

百花開 過敏性結膜炎也來了

春天百花盛開，但也正是過敏性結膜炎好發的季節，不少孩子每逢此時便為過敏性結膜炎所苦。據估計，世界上大約20%的人口有眼睛過敏的困擾，而且眼睛過敏和鼻過敏與氣喘一樣，發生率都有逐年增加的趨勢。

「結膜」是一層覆蓋眼白與眼瞼內側的薄膜，當這層薄膜受到細菌、病毒的感染，或是出現免疫性過敏反應而造成發炎時，眼睛會發紅，有刺激感、異物感和灼熱感，分泌物也增加。由於大部分的眼睛過敏都發生在結膜，因此眼睛過敏與過敏性結膜炎幾乎是相通的。

眼睛過敏的主要機轉在於眼瞼及結膜存有許多肥大細胞（mast cell），其

內富含組織胺（histamine）及一些形成發炎反應的介質。肥大細胞的表面有免疫球蛋白E分子（IgE），當受到外在環境中的過敏原刺激，兩個IgE便會連結，促使肥大細胞釋放組織胺與介質，引起過敏反應。

過敏性結膜炎的症狀及病因

各種不同的過敏性結膜炎，臨床表徵差異極大，其共同特徵則包括紅眼、癢、流淚、畏光、灼熱感及分泌物增加。

急性過敏性結膜炎、季節性過敏性結膜炎與全年性過敏性結膜炎，占了過敏性眼睛疾病的絕大部分，這3種疾病常被合稱過敏性結膜炎，分述如下：

- **季節性的過敏性結膜炎：**對空氣中的特定過敏原過敏，最普遍的過敏原就是花粉，一般在樹木、青草的生長季節，以乾草熱的症狀發作。

- **全年性過敏性結膜炎**：過敏原若是家塵或動物皮屑，全年都有可能發作，但症狀比季節性的輕微。
- **急性過敏性結膜炎**：通常是接觸到環境中的過敏原所致，不管有無治療，一般會在1天之內獲得緩解，其症狀輕重與暴露過敏原的多寡成正比。乾眼症的病人因為保護功能較低，接觸過敏原濃度較高，症狀會比較嚴重。

避免接觸過敏原是上上策

過敏性結膜炎治療的目標，包括降低過敏原刺激；穩定肥大細胞，使它不釋放介質；若已釋放介質，則阻斷介質的作用。其中，最重要的當然是避免接觸過敏原。至於藥物治療則包含肥大細胞穩定劑，抗組織胺

和類固醇等。免疫療法（減敏治療）對已知過敏原的過敏性結膜炎有相當療效。

勿以手揉眼睛和自購眼藥水點用

許多患者感覺眼睛發癢或稍有不適，便自行點用從藥房購買的眼藥水，眼藥水若含有類固醇成分，雖可迅速緩解過敏症狀，但長期使用的結果，將導致眼睛抵抗力降低，增加感染機率，甚至造成眼壓上升、青光眼、視神經萎縮等不可逆的傷害。因此這一類的藥物最好在醫師診治監控之下使用，並先以其他抗敏感藥物治療為宜，切勿自行以成藥緩解症狀。

在此也要提醒大家，當眼睛出現了過敏反應，千萬不要揉眼睛，否則手上的細菌很容易侵入，造成眼睛感染。🚫

