

# 認 識 眼 睛 過 敏

視力  
健康

撰文：葉偉權醫生  
香港中文大學眼科中心

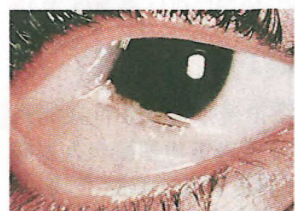
過敏性疾病在香港十分常見，特別是皮膚過敏和氣管過敏。其實眼睛過敏也是非常常見，無論是成人或小朋友都會有機會受到影響。

眼睛過敏又稱為過敏性眼睛（簡稱眼敏感）或過敏性結膜炎，是患者的結膜（覆蓋着眼球白色鞏膜的一層透明薄膜）接觸到過敏性物質（又稱過敏原）所產生的過敏反應。

過敏性結膜炎本身並沒有傳染性，但眼睛發癢是過敏性結膜炎最重要的症狀，其他的症狀包括流眼水、變紅、灼熱、疼痛、異物感、腫脹和刺痛。但是有些小朋友可能不懂得表達，結果經常眼眨，流淚又或是經常搓揉眼睛而被誤會成小動作。

## 與遺傳基因攸關

一個人如果有眼睛過敏症，通常兩隻眼睛都會受到影響，但受影響的程度可能有所不同。另外也有患者會對光線敏感和視力變得模糊。在某些情況下，結膜可能腫脹成水狀或凝膠狀，那時就被稱為「結膜水腫」。



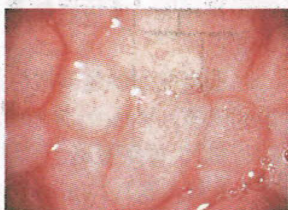
■急性敏感性結膜炎可見結膜水腫及隆起



■螢光劑顯示角膜有磨損



■慢性過敏性結膜炎結膜變成暗黃色及色素沉積



■春季角結膜炎可引致上眼皮內結膜成狀塊

過敏性結膜炎可令患者經常掙眼，長期掙眼甚至可導致角膜受損，對眼睛做成永久性的傷害。

過敏性結膜炎其實很常見和有各種類型，而當中最為常見的就是常出現在春季和秋季的季節性過敏性結膜炎，和令患者長年受到影響的常年性過敏性結膜炎。估計在香港約有20%至25%的人都有不同程度的眼部過敏。另外約有70%患有其他過敏性疾病的人也有眼部過敏的症狀，而當中和過敏性鼻炎的關聯最為密切。約90%至95%的眼過敏症估計為季節性過敏性結膜炎和常年性過敏性結膜炎。

當眼睛接觸到環境中或空氣中的過敏原刺激，從而引起眼敏感。而花粉就是季節性過敏性結膜炎最重要的致敏原，動物皮屑和塵蟎就是常年性過敏性結膜炎最重要的誘因。另外常見的過敏原還有黴菌、灰塵、煙味、動物的毛髮和唾液等。有些人也會對化妝品或環境中化學物質產生過敏。由於有過敏性體質或有過敏性家族病史人士較易受到影響，許多專家也相信眼睛過敏和遺傳基因也有密切的關係。

此外也有一些比較嚴重的眼睛過敏性疾病：如春季角結膜炎和異位性角結膜炎等。這些和氣道過敏、哮喘、過敏性鼻炎、濕疹和皮膚過敏都有着關聯。嚴重的甚至可導致角膜潰瘍，視力受損。

## 治療過敏性結膜炎

過敏性結膜炎的治療方法包括預防、舒緩和藥物治療。對於過敏性結膜炎患者而言，最佳的治療方法就是預防，所以要盡量避免接觸已知的過敏原，保持



■對於過敏性結膜炎患者而言，最佳的治療方法就是預防，所以要盡量避免接觸已知的過敏原，保持家居清潔。

家居清潔。如果是對塵蟎敏感，就盡量避免接觸毛公仔，又要定期清洗冷氣機中的隔塵網。如果過敏原是動物毛屑的話，患者就應該盡量避免與動物接觸以減低刺激眼睛的可能。但如果過敏原是空氣中的灰塵，可以避免的機會便比較低。如果仍然不能防止過敏性結膜炎，在發作的時候對眼睛進行冷敷也可暫時舒緩症狀。

然而，有時也可能需要藥物治療，以達到減輕敏感症對病人造成的影響和不適。常用的藥物包括：1. 人淚水、2. 血管收縮劑眼藥水、3. 抗組織胺眼藥水、4. 肥大細胞穩定劑藥水、5. 抗組織胺和肥大細胞穩定劑雙重作用的眼藥水、6. 非類固醇抗炎眼藥水、7. 類固醇眼藥水、8. 口服抗組織胺劑、9. 口服類固醇。

### 1. 人工淚水

主要是模仿天然淚水的成分，可以用來沖走眼內引起敏感的致敏原，有舒緩和減輕症狀以及滋潤的作用。有些人淚水甚至連防腐劑也有，適合一些非常敏感或眼乾的病患者使用。

### 2. 血管收縮劑眼藥水

市面上一般藥房出售的眼藥水均屬於此類型，由於有收縮血管功效，能暫時使紅筋減退，故常被用作治療眼敏感，但只適合短期使用。因持續使用反而會令敏感情況重現及惡化。也有機會影響心臟和擴張瞳孔等副作用，青光眼患者及心血管病患者應避免使用此類眼藥水。

### 3. 抗組織胺眼藥水

組織胺是引起急性症狀的主要化學物質，故抗組織胺眼藥水可以迅速及有效舒緩眼敏感引致的眼

痕、眼紅、流眼淚等徵狀，效果良好。適合有短暫性眼敏感人士。

### 4. 肥大細胞穩定劑的眼藥水

可以用於預防眼敏感並減輕過敏性結膜炎發作時的症狀，副作用相對少。

### 5. 抗組織胺和肥大細胞穩定劑雙重作用的眼藥水

這是最新一代的二合一過敏眼藥水。這類藥物阻斷組織胺的影響，並防止肥大細胞釋放負責過敏症狀的化學品，可有效預防眼敏感，適合長期患有眼敏感的人士。

### 6. 非類固醇抗炎眼藥水

類似阿士匹靈類的藥物。在香港並不常用，那些對阿士匹靈過敏的病人或不適宜使用這種藥物。

### 7. 類固醇眼藥水

用於治療較嚴重的眼敏感，但長期使用可導致青光眼、白內障等嚴重後果，故必須在醫生的密切監督下使用。

### 8. 口服抗組織胺劑

口服劑一般不及眼藥水般快速見效，而且可引致眼乾等副作用。

### 9. 口服類固醇

通常只有在非常嚴重的情況才需要使用，必須在醫生處方下使用。

所以若經常有眼睛痕癢，眼紅情況，可先嘗試改善生活環境衛生，盡量避免接觸致敏原，如果都沒有進步，就可能要請教你的眼科醫生。

