

眼痒难耐试试这些方法

■ 夏泽梅（云南省中医医院滇池院区眼科）



每到春夏季，不少人会有过敏困扰，出现皮肤红肿刺痛，身心都受到折磨，有的人眼睛也会出现瘙痒难耐，并伴有眼白发红、流泪症状，自行点眼药水也难以缓解症状。这可能是眼睛过敏了，即患上过敏性结膜炎，只有对症下药，才能药到病除。

◆ 什么是过敏性结膜炎

过敏性结膜炎又称为“变态反应性结膜炎”，是结膜对外界变应原产生的一种超敏反应，主要包括 I 型变态反应和 IV 型变态反应。

I 型变态反应所致的过敏性结膜炎最常见，该型呈速发特点，包括季节性过敏性结膜炎、常年性过敏性结膜炎、巨乳头性结膜炎、春季角结膜炎、异位性角结膜炎等；IV 型变态反应所致的过敏性结膜炎呈迟发特点，主要有泡性结膜炎。

◆ 有哪些症状

过敏性结膜炎最常见的症状是眼痒，几乎

所有过敏性结膜炎患者均可出现，其中，春季角结膜炎表现最为明显。

此外，还有流泪、灼热感、畏光及分泌物增加等症状。分泌物多为黏液性物质，一些较严重的过敏性结膜炎，如春季角结膜炎及异位性角结膜炎有时会导致视力下降。

◆ 如何治疗

1. 中药熏蒸治疗

中药熏蒸治疗过敏性结膜炎具有物理冰敷和药物直达病灶的双重作用。如专门针对过敏性结膜炎的熏蒸治疗仪，通过对患者进行准确诊断后，给以清热、润燥、益气、止痒等中药汤剂内服，调整患者机体内环境，配合外用、熏蒸以及针灸、按摩等多种疗法，疗效较好。

2. 冰敷双眼

冰敷双眼可以减少眼部局部血流量，降低敏感性，减少眼部组织水肿，有止痒作用。可选用医用冰袋或凉毛巾。选择医用冰袋时要控制好温度，温度过低会伤及眼部皮肤组织；选择凉毛巾时，建议选择柔软毛巾，并且进行专业消毒、控制好温度，此外，专用毛巾不能与他人共用，在冰敷后要要进行二次消毒。

3. 抗过敏眼药水

临床上，抗过敏的眼药水较多，如果患者眼睛出现过敏症状，可以采用抗组胺类抗炎药、非甾体类抗炎药及糖皮质激素类抗炎药，能有效缓解过敏症状。但部分滴眼液长期使用会有副作用，建议患者在医生指导下规范用药。📖