

口乾眼乾 也會變成大病？

文／申一中 台北市立中醫醫院

你常口乾舌燥、眼睛乾澀酸痛嗎？這時候要特別注意，是否得了乾燥症(Sjogren氏症候群)！乾燥症如果沒有早期治療，晚期時很可能演變成一個或多個嚴重的內臟損害。

乾燥症即修格蘭症候群(Sjogren's Syndrome)，又稱乾燥症候群，是一種不明原因的慢性發炎疾病，以破壞人體的外分泌腺，如淚腺、唾液腺為主。特別是淚腺和唾液腺的分泌會減少，淚腺方面會導致眼睛乾澀、灼熱感、畏光，乾性角膜結膜炎、紅眼、刺痛感或異物感，嚴重時會造成視力問題。在唾液腺則造成口腔乾燥、口腔潰瘍疼痛、舌頭乾裂，甚至吞嚥困難，尤其吞嚥乾的食物等。病人眼睛、口腔、鼻腔、氣管、陰道及皮膚都可能出現乾燥且持續惡化。

Sjogren氏症候群(簡稱SS)，依據是否合併其他自體免疫疾病分為原發性(primary)修格蘭氏症候群與繼發性(secondary)修格蘭氏症候群兩種。所謂原發性就是單純的SS，而繼發性就是合併有其他結締組織疾病，例如類風濕性關節炎(RA)、系統性紅斑狼瘡(SLE)，多發性肌炎，結節性多發性動脈炎，進行性全身性硬皮症，原發性膽道硬化症等。

致病機轉未明

原發性修格蘭氏症候群可以被發現於各年齡層的病人，最易好發的年齡層是40歲到50歲的中年女性，最小可在5歲發生，女孩比男孩多，男與女的比例約為1：9。致病機轉至今尚未完全明白，目前大多認為有可能是病毒感染、體內荷爾蒙異常或某些基因突變所造成。

原發性修格蘭氏症候群的疾病本身進行非常緩慢，早期的症狀不明顯，容易被誤診為焦



慮症、交感神經失調或荷爾蒙異常等疾病。原發性修格蘭氏症候群臨床表徵主要包括乾口症，乾眼症。乾眼症早期以眼睛乾澀，異物感，眼結膜紅腫為主；晚期時，結膜紅腫刺痛，引發角膜損傷，眼力模糊。乾口症在早期時，病人經常抱怨口腔有異味、火氣大、食不知味。慢慢地，唾液量減少、舌頭表面出現裂痕、味蕾萎縮，逐漸吞嚥困難，嚴重者必須同時喝下許多水，食物才能下嚥。

此外，乾燥症候群病人可能有雷諾氏變化(例如手足過冷，顏色會變白、變紫再變潮紅等三相性變化)。在疾病演變的過程中，也會經歷關節病變。關節病變開始單純的關節痛、晨間手指僵硬但大多沒有骨頭損壞。

中醫治療有別

中醫在治療方面，分為下列數型：

一、肝腎陰虛型

常有眼內異物感，或灼或癢或痛，尤其以眼睛乾澀為多，少淚或無淚，眼睛紅，舌紅苔少，脈沉細澀或數。治以滋養肝腎，潤燥明目為主。常用杞菊地黃丸加石斛、何首烏等。

二、氣津兩傷型

常見口腔乾燥，容易疲倦無力，食慾差易腹脹，四體酸軟，大便稀軟或乾結，或有低熱，易感冒，舌苔少，脈浮虛重按無力。治以益氣養氣。常用生脈飲加黃耆等。

三、血瘀阻絡型

常有形體乾瘦，眼眶黧黑，易口乾舌燥。舌紫暗少津，舌下絡脈粗長紫暗，脈沉澀。治以化痰通絡。常用桂枝茯苓丸、大黃蟪虫丸。

注意平日保養

平日保養須注意下列數點：

1. 口腔方面：保持口腔衛生，使用含氟牙膏及漱口水。可吃無糖口香糖、酸梅或喝輕微酸性的

檸檬水，以刺激唾液分泌。為了避免蛀牙的發生，飯後要刷牙或使用牙線清除牙縫中的食物。定期看牙醫師避免蛀牙，多喝水以經常保持口腔濕潤，而『少量多次的飲水』是最佳的方法，

2. 眼睛方面：可戴防護眼鏡保護眼睛，可使用人工淚液以減輕症狀。

3. 皮膚乾燥方面：可使用保濕乳液。

修格蘭氏症候群早期以乾口症、乾眼症、外分泌腺腫大、關節疼痛、關節炎和雷諾氏現象等不具生命威脅性的症狀開始。一般而言，病人從出現早期乾燥症，到感到不舒服去找醫師，最後被診斷為修格蘭氏症候群，大多經過5~10年以上。

而大部分的患者常忽視此一症狀，常常延遲就醫，或就醫後被認為是焦慮症、更年期、電腦症候群等問題，其實乾燥症如果沒有早期治療，晚期時很可能演變成一個或多個嚴重的內臟損害。



台灣休閒農業學會籌備會公告

92年8月6日台休籌備會處字第002號

主旨：本會經內政部92年5月8日字第0920018622號函准設立，並成立籌備會，茲公開徵求會員。

公告事項：

一、本會宗旨：從事休閒農業之研究與諮詢服務，提升休閒農業經營、管理及消費品質，以促進休閒農業之永續發展。

二、入會資格：個人會員為贊同本會宗旨，年滿20歲，從事休閒農業相關工作者；團體會員為贊同本會宗旨之公司機構或團體；贊助會員：為贊助本會工作之團體或個人；學生會員為就讀休閒農業相關科系之在學學生。

三、籌備會地址、電話：

聯絡地址：106臺北市羅斯福路四段1號 台灣大學農業推廣學系轉。

聯絡電話：(02) 2363-8905；(02)2363-0231轉2746

FAX:(02)2363-5879;(02)2363-8905 陳昭郎教授

四、入會申請有關資料向前項地址索取（附回郵信封），或以電子郵件索取。

E-mail:m381@ccms.ntu.edu.tw

籌備會主任委員 陳昭郎

五、本公告已於92年8月6日刊登於台灣日報