

淺談紅眼症

文 / 家庭醫學部住院醫師 謝旻珈



謝旻珈醫師檔案

現職：臺北榮民總醫院家庭醫學部住院醫師
 學歷：國立陽明交通大學醫學系畢業
 專長：家庭醫學、預防醫學

「紅眼症」是一種常見的眼睛狀況，可能由多種因素引起。一般而言，紅眼症通常是輕微的且可以自我緩解，但在某些情況下可能會需要治療。

什麼原因會造成紅眼症？

- 眼睛感染（結膜炎、角膜炎、眼瞼炎、虹膜炎）

由細菌、病毒或寄生蟲感染引起，常與手部清潔不佳或者配戴隱形眼鏡相關。症狀包括眼睛紅腫、疼痛、流眼淚、分泌物或視力模糊。需盡速就醫。

- 急性青光眼

為眼壓過高所造成。常為單側眼睛急性紅眼、中度疼痛、視力模糊，可能合併頭痛、噁心想吐，或注視光線有光圈產生。需盡速就醫。

- 結膜下出血

類似眼睛的瘀青，通常無特定致病原因，有受傷、劇烈咳嗽或使用抗凝血劑者較易發生。通常會在眼睛看到局部的微血管，不會痛且不影響視力。熱敷可以幫助改善，通常在一到周被吸收。如果反覆出，且病患有出血性疾病或血液疾病史、使用抗凝血藥物，則須轉診進一步評估。

- 過敏

常見引起紅眼的過敏原有花粉、動物毛髮、塵埃等。好發於季節轉換時，可能伴隨流鼻水、流眼淚等症狀。可以嘗試以冰敷幫助減緩症狀。

- 眼睛疲勞

當眼睛長時間注視螢幕或閱讀書報等活動時，眼睛的肌肉可能會感到疲勞，並伴隨紅眼。

何時該就醫？

大部分紅眼的情形在一兩週內會自行改善，但當出現紅眼症且伴隨不適，都可以找醫師討論。惟須注意，當出現突發性視力減退、嚴重疼痛、怕光、膿樣分泌物、異物掉入眼睛，須盡快就醫，減少不可逆的眼睛傷害。

醫生會進行什麼檢查？

在進行眼部檢查時，醫師通常會評估以下幾個方面：

- 外部檢查：醫師會檢查眼睛的外觀，觀察眼睛的紅腫、分泌物、是否伴隨眼皮腫等情形。
- 視力檢查：檢測視力是否下降、視野缺損，或用筆燈檢視瞳孔反射。
- 眼壓檢查：眼壓過高可能與青光眼有關。檢查時機器會有少量空氣吹向眼睛，請盡量保持睜眼。
- 裂隙燈檢查：可進一步檢查角膜、視網膜等眼睛內部構造，可能會搭配散瞳或螢光染劑。

紅眼要怎麼治療？

醫師會依據可能的紅眼原因建議治療，常見的治療有：

- 冰敷：可降低部分搔癢、疼痛及發炎。
- 眼藥水：例如人工淚液、抗生素藥水或抗過敏藥水。
- 口服藥物：可能會視情況搭配口服藥物，例如抗過敏藥、抗生素等。
- 手術治療：如果有角膜損傷情形，可能需要進行手術治療。

有什麼可以避免紅眼的方法嗎？

如果平常能注意以下狀況，能減少紅眼的發生：

- 勤洗手、少揉眼。
- 隱形眼鏡的清潔。
- 避免接觸有害物質：接觸化學品可能會導致眼睛受傷，請務必佩戴適當的護目鏡。此外，也要注意減少接觸灰塵、花粉等過敏原。
- 避免眼部疲勞：使用電腦或手機，每30分鐘休息10分鐘。
- 健康飲食：保持均衡的飲食，可適量補充葉黃素與胡蘿蔔素。
- 增加飲水量：保持充足的水分攝入有助於保持眼睛和身體健康。
- 戒菸：菸草中的化學物質對眼睛健康有害，因應避免吸菸。
- 定期眼部檢查：定期接受眼科檢查，可以及早發現和治療，預防眼睛疾病的發生。

勤洗手，紅眼症遠離我

紅眼症的症狀有哪些？

- ★眼刺痛
- ★灼熱
- ★怕光
- ★易流淚
- ★有異物感
- ★眼睛產生大量黏性分泌物

健康的小朋友，可以怎麼預防紅眼症？

- 勤用肥皂洗手
- 不揉眼睛 (必需時用乾淨毛巾、小棉棒或衛生紙擦拭)
- 自己攜帶手帕，不與他人共用

如果得了紅眼症，要怎麼辦？

- 趕快去看醫生，注意眼睛分泌物
- 盡量在室中休息，避免出入游泳池等公共場所

多注意個人衛生，就能有效預防紅眼症！

衛生福利部疾病管制署 TAIWAN CDC 疫情通報及關懷專線：1922 <http://www.cdc.gov.tw>



榮總人

Taipei Veterans General Hospital Bulletin

468

112年5月號

我國首座重粒子中心開幕 癌症放射治療新紀元！



臺北榮總籌劃設立我國第一座「重粒子癌症治療中心」，15日舉行開幕儀式，蔡英文總統特別親臨祝賀，並在陳威明院長陪同下與貴賓共同按下啟動柱，象徵我國癌症放射治療進入嶄新紀元，重粒子將成為未來治癌新利器，提供國人多一項治療選擇。

蔡總統表示，北榮重粒子癌症治療中心的開幕，為癌症病人帶來新希望，並完成臺灣放射腫瘤治療「最後一塊拼圖」，充分展現臺灣卓越的醫療實力。