

# 结膜炎的治疗和预防方法

▲ 广西壮族自治区南宁市第二人民医院 黄炳护

结膜炎是眼科疾病中常见的一种。由于大部分结膜与外界直接接触,因此容易受到周围环境中感染性(如细菌、病毒、衣原体等)和非感染性因素(外伤、化学物质及物理因素等)的刺激,且结膜的血管和淋巴组织丰富,容易发生炎症,自身及外界的抗原也容易使其致敏。

## 结膜炎的原因

结膜炎是指结膜组织出现的炎症,以结膜血管扩张、渗出及细胞浸润为特征,临床上分为急性结膜炎和慢性结膜炎。发病时有眼异物感、烧灼感、痒、流泪等,累及角膜时出现畏光、疼痛。

**致病因素** 微生物感染(细菌、病毒及衣原体等),物理性刺激(风沙、粉尘、紫外线等),化学性损伤(药物、酸碱、毒气等),其他(如机械性刺激、屈光不正等)。

**常见原因** (1)不注意用眼卫生,手上的细菌揉到眼睛里;(2)在水质不干净的公共泳池游泳;(3)长期处在不良环境中,如毛发、花粉、皮屑等过敏原或接触化学物品、风沙、烟尘等刺激性物质;(4)近期患有感冒或者肺结核、梅毒等一些基础疾病,免疫力下降;(5)佩戴隐形眼镜,不注意隐形眼镜卫生,这是引起细菌性结膜炎的因素;(6)吸烟、喝酒、熬夜、压力大都是有害身体的行为,会使身体免疫力下降,导致结膜的自我防御能力下降。

## 急性结膜炎的症状

在结膜炎中,急性细菌性结膜炎又称急性卡他性结膜炎,俗称红眼病,是细菌感染所致的一种常见的急性传染性眼病,



具有流行性。结膜炎一旦发生,患者的眼睛就会发红,还会有畏光、眼痒、疼痛以及分泌物增多等症状发生,甚至还会引发其他更为严重的疾病出现。因此,我们平时就应该对性结膜炎有一定的了解,这样才便于做好预防。

在急性结膜炎患病早期,患者会感到双眼发烫、烧灼、畏光、眼红,自觉眼睛磨痛,像进沙子般疼痛难忍。紧接着,患者眼皮红肿、畏光、流泪。早晨起床时,眼皮常被分泌物黏住,不易睁开。有的患者结膜上出现小出血点或血斑。其分泌物呈黏液脓性,有时在睑结膜表面形成一层

灰白色假膜,角膜边缘可有灰白色浸润点,严重的可伴有头痛、发热、疲劳、耳前淋巴结肿大等全身症状。

急性结膜炎一般不影响视力,如果大量黏液脓性分泌物黏附在角膜表面时,可有暂时性视物模糊或虹视(眼前有彩虹样光圈),一旦将分泌物擦去,视物即可清晰。如果细菌或病毒感染影响到角膜时,则畏光、流泪、疼痛加重,视力也会有一定程度的下降。

## 治疗方法

**点眼药水** 急性结膜炎为自限性疾病,治疗主要以滴眼药水为主。患者需遵医嘱抗生眼药水滴眼。眼药水是眼科最常用的眼药剂型,使用前要查看眼药水是否过期,包装是否破损,是否有污染。滴眼药水时,患者眼睛要向上方看,轻轻扒开下眼睑,把眼药水滴入下方结膜囊内,一次1滴即可。第2次再滴的时间,要至少间隔5 min,这样眼药水不会被冲出眼外。滴药后,患者要按压泪囊部,以及轻轻闭眼数分钟,可以减少药物从泪道排泄,增加眼部吸收,减少全身不良反应的发生。睡前可使用抗生素眼膏。当结膜囊分泌物多时,需遵医嘱,用生理盐水或硼酸水进行冲洗,局部冷敷,切忌热敷患眼。

**口服药物** 患者需遵医嘱,口服药物。

**消毒隔离** 传染期间应注意隔离,不要串门,暂时不去幼儿园等地。要注意使用过的毛巾、手帕和脸盆等物品要煮沸消毒,晒干后再用,并准备患儿专用的洗脸用具。

## 预防方法

**保持用眼卫生** 预防结膜炎的关键在于保持用眼卫生。在日常生活中,要注意避

免随意用手揉揉眼睛,每天都要经常洗手,可以使用温和型湿纸巾擦拭。在洗脸时,最好使用流动清水,毛巾及手帕等密切接触眼部的用品要避免与他人共同使用,且要养成经常清洗消毒的良好卫生习惯,可全面防止细菌或类似致病体入侵感染。

