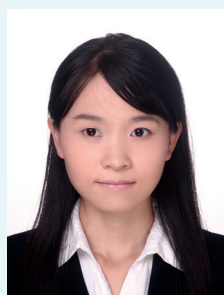




眼睛干涩， 可以购买哪些OTC人工泪液

文 / 复旦大学附属耳鼻喉科医院 唐凤敏



唐凤敏，复旦大学附属耳鼻喉科医院临床药师，药学硕士。发表中英文论文和科普文章数篇，致力于眼科和耳鼻喉科合理用药的研究。作为秘书，参与制订《玻璃体腔注射药物的药学服务专家共识》。

随着手机、电脑等电子设备应用的增加，出现眼睛干涩、疼痛、异物感、灼烧感及视觉功能障碍等多种症状的人越来越多，这些可能都是因为工作太辛苦而“干”了眼。人工泪液是治疗干眼的一线药物，能湿润眼部，保持眼部的水分，可以起到与人体分泌的泪液相似的作用。

但是，不同的人工泪液有不同的特点，在用法用量和注意事项上也有区别！那么，具体都有什么区别呢？应该如何选择适合自己的OTC人工泪液呢？让我们接着往下看。

一、什么是OTC药品

OTC是“Over The Counter”的缩写，即非处方药，是指由国家药品监督管理部门公布的，不需要凭执业医师或执业助理医师处方，消费者就可以自行判断、购买和使用的药品。

OTC药品包装盒的右上角会印制OTC标识。OTC标识有2种：甲类OTC，红底白字；乙类OTC，绿底白字（图1）。其中，乙类OTC安全性更高，无需医生或药师的指导就可以购买和使用。

被列入非处方药的药品，一般都经过了较长时间的全面考察，具有疗效确切、毒副作用小、使用方便、便于贮存等特点。国家制定OTC目录并实施后，每隔3~5年会进行一次再评价，推陈出新，优胜劣汰，确保



甲类非处方药



乙类非处方药

图1 非处方药(OTC)标识



OTC的有效性和安全性。

综上，OTC具有安全、有效、方便和质量稳定等优点。所以，如果自己去药店购买，建议首选OTC滴眼液。

甘滴眼液和卡波姆滴眼液/眼用凝胶等。其中，前4种已有相应的OTC药品批准上市。这些OTC人工泪液常见的特点详见表1。

二、OTC人工泪液有哪些

常见的人工泪液有玻璃酸钠滴眼液、聚乙烯醇滴眼液、羧甲基纤维素钠滴眼液、羟丙甲纤维素滴眼液、聚乙二醇滴眼液、右旋糖酐羟丙甲纤维素滴眼液、羟糖

三、这4种人工泪液有哪些区别

除了名称不同，这4种人工泪液在浓度、规格和药理作用机制方面均有区别：

1.浓度的区别

羧甲基纤维素钠滴眼液“0.4 mL:2 mg*30支/盒”的

表1 OTC人工泪液常见的特点

药品名称	药品规格	百分比浓度	防腐剂	用法用量	包装方式
玻璃酸钠滴眼液	10 mL:10 mg/瓶	0.1%	无	每日3次，每次1滴	多剂量包装
	0.4 mL:0.4 mg*30支/盒	0.1%	无	每日3次，每次1滴	单剂量包装
聚乙烯醇滴眼液	0.8 mL:11.2 mg*15支/盒	1.4%	无	每次1滴，滴于患眼	单剂量包装
羧甲基纤维素钠滴眼液	0.4 mL:2 mg*30支/盒	0.5%	无	滴1~2滴于患眼	单剂量包装
	0.4 mL:4 mg*30支/盒	1%	无	滴1~2滴于患眼	单剂量包装
羟丙甲纤维素滴眼液	10 mL:50 mg/瓶	0.5%	羟苯乙酯(0.03%)	每日3次，每次1~2滴	多剂量包装
	0.4 mL:2 mg*10支/瓶	0.5%	无	每日3次，每次1~2滴	单剂量包装

【注】药品名称相同、规格类似的OTC人工泪液，表格中只列出了常见规格，未全部列出，仅供参考。

药品规格,代表每支0.4 mL的滴眼液中含有2 mg羧甲基纤维素钠。为了能够让大家更直观地了解滴眼液的特点,常会用百分比浓度来表示。比如,0.4 mL:2 mg的百分比浓度是0.5%,0.4 mL:4 mg的百分比浓度是1%。

