



인공눈물

■ 자료제공/ 건강한 이웃 편집부

우리가 눈을 부드럽게 떴다 감았다 하는 것은 눈의 표면을 얇게 덮고 있는 눈물의 층이 윤활유 역할을 하기 때문이다. 눈 표면을 끈고루 덮고 있는 눈물은 눈 속에 들어온 세균이나 먼지를 씻어내 비루관을 통해 콧속으로 흘러 들어간다. 특히 요즘 같은 황사철에는 눈물의 역할이 매우 중요하다.

안구건조증이라 하여 눈물의 양이 적어지면 여러 가지 증상들이 나타난다. 대개 중년 이후 특히 여성에서 잘 나타나는데 흔히 눈이 뻑뻑함, 침침함, 시림, 쓰라리듯이 아픴, 콧콕 찌르듯이 아픴, 따가움, 이물감, 눈부심, 눈꺼풀이 무거움, 안구 피로, 잦은 눈 충혈, 실 모양



의 끈적끈적한 눈곱이 나는 등의 증세가 있다. 아침보다 오후에 더 심한데 공기가 건조한 곳에서는 눈물이 쉽게 증발해 버리기 때문이다. 어떤 환자는 오히려 눈물이 많이 나는데, 이것은 기본눈물의 분비 부족으로 신체방어기전에 의해 반사눈물이 증가하여 생기는 현상이며, 이 반사눈물은 기름기가 없는 무기능 눈물이다. 또 아침에 일어날 때도 증상이 심해지는데 수면 중에 기초눈물의 분비가 감소하기 때문이다.

이러한 안구건조증의 치료는 1차적으로 인공눈물 성분의 안약을 사용하는데, 인공눈물은 성분과 제형에 따라 좀 차이가 있다. 변질되지 않게 방부제 성분이 들어있는 것, 알러지를 예방하고자 방부제 성분이 없는 것, 젤 상태로 점도를 높여 눈에 좀더 오래 머물게 하는 것, 수성 성분을 더 좋게 한 것 등이 있다. 증

상이 심하여 인공눈물의 점안으로는 해결이 되지 않을 때는 눈물이 흘러가지 않도록 눈물점을 막는 수술을 한다. 베타카로틴, 비타민 E, 아연, 망간, 구리 등 눈에 좋은 영양성분이 들어있는 약품이나 식품을 먹는 것도 도움이 된다.

렌즈를 사용하는 경우 하드렌즈나 소프트렌즈에 상관없이 원칙적으로는 인공누액을 사용하지 않는 것이 좋다. 특히 식염수는 자체에 염증을 유발할 수 있는 세균들이 존재하므로 인공눈물 대신 사용하면 세균들을 렌즈가 머금게 되므로 사용할 수 없다.

소프트렌즈의 경우 렌즈 형태를 유지하기 위해서 렌즈자체가 수분을 머금고 있어야 한다. 그래서 렌즈가 자꾸 눈에서 눈물을 빼앗아 눈은 눈물이 부족하게 되어 부득이 인공눈물을 사용해야 할 경우가 있다. 그러나 소프트렌즈 착용 중 인공눈물사용으로 누액 성분이 렌즈에 침착되어 렌즈 재질의 변형을 만들어 각막 손상을 일으킬 수 있다. 반면 하드렌즈에서는 상대적으로 렌즈 손상을 덜 주기에 제한적인 범위에서 사용을 권하기도 한다.

이런 문제점에도 불구하고 어쩔 수 없이 렌즈착용 상태에서 인공누액을 사용해야 한다면 전문인과 상담하여 가장 적합한 인공눈물제제를 선택하여야 한다. 하드 소프트 착용 모두 사용가능, 하드 착용 사용가능, 소프트 착용 사용가능, 원칙적으로 렌즈착용 사용 불가한 제품 등으로 분류되어 나온다. Y