

翼状胬肉

赵倪 重庆何氏眼科医院

许多 重庆渥迪眼科

大家在生活中是否发现，有些人的眼白上长有薄薄的像膜一样的东西，从眼白向黑眼仁上蔓延生长，这就是“翼状胬肉”。它不仅影响我们的外观，也可能引起眼卡、眼红，甚至影响我们的视力。那么让我们来了解一下这个悄悄生长的“不速之客”吧。

一、翼状胬肉是什么

在我们的眼球表面有一层透明的薄膜组织，叫球结膜。当球结膜及结膜下的纤维和血管异常增生、增厚，逐渐向角膜生长，越过角结膜的交界处，甚至覆盖瞳孔区，影响视力，常出现在靠近鼻侧的球结膜区域，形状类似三角形，因此命名为“翼状”，这就是翼状胬肉。

翼状胬肉，本质上是一种良性的组织增生性病变，它形成的确切原因尚不清楚，但现普遍认为是多因素的结果，它的发生非随机出现。长时间户外活动或者工作的人，由于长期暴露在紫外线辐射下，紫外线对眼表造成损害，导致翼状胬肉发病率增高。干燥、风沙和灰尘对眼部的刺激，导致结膜慢性炎症增生，会引起翼状胬肉的发生。另外，翼状胬肉随年龄增长患病率上升，虽然年轻人也可能患病，在中老年人群中更为常见。有翼状胬肉家族史的人也需要更加警惕，这可能是由于遗传易感基因，导致眼部球结膜受到外界刺激时，更容易异常增生。

二、翼状胬肉有哪些表现

翼状胬肉生长速度缓慢。早期翼状胬肉很小，对我们的生活没有明显的影响，甚至察觉不到它的存在，或仅有轻微的眼部发红、异物感。

随着翼状胬肉生长增大，跨越角膜与结膜交界处，胬肉逐渐向瞳孔区延伸，

影响我们外观，牵拉角膜，引起角膜曲率改变，导致散光增加视力下降，遮挡瞳孔影响视力。此次，常伴有眼睛反复发红、眼干涩、异物感或刺痒，在翼状胬肉充血发炎时更为明显。较大的胬肉甚至可能引起眼球转动受限，导致复视的发生。

三、翼状胬肉的治疗

对于近期没有明显生长迹象，小而静止的稳定期胬肉，若患者没有明显的症状，可保守观察。但是日常生活中应该避免眼部刺激，比如戴防紫外线眼镜。同时可使用人工泪液保持眼部湿润缓解眼部异物感，或者使用非甾体抗炎的眼液减轻眼部炎症等。唐代孙思邈从中医理论出发，将此类眼部病症的病因归为两点：外感邪气侵袭和内在脏腑失调，特别时候后者。他强调肝、肺、肾等脏腑功能与眼部健康密切相关。例如，肝开窍于目，肝火上炎或肝血不足；肺经燥热循经上扰眼部，均可能引发眼部组织异常增生，形成“胬肉”。这类疾病的现代经验与祖国医学的深度融合，是未来的工作方向。

如果翼状胬肉引起患者眼部不适，反复眼红、发炎，影响视力，或者已经影响外观时，可手术治疗。当胬肉已接近或覆盖瞳孔区，或生长迅速时，应及时手术治疗。

翼状胬肉手术，主要包括单纯切除、切除联合自体结膜移植等方式。翼状胬肉切除联合自体结膜移植，显著降低胬肉复发率，是目前的主流方法。需要提醒的是，术后仍然存在翼状胬肉复发可能。

四、预防措施

降低翼状胬肉发生的关键在于减少紫外线的伤害和眼部刺激。

在户外阳光强烈的环境中，日常佩戴能阻挡紫外线的太阳镜，宽边遮阳帽也能提供保护，减少紫外线的刺激。

在风沙、灰尘的环境中，尽量减少外出或者缩短暴露于这些环境的时间，可使用防护眼镜，减少风沙、灰尘对眼部的刺激。

日常需注意眼部卫生，不要经常揉眼睛，保持眼部湿润，有干眼症状的患者，

建议使用人工泪液。多摄入富含维生素的食物，保持健康生活方式，有助于眼部健康。

对于已患有翼状胬肉的患者，建议每 6 个月一次，定期于眼科就诊监测翼状胬肉变化情况。

结语

翼状胬肉是我们眼部常见但容易被忽视的问题。关于翼状胬肉：第一，它是一种良性的组织增生性病变，但会逐渐生长影响外观和视力。第二，手术并非能一劳永逸解决翼状胬肉，仍有部分复发的可能，术后眼部的护理和定期复查很重要。第三，对翼状胬肉，生活中的预防很重要，外出戴太阳镜、眼部防护，以及定期的眼部检查，有助于降低翼状胬肉的发生风险。如果生活中发现了翼状胬肉，请及时于眼科就诊，由我们的眼科医生给予专业的诊治。

眼睛是我们了解世界的重要窗口，让我们一起用心守护。