

明亮茶改善眼睛不適症狀之成效分析

梁忻琳¹, 張志浩², 嚴秀娟^{2*}

1. 高雄市立中醫醫院藥劑科

2. 高雄市立中醫醫院

前言

隨著3C產品的普及，眼睛乾澀、模糊、發紅有血絲等不適症狀已成為多數現代人的通病。西醫多數以點眼藥水治療，但往往治標不治本。中醫黃帝內經記載「肝開竅於目」、「腎主水，主滋潤濡養」、「肝腎同源，肝依賴腎水來滋養」，故可以中藥養陰平肝，滋水明目，治標又顧本。鑑於許多民眾不想服用中藥粉，又礙於生活忙碌不方便煎煮水藥，故將明亮茶（處方組成：菊花、枸杞、決明子、白蒺藜、…等）以高壓煎煮調製成即飲包方便服用。

方法

110年3月~4月期間針對服用明亮茶個案進行問卷調查，藉以探討服用之改善成效。問卷內容包括：服用前困擾個案的視力問題及不適感持續時間、是否同時接受西醫或其他方式治療及治療後之改善情形；服用後視力不適感的改善程度、服用幾天後有感症狀改善、味道口感喜惡程度。資料利用Excel進行描述性統計分析。

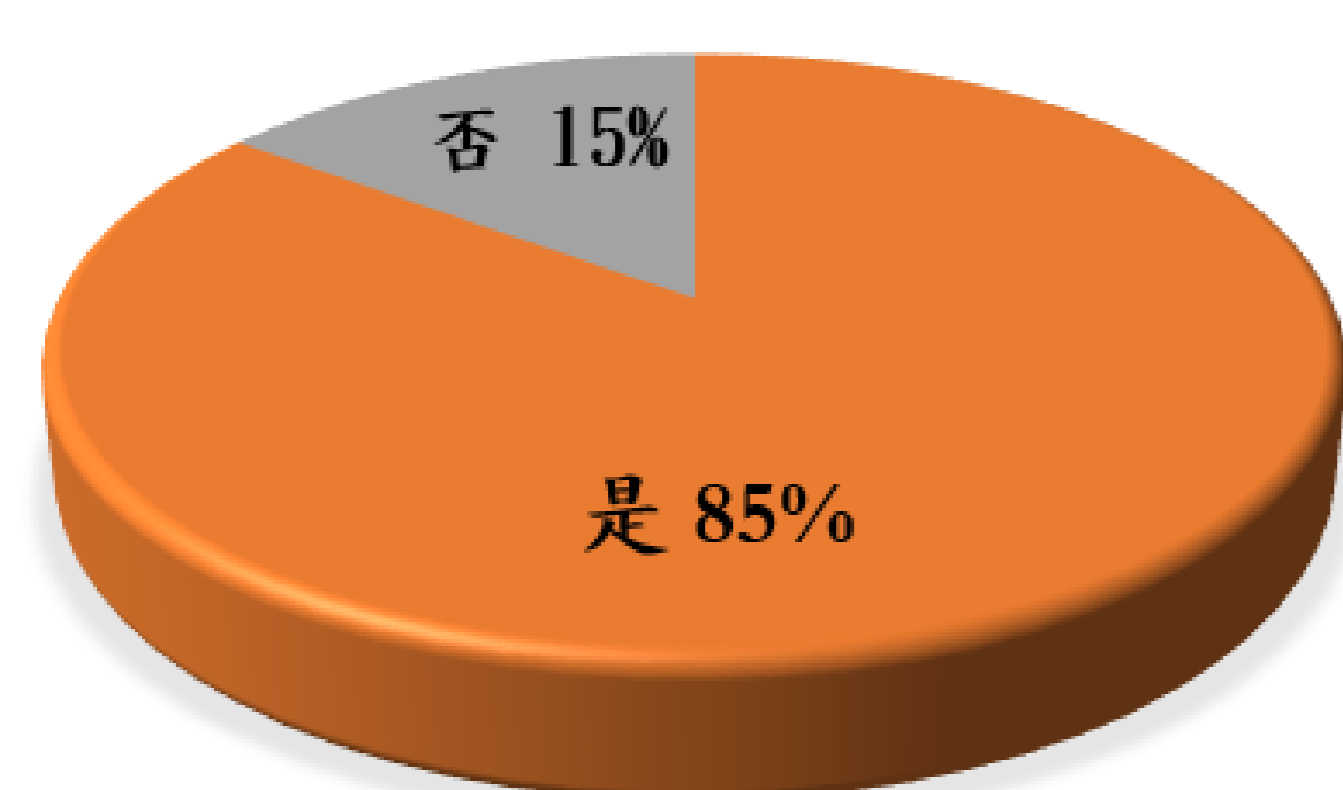
結果

問卷回收共50份，結果顯示：90%個案視力不適已持續超過一個月以上；服用後有85%個案的症狀獲得改善；症狀改善以眼睛乾澀最多(49%)、眼睛酸痛次之(15%)；改善程度(五分法)四分佔22%、三分佔48%、二分佔30%；有感症狀改善天數：第二天即有感者佔17%、第三天有感者佔42%、第四天有感者佔21%；喜歡明亮茶即飲包味道及口感佔52%、尚可者佔48%，不喜歡及無法接受均為0%。

