认识葡萄膜炎 守住光明防线

不少人出现眼红、眼痛、畏光等症状时，往往认为是普通结膜炎，便自行滴药处理。但有一种眼病看似普通“眼红”，却极易反复，还会悄悄损伤视力，它就是葡萄膜炎。该病属于临床常见的难治性致盲眼病，青壮年人群高发，且复发率极高，反复发作可诱发青光眼、并发性白内障、黄斑损伤等不可逆并发症，是临床重点防控的眼病之一。在中医古籍中，本病归属于“瞳神紧小”“瞳神干缺”“视瞻昏渺”等范畴，古人早已对该病反复失明的特点有清晰记载。

西医多采用散瞳、激素、免疫抑制剂控制急性炎症，起效快、控炎效果明确，但存在副作用明显、减量易反弹的问题。中医以整体辨证为核心，认为本病属本虚标实，风、火、湿、瘀为标，肝肾亏虚、气阴不足为本，通过分期论治、内外调护，可有效降低复发、缓解药物不适。中西医协同施治，取长补短、优势互补，是目前临床公认的最优治疗方式。


医生为患者进行眼部检查。


医生为患者眼内穿刺注药。

认清疾病 隐匿高发的致盲眼病

葡萄膜分布于眼球内部，富含血管与色素，承担眼部营养供给与免疫防御功能，血运丰富也使其成为最容易发生免疫性炎症的眼内组织，一旦发炎即为葡萄膜炎。该病少数由细菌、病毒感染引发，多数与自身免疫紊乱相关，常合并强直性脊柱炎、白塞病等全身免疫疾病，属于全身疾病的眼部表现。

葡萄膜炎症状隐蔽、个体差异大，极易误诊漏诊。患者可表现为眼痛畏光、频繁流泪，也可仅出现视物发雾、眼前黑影，部分人伴随口腔溃疡、皮疹、关节酸痛。其最大危害是反复发病、损伤不可逆，炎症持续刺激会造成瞳孔粘连变形，继发青光眼、白内障，损伤眼底视神经与黄斑，多数器质性损害一旦形成无法逆转，严重者可导致视力永久性下降甚至失明。

西医可快速压制急性期炎症、保住现有视力，但患者长期使用激素、免疫抑制剂，易出现失眠、肠胃不适、血糖波动、免疫力下降等问题，且多数患者易陷入“用药好转、停药复发”的恶性循环，病情难以长期稳定。

探析病机 本虚标实的发病本质

中医认为，葡萄膜炎急性发作多由风、火、湿、毒邪气扰动所致；病情反复迁延，根本在于正气亏虚、伏邪潜藏，身体底子虚弱，残余邪气潜伏眼底，遇诱因即可复发。

临床常见三类发病诱因：一是肝火风热上攻，情绪压抑、熬夜上火或外感风热，火热循肝经上扰目窍，诱发眼部急性炎症；二是湿热蕴结，长期嗜食甜腻、辛辣、生冷食物，或久居潮湿环境，脾胃运化失常，湿热滞留体内，导致炎症缠绵难愈；三是久病伤阴，反复炎症灼烧阴液，叠加激素药物影响，患者多转为阴虚体质，出现眼干隐痛、视力渐降、潮热心烦等症状。

邪气久滞眼底，易形成瘀血、痰浊阻塞微细脉络，造成眼底渗出、水肿难以吸收，视功能迟迟无法恢复，也是该病顽固难治、反复发作的核心原因。

分期施治 中西医协同护视力

中医治疗遵循分期论治原则。急性发作期以祛邪为主，肝经风热者疏风清热，肝胆火旺者清肝泻火、凉血通络，快速控制急性症状。迁延期湿热胶结，治疗以祛风除湿、化痰散结为主，温和化解湿浊瘀滞，避免寒凉药物过度伤正。缓解期重在扶正固本，滋养肝肾、补益阴精，改善易感体质，从根源上减少复发，可配合针灸疏通目络、缓解干涩疼痛等不适症状。

需要明确的是，中药不能替代西医核心治疗。感染性、重症葡萄膜炎患者擅自停激素、乱用偏方风险极高。规范诊疗需患者先通过正规眼科完善眼底、免疫筛查，明确病情、排除风险，在西医规范治疗基础上，配合正规中医辨证调理，坚决杜绝不明成分的“根治特效药”，避免加重病情、延误治疗。

重在养护 科学调理防复发

葡萄膜炎作为慢性免疫性眼病，无法单靠药物根治，日常科学养护、规避诱因，是减少复发、守护视力的关键。

情绪稳定是第一要务，肝郁化火是临床最高发的复发诱因，长期焦虑、暴怒、情绪波动大，极易诱发炎症反复。作息上患者应杜绝熬夜，23点前入睡，避免长期近距离用眼，减少肝肾阴精耗损。

饮食需清淡忌口，患者急性期应远离酒水、辛辣、烧烤；反复发病者少吃甜品、奶茶、温热燥性水果。患者可根据体质简单食疗：上火者饮菊花茶，湿气重者食用赤小豆薏米，阴虚眼干者可泡枸杞、桑葚调养。

生活中患者应避免受凉、久居潮湿环境，强光天气佩戴墨镜护眼。炎症活动期，患者应避免剧烈运动；恢复期，可散步、打八段锦等温和方式养正，保持大便通畅，防止火热上攻眼部。同时，患者应坚持定期复查，无症状也需监测眼底、眼压，出现眼胀、畏光、视物模糊、黑影增多，务必第一时间就医。

端正认知 慢病管理守光明

防治葡萄膜炎需患者避开认知误区，既不能单纯依赖中药拒绝西医急救，也不能只靠激素压制、忽视体质调理。

西医负责急性期快速控炎、守住视力底线，中医负责长期调体质、清伏邪、减复发、缓副作用。多数免疫性葡萄膜炎无法根治，属于慢性病，治疗目标是稳定炎症、拉长复发间隔、保护现有视力。

瞳神受损，光明难复。患者应坚持中西医结合规范诊疗，配合饮食、作息、情绪全方位调养，以“防大于治”的思维长期养护，才能稳稳守住眼部光明防线。 （周口市中医院眼科 鲁思敏）

本版组稿 杜莹莹



本版图片由周口市中医院提供