

hi84137983 / August 14, 2012 12:16AM

[眼睛病症透露的14種健康信息](#)

直視人的眼睛可看出其是否誠實的說法尚未定論，但如果得法，看眼睛可獲知血液膽固醇的高低，是否患肝病或糖尿病。「眼睛是反映健康狀況的獨特窗口」，舊金山加州大學眼科醫學系發言人和舊金山青光眼中心主任艾衛齊（Dr. Andrew Iwach）表示：「它是在我們身體上唯一可以不通過手術就可以直接看到靜脈、動脈和神經（視神經）的地方。」正是因為眼睛是透明的，所以眼常規檢查就能早期發現青光眼、白內障和黃斑變性等常見眼病。遺憾的是，人們常常因為忙而耽誤眼部檢查甚至常規體檢。因此眼科醫生在做眼病檢查時有時會發現其他病，如糖尿病或高血壓。

Caring.com網站專欄作家史班瑟列出了14個不能忽視的眼睛症狀：

★掉眉毛

甲狀腺疾病的常見症狀是眉毛的外三分之一（耳側）自行消失，無論是機能亢進或減退都可能出現。甲狀腺不大卻作用巨大，它掌管新陳代謝。甲狀腺產生的激素是毛髮生長的關鍵激素之一。雖然眉毛會隨著年齡的增長而變稀疏，但甲狀腺疾病的掉眉毛卻是不均勻的，眉梢顯著。這時通常脫毛現象遍布全身，但掉眉毛顯而易見，人們會首先注意到它。毛髮提早退色變灰也與甲狀腺機能障礙有關。

★麥粒腫（Sty）久拖不癒

麥粒腫是俗稱，學名叫瞼板腺囊腫，是沿著眼皮邊緣內側或外側生長的小紅包，雖然影響美觀卻無傷大雅，但如果持續3個月還不消退，或在同一個地方反復發作，那麼有可能是一種罕見的癌症——皮脂腺癌。出現上述症狀應當去看眼科醫生，組織活檢可確診，治療方法通常是手術摘除。

★眼皮出現不平整的黃色斑塊

這說明您患了瞼黃瘤，也叫高膽固醇腫，是脂肪堆積形成，通常表示您有高膽固醇症。出現上述症狀應當去看醫生，特別是皮膚科醫生或眼科醫生，通常眼觀即可確診。實際上一些高膽固醇症就是這樣通過眼常規檢查首先被發現的。該病一般不嚴重，不疼，也不會造成視力障礙。如果是內科醫生，他會檢查您是否有冠狀動脈疾病的其他症狀。

★看電腦時眼睛灼痛、視力模糊。

說明您可能是一個工作狂，你患了「電腦視力綜合症」。視力疲勞部分原因是由於電腦顯示屏對比度異常（與白紙黑字相比）和視力過度集中於光點造成的，而且您到了中年眼睛會部分喪失產生起潤滑作用的眼淚的能力，從而使視力模糊和不適加重。

相應的對策是關上窗簾減少炫光，買一個防護屏，如果您戴眼鏡的話，試試抗反射塗層。僅調節一下顯示屏的對比度也有用，白的地方既不要象光源一樣的亮，也不要發灰。象筆記本電腦那樣的平面液晶顯示屏比老式顯示屏較少造成視力疲勞。把參考資料放在顯示器同樣的高度，使您的眼睛不用反復重調焦距而得到休息。

★眼屎增多

這是眼皮，尤其使眼皮邊緣發炎——瞼炎的表現。在造成瞼炎是幾種原因中，頭皮屑和粉刺與身體其他部位的疾患相關性令人吃驚。出現這種情況時，每次洗乾淨手，用溫暖濕潤的毛巾外敷約5分鐘以鬆解分泌物、舒緩皮膚。醫生可能給您開抗生素眼藥膏或口服的抗生素以及人工眼淚等。

★視覺中出現微微發亮或有波狀線的小盲點

眼性偏頭痛會出現這種視力障礙，有時可能不伴有頭痛，腦供血改變被認為是其原因。如果您正在開車時出現這種情況應該停車等待其發作停止，通常不超過1小時。找眼科專家檢查，特別是發作超過1小時時，以排除諸如視網膜脫落等嚴重疾患，如果您有其他預示中風的症狀（如發燒、無力或語言障礙），也要加以確認。

★眼紅發癢

許多因素會刺激到眼睛，但發癢伴隨打噴嚏、咳嗽、鼻塞或流鼻涕，這通常明顯是過敏的表現。如果眼睛也有反應，

說明致敏原來自於空氣，如花粉、灰塵、動物皮屑。

這時您應遠離致敏原。眼藥水或眼藥膏中的抗組胺劑可迅速止癢。如果致敏原來源於眼藥水本身，換一個沒有添加防腐劑的牌子。

★眼白變黃

有兩類人群常出現這種黃疸症狀：新生兒肝功能不全和成年人肝、膽或膽道疾患，包括肝炎和肝硬化。眼白（鞏膜）變黃是因為肝未能處理的膽紅素堆積造成的。如果不是正在患肝病，找醫生確診黃疸的原因，對症治療。

★眼皮出現腫塊或褐色斑塊

即使對皮膚檢查比較上心的人也可能忽視眼皮也可以發生皮膚癌。大部分眼皮惡性腫瘤是基底細胞瘤。當這種腫瘤表現為褐色斑點，那麼是惡性黑色素瘤的可能性更大。任何可疑的皮膚斑點或疼痛都應該找皮膚科醫生、家庭醫生或眼科醫生檢查，在其蔓延到臨近的淋巴結之前早期發現是非常關鍵的。

★眼球似乎突出

眼球突出最常見的原因是甲狀腺機能亢進，尤其是其中的突眼性甲狀腺腫。如果突眼於其他突眼性甲狀腺腫症狀先後出現，如視力模糊、煩躁、疲倦、食欲增加、體重降低、震顫和心悸，這時更應該找醫生檢查。血液檢查可測定甲狀腺素水平，治療方法包括藥物和手術。

★突然看東西重影、黯淡或失明

這是中風在視覺方面的表現，應立即打急救電話求醫。

★眼乾怕亮

這是舍格倫綜合症（乾燥綜合症）。乾燥綜合症的原因是免疫系統紊亂，使眼睛和口腔產生液體以保持濕潤的腺體功能受損。該症可通過試驗確診，為保護眼睛，人工潤滑（如使用人工眼淚）是必要的，同時應改善食物，多喝水。

★突然發生一只眼睛閉眼困難，眼淚失控

這是面神經麻痺，即控制臉部肌肉的神經功能障礙，導致暫時半邊臉麻痺，受影響的不只是眼睛。它有時是繼發於病毒感染，如帶狀皰疹、單核血球增多症或艾滋病，或者繼發於細菌感染，如萊姆病。糖尿病患者和孕婦易發。看醫生尋求幫助。大部分病例是暫時性的，幾星期內痊癒，復發罕見。物理療法有助於恢復面部肌肉協調工作所行使的功能，如說話、笑等，也有助於防止面部不對稱的發生。

★糖尿病期間視覺模糊

糖尿病可使幾種眼病加重，如青光眼和白內障；最嚴重和常見的是糖尿病性視網膜病變，該病是由於糖尿病影響到眼的血液循環系統造成的，這是美國成人失明的首要原因。糖尿病患者每年應進行擴瞳檢查以便在出現症狀之前提早發現和治療視網膜病、青光眼、白內障或其他病變。