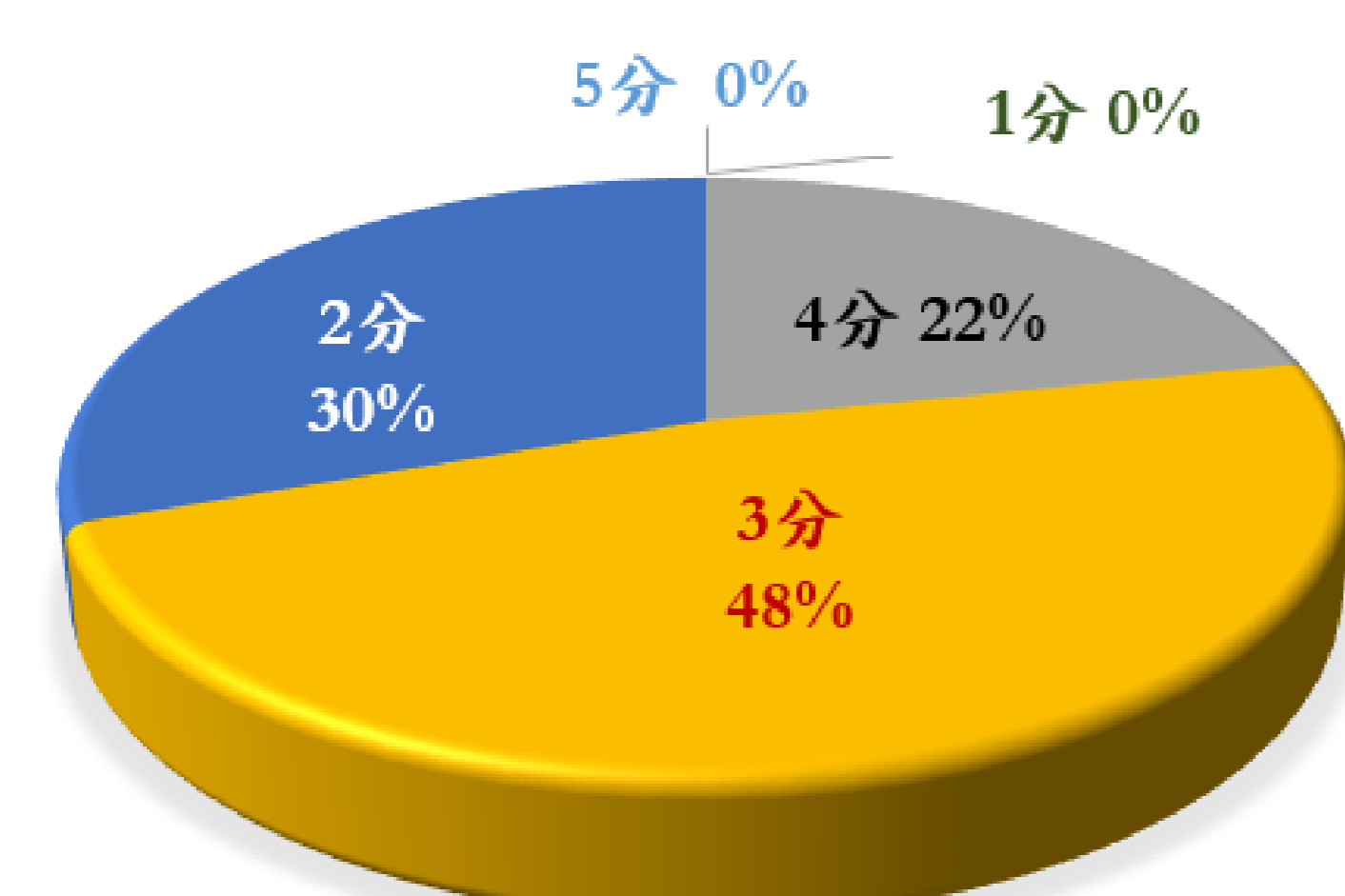
結論

本分析顯示服用明亮茶即飲包最快可於兩日內明顯有感眼睛乾澀、酸痛等症狀改善。長期點用眼藥水的乾眼症患者，若依據辨證分型選用合適的中藥來調養，一旦相關臟腑功能恢復，眼睛不適症狀即可獲得解決，既治標又顧本。

