

眼睛癢與過敏

◎ 康康社區醫療群 / 宏明眼科診所 劉人傑醫師

眼睛癢，揉眼睛，是現代人常見的困擾。過敏？美國醫學協會對其下的定義是：「過敏就是免疫系統的反應不對或者是大過度。」根據調查，過敏性疾病有極大的家族傾向，至於獲得方式則尚未定論。妊娠期中母體備食，乳兒期多哺備食母體的母乳嬰兒容易患過敏症。幼兒備食，常見於動物性脂肪蛋白質攝取過剩的幼兒。

眼睛過敏的反應主要機轉在於結膜有許多肥大細胞（mast cell），其中含有發炎媒介物質肥大細胞的表面有免疫球蛋白E（IgE），當過敏原進入眼部組織時過敏原與免疫球蛋白E結合，就引起一連串細胞生化連鎖反應使肥大細胞釋放組織胺與其他發炎物質，而引起癢、流淚、刺激及水腫等過敏症狀。所以「過敏性結膜炎」是指由過敏原引發的眼睛過敏反應，常會合併有過敏性鼻炎、氣喘及異位性皮膚炎的病史。

常見過敏原及過敏性結膜炎分類：

1. 常年性過敏性結膜炎（Perennial Allergic Conjunctivitis, PAC）：由居家灰塵、黴菌、寵物等過敏原所引起造成長期的不適感及反覆的發作。
2. 季節性過敏性結膜炎（Seasonal Allergic Conjunctivitis, SAC）：通常是由植物的花粉或孢子所引起，出現在特定季節花粉或孢子濃度升高時，發病時大多有季節性而患者亦大多有過敏性鼻炎或氣喘等病史。
3. 春季型角結膜炎（Vernal Kerato Conjunctivitis, VKC）：常發生在氣候溫暖地區的春、夏、秋季；青少年身上男孩的發生機率比女孩高，一般在青春期末後病況多會逐漸緩解。這類病患會有較多黏稠的眼睛分泌物，眼瞼結膜會出現巨乳的發炎反應，在急性期角膜邊緣可見白色點狀物稱為Tranta's dot，角膜可能常合併濕溼性上皮性角膜炎發生，併發潰瘍影響病人視力，常需要長期依賴多種藥物甚至手術治療，或是遷徙至較寒冷的地區。
4. 異位性角結膜炎（Atopic Kerato Conjunctivitis, AKC）：常出現在有異位性體質（如枯草熱、氣喘或濕疹）的病人身上，在病人的臉上常有侵犯到眼瞼的濕疹，眼瞼有發炎的現象，易合併有葡萄球菌的感染。



5.巨乳突結膜炎（Giant Papillary Conjunctivitis，GPC）：由於長期異物刺激導致的結膜炎，與春季型角結膜炎的巨乳突發炎反應類似。一般是在使用隱形眼鏡的患者較常見，其他如義眼、鏡片保存液、眼部繃線等。治療最主要就是停止異物刺激（如停戴隱形眼鏡）症狀就慢慢消失了。

目前過敏性結膜炎之治療，主要是病因控制與藥物治療。病因必須注意牛奶、蛋、魚、內衣、染料、羊毛、洗滌劑、任何過敏原及飲食生活紊亂。常發生在溫差激烈的季節，尤其是全球溫室效應後所帶來的重大改變後，過敏的病患相對增加。藥物治療主要有：

- 1.血管收縮劑：改善眼睛紅的症狀，降低發炎反應。但只能短期使用，長期使用會使病況更明顯。
- 2.抗組織胺（Antihistamines）：抑制組織胺的反應，是最常用且功效亦好的藥物。
- 3.肥大細胞穩定劑（mast cells stabilizers）：可用在預防過敏性結膜炎，急性期較無作用需與其他藥物併用。
- 4.非類固醇性抗發炎藥物（nonsteroidal anti-inflammatory drugs）：抑制發炎物質中的前列腺素（prostaglandins）合成。
- 5.類固醇藥劑（steroids）：短期用於較嚴重的過敏性結膜炎，長期使用可能導致眼壓升高，形成白內障等潛在副作用。
- 6.人工淚液（artificial tears）：可以稀釋或沖去過敏原及發炎因子，減少過敏病徵及舒緩眼睛症狀。

個人提出另一新的食療方式—糙米酵素：攝取酵素原液讓酵素清除代謝過敏原，活化細胞，調節免疫系統，增加抵抗力，即可改善。但須含足量多種醣體及通過美國食品藥物管理局檢驗之產品才能安全有效。

醫師簡介

劉人傑 醫師

雅康社區醫療群/宏明眼科診所

