，最终导致失明。

**在疾病非常严重之前，没有明显的症状可提醒您。正常压力青光眼是类似于POAG的另一种青光眼，但眼压保持正常。它也以相同的方式处理。**

### 闭角型青光眼

这种类型的青光眼是第二常见的，涉及狭窄的引流角。在这种情况下，虹膜（眼睛的彩色部分）通常太靠近引流角，并会阻塞液体通过的通道。如果突然发生闭角，眼压可能会突然升高，导致急性闭角型青光眼发作。急性闭角症是需要紧急治疗的紧急医疗事件。



## 有什么症状？

### 原发性开角型青光眼 ( POAG)

- POAG没有早期症状。
- 眼部检查的早期检测是检测视野变化和视神经损害的唯一方法。

### 急性闭角型青光眼

- 与恶心和呕吐相关的严重眼痛。
- 头痛。
- 突然出现视力模糊或在光周围看到光晕。
- 水汪汪的大眼睛。

青光眼被称为“隐形视线贼”，因为在其早期通常没有明显的视觉症状。

## 青光眼如何检测？

- 青光眼无法自我检测。只有验光师或眼科医生才能确定您是否患有青光眼。在青光眼检查期间，您的眼保健医生将：
  - 测量您的眼压，也称为眼内压 ( IOP) 。
  - 检查眼睛的引流角度。
  - 检查您的视神经是否受损。
  - 测试您的中央和周边 ( 侧面 ) 视觉。
  - 对您的视神经进行拍照或计算机测量。
  - 测量角膜的厚度。

**重要的是要记住，上述检查的综合结果将决定青光眼的诊断，并且没有任何一项检查可以得出诊断。**

## 青光眼如何治疗？

尽管无法治愈青光眼，但通常可以将其治愈，从而可以防止或减慢视力的进一步丧失。青光眼的治疗包括眼药水，激光治疗，手术或三者的结合。

### 眼药水

眼药水有两种作用方式：

- 它们减少了分泌到眼睛中的水性液体的量，并且
- 从排水角度帮助水性液体更好地流动。

### 激光治疗

- 选择性激光小梁成形术（SLT）：通常用于降低原发性开角型青光眼的IOP。SLT在排水角上使用低能量光的短脉冲，以帮助更好地流出水性流体。
- 外周虹膜切开术（PI）：通常用于降低角度闭合性青光眼的IOP。使用激光在外围虹膜上形成一个小孔，该孔有助于水性流体流向排水角。

### 手术

- 小梁切除术：在眼睛的白色部分形成一个微小的皮瓣，在结膜下形成滤泡（如口袋）。两者都隐藏在上眼睑下。房水能够通过皮瓣从眼中排出，然后进入被吸收的小泡，从而降低眼内的眼压。
- 微创青光眼手术（MIGS）：MIGS程序通过绕开引流角的阻塞并通过不同途径帮助眼内液体排出来进行工作。MIGS的某些类型包括：- iStent注射液- Hydrus - Xen凝胶青光眼植入治疗可以预防进一步的视力丧失，但不能改善视力或修复因视神经损伤而已经丧失的视力。

## 青光眼和你的家人

在许多情况下，青光眼是一种遗传（遗传）疾病，在家庭内部传播，直系亲属的风险增加。

一级亲戚（父母，兄弟姐妹和孩子）面临的风险更大—一生中有近四分之一的机会患青光眼。如果他们的亲属患有晚期青光眼，则该风险将增加一倍。

保护眼睛视力免受青光眼影响的最佳方法是进行全面的眼科检查，其中包括视神经检查。如果您有青光眼家族病史，建议您从40岁起每2年对您的眼睛进行一次青光眼检查。

如果您家中的某人患有青光眼，请对您的眼睛进行检查-这很容易，而且可能会节省您的视力。

## 我们能帮你什么吗？

青光眼澳大利亚为青光眼患者提供免费的教育和支持。

如果您或您所照顾的人被诊断出患有青光眼，我们建议您加入我们的社区以获取免费资源，指南和支持。

在线加入我们的社区

[glaucoma.org.au/get-support](http://glaucoma.org.au/get-support)

致电我们的免费支持热线

1800 500 880

在脸上找我们

[facebook.com/glaucoma.australia](https://facebook.com/glaucoma.australia)