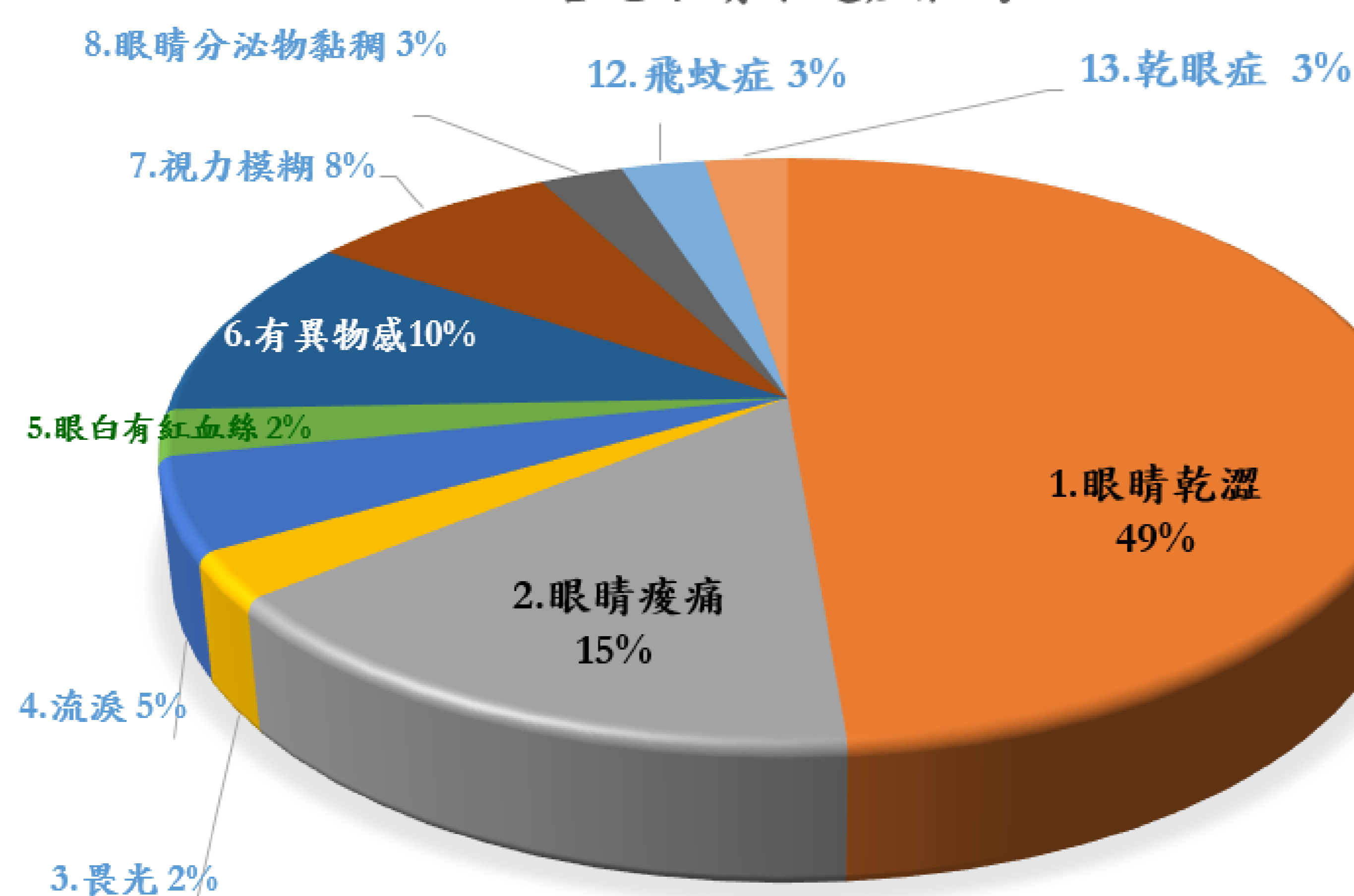
明亮茶即飲包改善眼睛不適百分比



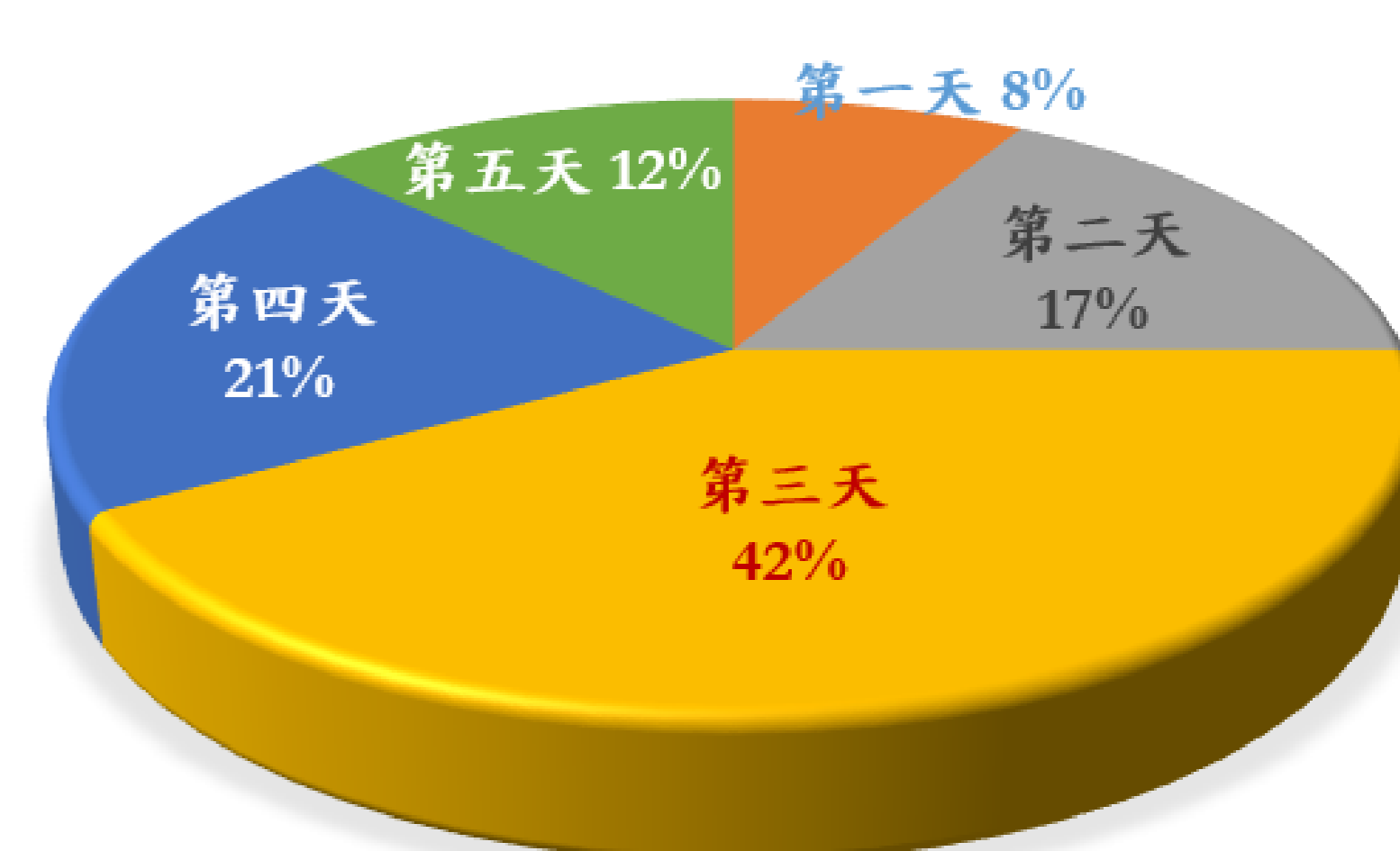
改善眼睛不適程度?



改善您眼睛不適症狀為?



喝到第幾天感覺眼睛不適症狀有改善



喜歡明亮藥液包的味道及口感嗎?

