

過敏性結膜炎的照護

Care of Allergic Conjunctivitis

台北榮總眼科門診
護理指導單 No. 11

【本篇學習重點】

1. 做好居家照護，遠離過敏原。
2. 照顧好過敏體質，才能減少過敏發作。
3. 千萬不要自行購買眼藥水，錯誤使用眼藥水會造成視覺受損。

一、什麼是過敏性結膜炎？

眼睛結膜或角膜對於空氣懸浮的過敏原粒子產生過敏，所引起的發炎反應。通常發生在具有過敏體質的病人(例如：鼻炎、氣喘及異位性皮膚炎)。

可分為下述四種類型：

1. 季節性或春季性過敏性結膜炎：盛行於氣候溫暖的地區，通常是病人對植物花粉、孢子產生過敏所引起。常出現在植物花粉或孢子濃度升高的季節。
2. 全年性過敏性結膜炎：此類型大都由灰塵、空汙、黴菌、寵物毛屑、濕冷空氣等過敏原粒子引起。一年四季都可能發生。
3. 異位性角膜結膜炎：通常發生在本身具有異位性體質的病人身上。
4. 巨大乳突型結膜炎：此類型大都因為隱形眼鏡、義眼、眼睛異物或是眼部縫線造成機械性刺激所引起的結膜巨大乳突反應。

二、常見的症狀：(若有下述症狀，請至眼科進一步診治)

輕微時會感覺眼睛乾癢、水樣分泌物，常被誤認為乾眼症；嚴重時會有紅腫、痛、癢、流淚、怕光及灼熱感，結膜充血或水腫。可能同時伴隨鼻子過敏症狀。

三、常見的治療方式：

1. 治療的第一步是先確定過敏原，並加以預防與治療。
2. 物理治療：包括眼部冰敷或冷敷。
可降低眼睛局部溫度，舒緩眼睛灼熱、腫脹、發癢等不適感。不要用力搓揉眼睛，因為會愈揉愈癢，並且造成急性結膜水腫。
3. 人工淚液使用：
經由沖洗眼睛，降低過敏原及發炎因子濃度，改善症狀。但不可用冷水或冰水洗眼睛，會使症狀加劇，甚至可能感染。
4. 藥物治療：
經由眼科醫師診斷，根據病情及臨床反應，給予不同的藥物治療。治療過程會需要較長時間。不可自行在藥房購買眼藥水，以免造成眼睛更嚴重的傷害。

四、照護原則：

1. 對花粉過敏者在花粉多的季節，應避免或減少至戶外活動，必要時使用護目鏡。

避免進出空氣品質不佳的場所。在室內使用空氣濾淨器或除濕機，定期清洗或更換冷氣機過濾網，改善居室環境。

2. 定期清洗被單、床單、窗簾，盡量降低和減少過敏原(例如：蟎)的影響。
3. 配戴隱形眼鏡要注意鏡片的清潔與保養，盡量使用不含防腐劑的清潔溶液，更須定期更換鏡片。一般而言，日拋型隱形眼鏡較不易引起過敏性結膜炎。
4. 過敏體質者有較高機會產生過敏性結膜炎。如病人身體有其他部位的過敏，必須同時治療。
5. 養成規律的生活作息、健康均衡的飲食，並養成運動的習慣以改善身體免疫狀況，減緩過敏發作。

參考文獻

- 余繼鋒、李莉、崔燕輝、劉雯、白雪晴(2016)．學齡前兒童過敏性結膜炎臨床癥狀分析．解放軍醫學院學報
- 吳志翹、許紋銘 (2007)．眼結膜．於許紋銘主編，*臨床實用眼科學* (二版，129 - 140 頁)．台北：合記。
- 黃南、祁姍姍、羅班、王曉龍(2015)．季節性過敏性結膜炎過敏原特點分析及臨床意義．*中國醫藥科學*，6(21)，221-223。
- 蘇娟儀 (2009)．如何改善過敏性結膜炎的不適感．*秀傳季刊*，24 (1)，4 -5。
- 衛生署(2008，6 月 15 日)．*過敏性結膜炎*．2009 年 8 月 3 日取自 <http://tw.Group.knowledge.yahoo.com/pet-001/article/view?aid=4>
- Berger WE, Granet DB, Kabat AG (2017) Diagnosis and management of allergic conjunctivitis in pediatric patients. *Allergy And Asthma Proceedings*, 38(1),16-27.
- Creuzot-Garcher C. (2007). Different clinical forms of conjunctival allergy. *Journal of French Opht-almol*, 30 (3), 288.
- Groot H. D., Brand P. L. P., Fokkens W. F., Berger M. Y. (2007). Allergic rhinoconjunctivitis in Chil-dren. *British Medical Journal*, 335, 985 - 988.
- Marie Louise Roed Rasmussen, Maria D' Souza, Divan Gabriel Topal, Josefina Gradman, Bettina Behrmann Lehrmann, Henrik Fomsgaard Kjær, Line Kessel, Yousif Subhi (2022). Prevalence of allergic sensitization with vernal keratoconjunctivitis A systematic review with meta-analyses. *Acta ophthalmologica*.
<https://doi.org/10.1111/aos.15212>
- Yasuo Yamana, Satoshi Yamana & Eiichi Uchio. (2025). Evaluation on the clinical findings and allergological factors of local allergic conjunctivitis and non-local allergic conjunctivitis. *Scientific Reports volume* , 15. Article number: 12566. <https://www.nature.com/articles/s41598-025-90273-z>

94 年 4 月制定 114 年 4 月修訂
台北榮總 眼科門診 關心您