

# 眼表常見的發炎反應

## 4類結膜炎感染源

文／眼科醫學中心 主治醫師 賴泓茵

眼睛，是靈魂之窗，良好的視覺，提供人類生活的基本能力，也讓我們看見繽紛绚丽的色彩！眼睛如果有感染與發炎反應的產生，除了引起眼部的不適，也會影響到我們的視覺，進而影響生活。

示意圖非當事人

是透明的、黏稠的或化膿性的，視其病因而異。結膜炎的表現，可能以單眼或雙眼同時出現。

### 結膜炎依病因可分4種類型

結膜炎可以根據其病因，區分為以下幾種類型：病毒性結膜炎、細菌性結膜炎、過敏性結膜炎、化學性結膜炎及其他（如真菌性和寄生蟲性結膜炎）：



#### 病毒性結膜炎

是由病毒感染引起，腺病毒是常見的感染源之一。腺病毒結膜炎的症狀可以從輕微無症狀到十分嚴重，潛伏期5到12天。此種結膜炎具有高度傳染性，常見於學校、托兒所等人群密集的場所。

傳播途徑主要是通過接觸被病毒污染的物品，如毛巾、眼鏡或手觸摸眼睛後再接觸其

### 認識常見的眼科炎症：結膜炎

顧名思義，結膜炎指的是眼睛結膜的一種發炎反應。所謂的結膜，是一層透明薄膜，覆蓋在眼白和內眼瞼的部分，具有保護眼球表面和潤滑眼球的功用。

常見的結膜炎症狀包括紅眼、流淚、眼睛癢、分泌物增加、異物感、畏光和脹痛。結膜炎發生的時候，會使結膜血管充血擴張，進而產生紅眼的症狀；此外，眼瞼和結膜因發炎反應而出現腫脹，使患者有異物感及眼球脹痛的感覺。而分泌物的部分，可以

他物品，個人衛生在預防上是十分重要的。治療方面，病毒性結膜炎以症狀治療為主，通常不需要使用到抗生素，但可以使用人工淚液以及冰敷，用以緩解眼睛腫脹的不適。

## 2 細菌性結膜炎

是由細菌感染引起，常見的細菌包括葡萄球菌、肺炎鏈球菌、披衣菌、淋病球菌等。這些細菌可以透過直接接觸或污染的物品傳播，例如毛巾。細菌性結膜炎的分泌物，不同於病毒性結膜炎的清澈水狀分泌物，其分泌物一般為黃綠色黏稠狀。在治療方面，細菌性結膜炎通常需要根據可能的感染菌種選擇合適的抗生素藥水。

## 3 過敏性結膜炎

是一種由過敏原引起的眼部炎症，通常表現為雙眼對稱的發紅、搔癢、流淚和分泌物增加。致病原因主要是由環境中的過敏原（如花粉、塵蟎、毛屑、黴菌等）所觸發的免疫反應。當過敏原接觸到眼睛表面的結膜時，免疫系統會釋放出組織胺以及其他的化學介質，引起局部的發炎反應。

治療上，避免接觸過敏原是根除的主要方法。使用抗過敏藥物如抗組織胺（眼藥水或口服藥）或類固醇眼藥水，可以用來緩解症狀。人工淚液的輔助使用，可以用來沖洗和潤滑眼睛表面，緩解眼睛表面的不適感。

## 4 化學性結膜炎

由化學物質（如清潔劑、煙霧等）刺激引

起，通常與環境因素密切相關。在發生化學性結膜炎的當下，應立即用大量清水沖洗眼睛表面，並至醫療院所尋求診斷與治療。治療上，依其症狀，可能需要使用抗生素藥水以及抗發炎的類固醇藥水；也可輔以人工淚液，潤滑眼睛表面，舒緩眼睛表面的不適。

## 預防從個人衛生做起 並避免環境過敏原

結膜炎的預防與衛教，對於減少感染率和防止傳播至關重要。在預防上，保持良好的個人衛生習慣是預防結膜炎的關鍵。以個人衛生而言，提升個人衛生是首要之務，勤洗手，手部未經清潔不隨意觸摸眼睛；不與他人共用毛巾等私人用品；不隨意揉眼睛，避免手上病原體傳播到眼睛。

關於生活環境部分，避免接觸已知的過敏原，如花粉、塵蟎等；在花粉季節，減少外出或是外出時配戴口罩以及護目鏡；避免長時間處於灰塵較多的環境；保持室內的清潔，常規性清潔床單、被套和窗簾，減少塵蟎滋生。

## 結語

雖然結膜炎是一種常見的眼部發炎反應，但它是一種可以預防也可以治療的眼部疾病。當出現以上提及的結膜炎症狀時，應即時就醫接受治療。但預防勝於治療，最重要的是要養成良好的個人衛生習慣和注意環境衛生，讓自己遠離眼睛常見的炎症，給自己一個舒適明亮的生活！🌞