2.规格的区别

OTC人工泪液的规格主要有两种,单剂量包装的滴眼液和多剂量包装的滴眼液。绝大部分OTC人工泪液是单剂量包装滴眼液。单剂量包装的滴眼液每盒有很多支(10支、15支、30支),每支仅有0.4 mL/0.8 mL的滴眼液(0.4 mL一般为8滴)。因为每支眼药水体积很少,一般仅供单眼/双眼一次使用。多剂量包装滴眼液每瓶的量相对较大,每瓶有10 mL,一般可以滴200滴。单剂量包装滴眼液的最大优点就是不含防腐剂。

3.药理作用机制的区别

药理作用机制的区别是这4种人工泪液的本质不同,与它们是如何起作用的密切相关,详见表2。

表2 OTC人工泪液的药理作用机制点

药品名称	药理作用机制
玻璃酸钠滴眼液	玻璃酸钠可与纤维连接蛋白结合,通过该作用促进上皮细胞的连接和伸展。此外,由于其分子内可保有众多的水分子,因而具有优异的保水性
聚乙烯醇滴眼液	属于高分子聚合物,具有亲水性和成膜性,在适宜的浓度下,能起到类似人工泪液的作用
羧甲基纤维素钠滴眼液	能湿润眼部,并在一定时间内保持眼部的水分
羟丙甲纤维素滴眼液	羟丙甲纤维素是纤维素的部分甲基和部分聚羟丙基醚,它可溶于冷水中形成具有一定黏性的溶液,其性质与泪液中的黏弹性物质(主要是黏蛋白)接近,因此可以作为人工泪液来使用

四、如何选择OTC人工泪液

技巧1: 轻度干眼选黏稠度较低的人工泪液,中至重度干眼选黏稠度较高的人工泪液

成分相同的OTC人工泪液,百分比浓度越高,黏稠度越高。因此,0.5%羧甲基纤维素钠滴眼液适用于轻度干眼,而1%羧甲基纤维素钠滴眼液适用于中至重度干眼。

技巧2: 如果每天使用6次以上,优先选用不含防腐剂的OTC人工泪液

OTC人工泪液说明书推荐的用法用量一般为每天3次,每次1滴。《中国干眼临床诊疗专家共识(2024年)》

建议,当需要长期或高频率使用时(每天使用6次以上),最好选用不含防腐剂或所含防腐剂毒性较低的药品。所以,对于每天需要使用滴眼液超过6次的朋友,最好选择不含防腐剂的OTC人工泪液。

另外,使用一段时间后,大家可以根据自己的使用体验进行选择。

五、使用OTC人工泪液有哪些注意事项

1.启用时

单剂量包装的滴眼液打开后,建议使用前将最初的1~2滴舍弃,以除去开封时可能遗留下来的容器碎片。

2.开封后

滴眼液开封后的有效期(使用期限)显著缩短,不再是药品包装上计算得出的有效时间。滴眼液开封后有可能发生污染,虽然里面添加了防腐剂,但是安全起见,多剂量包装的滴眼液开封后28天,建议丢弃——即便药瓶里面还有很多药液,也不要继续使用;更不建议使用开封后闲置了几个月的滴眼液。毕竟,如果滴了这种滴眼液导致眼睛感染,得不偿失。

3.其他注意事项

此外,还需要注意以下几点:

- (1) 佩戴软性隐形眼镜时,请将隐形眼镜摘下后再滴OTC人工泪液。
- (2) 需要使用2种以上OTC人工泪液时,建议至少间隔5分钟。
- (3) 需要同时使用眼膏或眼用凝胶时,应该在使用OTC人工泪液之后使用。
- (4) 每天使用OTC人工泪液最好不要太多,过高的频次可能破坏泪膜的结构,加快泪液蒸发。如果每天使用需超过10次,请在眼科医生指导下使用。
- (5) 单剂量包装的OTC人工泪液开封使用一次后一般需丢弃。

4.这2种OTC人工泪液稍有不同

- (1) 聚乙烯醇滴眼液每次用完后将瓶盖盖好,可以使用一天后再丢弃。
- (2) 多剂量、无气泵的玻璃酸钠滴眼液开封后能使用12周,可在佩戴隐形眼镜时使用;如果需要同时使用其他滴眼液,应于30分钟后再使用。