

Даррен Грегори, доктор медицинских наук, профессор офтальмологии в Медицинской школе Университета Колорадо, отмечает, что стресс может действительно усугубить сухость глаз различными способами. В организме возникает при стрессе повышенный уровень воспаления, а воспаление является фактором сухости глаз.

Стресс может повысить чувствительность к боли во всём теле. Поэтому дискомфорт в области глаз тоже может усиливаться.

Есть и другие факторы, способствующие ухудшению состояния при сухости глаз. Это нехватка сна в сочетании с приёмом лекарств, используемых для лечения тревоги, депрессии и бессонницы.

Часто лекарства, помогающие уснуть, могут усилить дискомфорт в глазах.

Для облегчения или предотвращения симптомов «сухого глаза» рекомендуется избегать обезвоживания, выключать вентиляторы и закрывать вентиляционные отверстия, использовать глазные капли.

Материалы новостного характера нельзя приравнивать к назначению врача. Перед принятием решения посоветуйтесь со специалистом.