



안구건조증

▲정의

안구건조증은 눈물 부족으로 일어나는 안질환을 말한다. 눈물에는 반사적 눈물과 기본적인 눈물이 있는데 이 질환은 기본적으로 눈물이 없거나 부족한 것이 원인이다.

기본적 눈물은 평상시 일정한 양이 분비되어 검은 동자와 눈꺼풀 안쪽을 적셔주고 유리창 역할을 하는 각막면을 고르게 해서 깨끗한 상을 볼 수 있게 해준다. 또한 각막의 영양 공급과 세균의 침입을 막는 역할을 맡는다. 따라서 눈물이 부족하면 눈이 불편할 뿐 아니라 시력에 큰 지장이 올 수 있으므로 조기 치료가 중요하다.

▲증상

중년 이후나 여성에게 특히 많이 나타난다. 눈에 모래가 들어간 것처럼 깔깔하고 심하게 충혈되면 할퀴는 듯한 느낌도 받는다. 바람이나 담배 연기에 특히 약하고 눈곱이 끼는 것이 주된 증상이다. 눈물을 필요 이상으로 많이 흘리는 경우에도 이 질환을 의심해야 한다. 이 질환은 책이나 TV를 볼 때 침침함을 느끼는데 이런 증상은 특히 오후에도 긴 시간동안 운전을 했거나 컴퓨터를 오래 사용한 후 심하게 느껴진다.

▲원인

중년이나 특히 여성들은 눈물의 기초 분비량이 줄어들게 되며, 대기오염, 조명 앞에서 장기간 작업 등으로 인해 눈이 건조되기 쉽고 눈물의 조성에도 이상이 생기기 쉽다.

류마티스성 관절염을 앓고 있는 경우나 만성 결막염, 안검염, 여러

눈에 모래가 들어간 것처럼 깔깔하고 심하게 충혈되면 할퀴는 듯한 느낌도... 바람이나 담배 연기에 특히 약하고 눈곱이 끼는 것이 주된 증상이다. 눈물을 필요 이상으로 많이 흘리는 경우에도 이 질환을 의심해야 책이나 TV를 볼 때 침침함을 느끼는데...

오후에도 긴 시간동안 운전을 했거나 컴퓨터를 오래 사용한 후 심해져...

가지 피부질환, 안면신경마비, 결막의 만성염증이나 화학적, 열적, 방사선적 손상이 있는 경우에는 안구건조증의 빈도가 높다. 만성적인 질환으로 인해서 장기간 약을 복용하였거나 녹내장이나 기타 다른 눈의 질환으로 안과 전문의와 상의 없이 안약을 장기간 점안하였을 경우에도 안구건조증이 발생할 수 있다.

건성안증후군은 눈 자체에서 눈물이 부족한 경우나 눈물의 성분이 부족한 경우가 많다. 또한 장기간의 응시로 인한 눈깜박임의 저하로 인해서도 많이 발생하고, 각종 누관, 누낭 질환 등으로 인해 눈물의 순환 작용이 감소할 경우에 나타난다. 이외에도 머리 염색, 화장품, 자극성 세면용품의 사용, 에어컨, 선풍기, 히터의 사용, 장시간의 독서, TV 시청, 컴퓨터 작업, 심한 긴장, 스트레스, 건조한 밀폐 공간, 여러 약제(신경안정제, 고혈압 강하제, 골다공증호르몬제, 항히스타민제 등)의 장기 복용, 장기간의 콘택트렌즈 착용, 수면 부족 등이 안구건조를 유발하거나 악화시킨다.


▲치료

안타깝게도 이 증상은 완치가 어렵다. 그러나 환자의 적극성 여부에 따라 좋아질 여지는 있다. 치료에는 인공 눈물을 보충해주는 방법이 주로 사용된다. 인공 눈물에는 물약, 연고, 젤형태 등이 있다. 또한 성분이나 첨가제에 따라 종류가 여러 가지이므로 개인의 눈 상태에 따라 자극이 없고 편안한 것을 사용하면 대체로 무난하다.

만일 인공 눈물로도 효과가 없으면 눈물이 배출되는 누점을 일시적으로 또는 영구적으로 막아서 이미 나온 눈물이 오래 머물도록 하는 방법도 있다. 이와 함께 실내 온도를 낮추거나 가습기를 사용하여 적당한 습도를 유지하는 것도 증상을 완화시키는 방법이다. 그러나 안구 건조증 환자에게 선불리 약을 투여해서는 안된다. 충혈을 제거할 목적으로 소염제를 함부로 사용할 경우 녹내장, 백내장 등 심각한 부작용을 일으킬 수 있기 때문이다.



▲예방

주변 환경을 건조하지 않고 습하게 만들어 주는 것이 눈물의 증발을 줄어뜨릴 수 있으므로 안구 건조에 도움이 된다. 그리고 눈에 자극이 심한 머리 염색, 헤어 드라이어, 스프레이 등의 사용을 피하는 것이 좋다. 

〈출처 : 중앙일보〉