

别让眼睛过敏



刘晓薇医生
眼科专科医生

一般人都知道皮肤、鼻子过敏症,但你或许没听说过,眼睛也会过敏。眼科专科医生解析各种常见的眼部过敏症及治疗方案,让过敏问题远离你!



眼部过敏是免疫系统对外界物质的过度反应。这些称作致敏物的物质,对一般人无害,但当它们接触到过敏者眼睛肥大细胞中的抗体,该细胞会分泌组胺和其它成分,导致毛细血管渗漏,出现眼部发痒、红肿和湿眼等症状。

眼过敏类型

过敏性结膜炎 (allergic conjunctivitis) 是常见的眼部过敏问题,可分为以下类型:

季节性过敏性结膜炎

季节性过敏性结膜炎 (seasonal allergic conjunctivitis, 简称 SAC) 的致敏物主要为花粉,发作一般有季节性。患者眼下可能出现慢性黑眼圈、眼皮浮肿等。SAC常伴发花粉症所引起的鼻炎症状,如流鼻涕、打喷嚏、鼻塞。眼痒症状令人烦躁,致使患者经常揉搓眼睛,使症状加重或引起感染。

常年性过敏性结膜炎

常年性过敏性结膜炎 (perennial allergic conjunctivitis, 简称 PAC) 是本地发病率最高的眼部敏感问题。顾名思义, PAC常年发作,症状虽与 SAC类似,但一般较轻微。PAC的致敏物主要为

刘医生成人与小儿眼科
专科有限公司
Dr Leo Adult & Paediatric
Eye Specialist Pte Ltd
3 Mount Elizabeth
#10-04 Mount Elizabeth
Medical Centre
Singapore 228510
电话: 6737 8366
www.drleoeyespecialist.com

室内物质,如尘螨、霉菌、宠物皮屑。

春季角膜结膜炎

因为涉及眼角膜,所以春季角膜结膜炎(vernal keratoconjunctivitis,简称VKC)相较于SAC和PAC,属于较严重的慢性眼部过敏症。VKC可常年发作,在有四季的国家,症状或在春季加重。典型症状包括剧烈瘙痒、大量流泪、粘性分泌物增多、眼睛发红、畏光、眼部异物感。该过敏症普遍影响男童与年轻男子,75%患者亦有湿疹和哮喘问题。如果不及时治疗,VKC可损害视力。

特异性角膜结膜炎

特异性角膜结膜炎(atopic keratoconjunctivitis,简称AKC)通常影响老年人,尤其是患有过敏性皮肤症的男性。AKC可常年发作,症状如同VKC,患者甚至可能因粘性分泌物增多,致出现睡醒后眼皮粘在一起的状况。若不及早就医,AKC可造成眼角膜和其细胞膜结疤,危及视力。

接触过敏性皮炎

接触过敏性皮炎(contact allergic conjunctivitis)一般因佩戴隐形眼镜,或粘在隐形眼镜表层的泪水蛋白质所致,症状包括眼睛发红、瘙痒、粘性分泌物增多,以及佩戴隐形眼镜时感觉不适。

巨乳头性结膜炎

巨乳头性结膜炎(giant papillary conjunctivitis,简称GPC)是一种严重的接触过敏性皮炎,可导致上眼皮内膜产生水泡或丘疹,症状包括:瘙痒、浮肿、流泪、粘性分泌物增多、视力模糊、眼部异物感、佩戴隐形眼镜时感觉不舒服。

眼过敏诊断

很多人只治疗鼻子过敏,却忽略发红、发痒和湿湿的眼睛。由于眼部过敏跟一些眼疾的症状相近,因此准确的诊断十分重要。若症状持续或柜台售卖的药物无效,应就医检查。

眼科医生可通过裂隙灯显微镜,查出眼部过敏迹象;病情严重的患者,必须进行结膜刮片,以检测是否存在嗜酸粒细胞(eosinophils);其与多种疾病相关,特别是过敏性疾病。此外,患者可能须接受皮肤或血液检查,以让医生详细了解并诊断过敏程度与原因。

很多人只治疗鼻子过敏,却忽略发红、发痒和湿湿的眼睛。

预防与治疗

早上和傍晚是空气中花粉量最高的时候,尽可能呆在室内,并避免在窗旁摆放风扇,以免将花粉和霉菌吹进屋内。你也可以在车内和家里开冷气,切记冷气机组应时时保持清洁。

你也可换上防尘螨的枕头套、被子、羽绒被、床垫和弹簧床垫,以及定期用热水(至少54

摄氏度)清洗床单。为减少霉菌产生,家中湿度应维持在30%至50%之间。不妨在容易潮湿的地方设置除湿器,并定期清理浴室、厨房、地下室。若发现发霉处,可用清洁剂和浓度为5%的漂白粉溶液清洗。清理地板时应使用湿抹布或拖把,而不是干式除尘或单扫地。

接触动物后,应立即洗手和换洗衣服。如果你对宠物皮屑过敏,避免让宠物呆在屋内或卧房,尤其是晚上睡觉的时候。若家中设有中央空调,应封闭连接至卧房的风道。把毛毯换成硬木板条、瓷砖或油毡,也有助保持无皮屑状态。

外出时,戴眼镜或太阳眼镜可减少花粉进入眼睛,切忌揉搓眼睛,以防刺激眼睛使病情恶化。

过敏性结膜炎可通过各种药物缓解症状和医治病情,其中包括:

- 人工泪液
- 口服抗组胺药
- 外涂抗组胺剂和肥大细胞稳定剂
- 非类固醇消炎眼药水
- 皮质类固醇眼药水
- 过敏注射(免疫疗法)

我们都知道,药物皆可能带来副作用,尤其是口服抗组胺药和皮质类固醇眼药水,因此,患者必须听从眼科医生的建议,进行适当疗程。

