

# 流行性結膜炎之居家保健

## ◆ 定義

結膜是眼球最外邊表層的部份，所以很容易受到感染。通常是受到病毒感染，結膜發炎充血者為急性結膜炎，即俗稱之紅眼睛；如果同時侵犯到角膜者，稱急性角結膜炎。一年四季均可能發生，以夏季最多。

## ◆ 感染原因

1. 主要是由接觸傳染方式感染，如病人之手、眼睛分泌物、公用毛巾、臉盆、水龍頭、門把等。
2. 公共游泳池如果消毒不完全，也是病媒聚集的場所。
3. 學校、家庭、工作場所，甚至是醫療院所，均有可能造成流行。

## ◆ 感染有那些症狀？

1. 結膜因充血而呈鮮紅，輕度灼熱、異物感。
2. 眼睛產生大量黏性分泌物，不易睜開眼睛。
3. 合併角膜炎會有刺痛、灼熱、異物感，且會畏光、易流淚及影響視力。
4. 偶爾有出血或偽膜的現象，耳前淋巴腺腫大，具壓痛感。

## ◆ 預防結膜炎感染及居家照護的方法：

1. 儘量避免與流行性角結膜炎病人接觸。
2. 注意雙手清潔，應經常用肥皂徹底地洗手。
3. 不要用手揉眼睛，必要時用乾淨的毛巾或衛生紙擦拭。
4. 不可用公共場所的毛巾擦眼睛；流行期間，儘量避免去公共泳池游泳。
5. 用自己專用的臉盆、毛巾盥洗，不要借用別人的眼藥水、眼鏡。
6. 按照醫生處方用藥及休息，同時減少外出，並避免強光刺激眼部。
7. 冰敷可緩和紅腫熱痛等不適症狀。

製作單位：OPD  
製作日期：97.08  
修訂日期：113.06  
DL-02-1-006

