

空氣污染亮紅燈 小心靈魂之窗也遭殃

主講人：臺北榮總眼科部眼肌神經科鄭惠禎醫師 王安國主任

臺北榮總眼科部和元智大學合作，結合了臺灣健保資料庫、中央氣象局 603 個氣象測站，及環境保護署 78 個空污測站資料大數據分析發現，不論在臺灣哪一個城市，當一週內的空氣污染突然增加時，發生眼中風的機率就可能上升，其中又以患有糖尿病，高血壓，高血脂或是年齡大於 65 歲的老人發生風險更高，即空氣污染可能也是眼中風的一個危險因子，此重大研究結果已刊登於 2016 年 12 月美國眼科醫學會所屬的頂尖期刊—眼科學（Ophthalmology），引起全球讀者廣大迴響。

67 歲蘇先生，有高血壓及冠心病病史，於 2016 年 12 月 8 日中午突然右眼看不見，次日就診時右眼視力僅為眼前 30 公分可見手指數，眼底檢查顯示為右眼中心視網膜動脈阻塞，經血管攝影併眼動脈血栓溶解劑注射及高壓氧治療後，視力回復至 0.1。

中心視網膜動脈阻塞即俗稱的眼中風，因視網膜最重要的血管之一：中心視網膜動脈突然被血栓堵住，導致視網膜瞬間失去血流供應，造成組織壞死失明。病人通常表現為突發性、無痛地嚴重視力喪失，目前可能的治療方法包括降低眼壓，血管攝影併眼動脈血栓溶解術，高壓氧及雷射血栓溶解術等，目前並無確切有效的治療方法，因此，如何預防極為重要。

目前已知眼中風的危險因子包括三高（高血壓，高血糖，高血脂）、抽煙、腦中風、頸動脈狹窄、冠心病等常見的心血管疾病，以及血液凝固異常等疾病。然而，除了這些傳統的危險因子控制，在現代的環境下，是否尚有其他方法可以預防？

空氣污染毫無疑問地是一個全球性的問題，全球約有九成人口是居住在空氣污染超標的地方，身處臺灣的我們，隨著氣候，風向，外來及內生污染物每日的不同，空氣指標也是每日變化。空氣污染的影響除了直觀地影響呼吸道疾病外，在國外的研究也指出，空氣污染已知會增加肺癌，腦中風，心肌梗塞等疾病的罹病風險及死亡率。而在過去的眼科研究中，也報導了當空氣污染越嚴重，眼睛不舒服，結膜炎，乾眼症的比例會增加，且會有較多人因為眼睛不舒服而至急診室就診，甚至，還有研究發現，當空氣污染升高時，視網膜血管會有收縮狹窄的情形。

回到日常生活中，空氣污染會造成廣大的影響：包括呼吸道，肺癌，腦中風，心肌梗塞，眼科方面包括了結膜炎，乾眼症，甚至會失明的眼中風。除了政府需制定改善空汙政策之外，民眾本身也可以致力於減少污染源，諸如多搭乘大眾交通工具，節能減碳等。而包括政府以及民間皆有許多空氣品質預報系統，民眾出門前不妨先了解今日空氣品質如何，特別是老人家和三高患者更要注意，如此可常保健康，也一同保護靈魂之窗！