

過敏性結膜炎是眼科門診病患中常見的困擾，成人或小孩都可能受影響，但以小孩居多，特別是具有過敏體質的小朋友更容易發作。事實上，過敏性結膜炎是因為眼睛表面黏膜對於空氣中懸浮的特殊過敏原粒子產生過敏反應所致。病患除了眼睛不適症狀外，同時還可能產生鼻腔過敏症狀，因此臨床上也稱為過敏性鼻炎結膜炎。通常這類過敏性鼻炎結膜炎可大致分為兩類：季節性過敏性鼻炎結膜炎：這類型的過敏主要過敏原是花粉，特別是在夏季花粉熱發作的季節較常見。常年性過敏性鼻炎結膜炎：這類型的過敏主要過敏原可能是塵蹣、動物皮毛、空氣中懸浮灰塵、濕冷空氣、特殊氣味、、、、等。而發作的時機則是一年四季都可能，並不限定在某些特定季節或特別的氣候條件。同時這種常年性過敏所引起的症狀、不適也較季節性過敏輕緩、不會太過難受。過敏性結膜炎，不論是季節性或常年性，急性發作時會結膜紅腫、充血，眼睛發癢、淚眼汪汪模樣，甚至可能輕微影響視力。也可能呈現眼瞼腫脹、眼窩周圍水腫；嚴重者也可能因眼睛發癢而過度揉眼睛，造成更厲害的過敏症狀。在眼科理學檢查則在眼結膜因水腫而呈現乳白色外觀，或因結膜充血而呈現粉紅色水腫模樣，上眼瞼結膜則會有輕微的乳突狀增生，而有眼內異物感覺。因為許多的眼睛疾病都可能出現類似過敏性結膜炎的症狀，在臨床上常常遇到患者自行診斷，甚至自行投藥（不論是西藥、中藥、或民俗療法）的情形，但因為不是對症下藥，不僅不能改善症狀，甚至會造成病情惡化。常見的患者自行療法包含自行泡製食鹽水沖洗眼睛，或是向藥房購買眼藥水治療，這些偏方都可能使過敏症狀或非過敏性眼疾病加劇，甚至產生嚴重後遺症如青光眼、感染性結膜炎、角膜炎，或是更嚴重的眼窩感染、眼內炎等，使視力嚴重傷害，因此不可不慎。目前過敏性結膜炎的治療，第一步是能確定過敏原，並且立即去除過敏原，如此通常都能得到良好效果。然而大多數過敏性結膜炎並不一定能查出確切的過敏原，或是過敏原種類複雜，不易查出。這時首要就是改善生活環境，特別是空氣品質或居處溫度，期使過敏原的影響減輕。當然身體健康狀態的改善，規律的生活作息及健康合宜的飲食都能使身體對抗過敏發作的潛能提高，並減少、減緩過敏發作。物理性治療方式包括眼部冰敷（或冷敷）可降低眼睛局部溫度，減緩過敏細胞活性，減少過敏化學物質釋放來減緩過敏症狀。但是不能使用冷水或冰水（生理食鹽水也不可以）直接沖洗眼睛並降低眼睛局部溫度，因為這樣不僅可能造成過敏症狀加劇，甚至可能造成感染發生。過敏性結膜炎的治療最確實、有效、安全的方法是經由眼科醫師診斷確定後，給予局部過敏細胞穩定劑藥水或抗組織胺藥水治療；症狀嚴重者可以再加上類固醇藥水來減少眼睛過敏、發炎情形。一旦過敏症狀緩解後，則可以逐漸減少用藥，最後在眼科醫師復診確實痊癒，即可停止用藥，並不需要長期用藥治療或預防。因此過敏性結膜炎的治療策略是有彈性的，而不是一成不變。但是不論使用何種方式，都要經由眼科醫師確定診斷後施行，才能使眼睛健康得到最佳保障。至於小朋友的過敏性結膜炎所表現的過敏症狀及眼睛表徵有時甚至比成人還要嚴重。但是只要經由眼科醫師細心、詳實診治，過敏症狀都能很快緩解，不致產生嚴重後遺症。