**避免受到强光刺激** 对于结膜炎患者,眼睛能承受的外部刺激性要弱于正常人。因此,患者需要尽可能避免眼睛受到强烈的光刺激。

**少到公共场所活动** 在结膜炎流行多发季节,患者应该尽可能少到人群密集的公共场所里活动,以便能预防交叉感染。暂时不要去公共游泳池游泳,尤其是抵抗力相对较弱的小孩子,要防止去大型游乐场等客流量较大的环境当中,否则可能会导致结膜等部位受到感染而发病。

**佩戴保护眼镜** 对于工作环境条件较差的从业者,如多风或存在有尘烟、有害化学物质等,就容易对眼睛中的结膜产生不良刺激。此时就最好佩戴保护眼镜,可以起到防止感染的目的。

**定期做眼科检查** 定期到正规眼科门诊做眼部检查,有助于随时了解结膜及眼部组织状况,可以及时发现是否存在有炎症感染的不良情况。因此,建议患者要每隔一段时间让专业眼科医生详细检查一次,以做到早发现早治疗。

**避免密切接触** 由于结膜炎具有一定传染性,故在身边有被确诊的患者时,就要注意保持安全距离。在其未痊愈期间需要严格防止密切接触,必要时可实施单独隔离处理。

**养成良好的生活习惯** 患者要保证充足的休息。长时间稳定的睡眠能够有效地保护眼睛,还能增加自身免疫力。

# 白内障的症状和治疗方法

▲ 河南省濮阳市人民医院 赵倩

“眼睛是心灵的窗户”,而白内障是全球“头号”致盲性眼病。本文介绍白内障的原因和治疗方法。

## 白内障的原因

老化、遗传、局部营养障碍、免疫与代谢异常、外伤、中毒、辐射等各种原因,都能引起晶状体代谢紊乱,导致晶状体蛋白质变性而发生混浊,从而产生白内障。此时,光线被混浊晶状体阻挠无法投射在视网膜上,导致视物模糊。

白内障是中老年朋友常见的眼科疾病,发病率随年龄增长而升高,最突出、最常见的表现就是视力下降。需要注意的是,白内障的视力下降是无痛的、缓慢的、渐进性的,因此不容易察觉。

## 白内障的发病年龄

在日常生活中,我们最常见到的是老年性白内障。老年性白内障又叫年龄相关性白内障。顾名思义,患病的人群多是老年人,它的发生与年龄增长有很大关系。有一句话是“只要生存的时间够长久,人

人都会得白内障”。这句话不能说是完全正确,但确实老年性白内障随着年龄增加,其患病率也明显增高。

老年性白内障的发病年龄多在50岁以上。当然,临床上经常见到80岁,甚至90岁以上的老人,白内障并不严重,视力完全可以满足日常生活需要,不需要手术治疗。

## 白内障的症状

老年性白内障多表现为视力模糊。患者往往觉得看东西不清楚、不疼不痒的。患者往往主诉:“看不清公交车是几路,看不清邻居的脸,让邻居觉得我没礼貌,见面不打招呼、不理人。”如果家里老年人出现上述症状,就需要来医院就诊,确定一下是不是患了白内障,需不需要手术。

白内障到一定程度需要进行手术治疗。因为白内障手术是择期手术,并不是急诊手术,所以就诊时间段比较宽,本周和下周就诊差别不大,大多数病例并不会因为一、两周的时间有较大的影响。不过,也有一定比例的患者,他可能合并其他眼

科疾患,比如青光眼、黄斑变性、黄斑裂孔、糖尿病高血压引起的视网膜病变等。这些病也表现为视力下降,如果患者误以为是单纯白内障而没有及时治疗,往往贻误病情,错过这些疾病的治疗时机。

## 白内障的治疗方法

目前,治疗白内障的唯一有效方式仍然是手术治疗。药物治疗尚处于研究探索阶段,部分药物可减缓早期白内障的发展,但不能从根本上治愈。通过手术,医生可以摘除混浊的晶状体,并植入人工晶体代替原来的晶状体,使外界进入眼球的光线不再被遮挡,从而获得清晰的视觉。

人工晶体是人工合成材料制成的一种特殊透镜,其性能极为稳定,有着良好的生物相容性,能长期为眼组织所耐受,一般情况下都可以终生使用。人工晶体的作用是使外界的光线聚焦在视网膜上。若不植入人工晶体,则术后眼睛呈高度远视状态,裸眼视力会很差,看远看近都很难获得清晰的视觉。

目前主要的手术方式是白内障超声乳

化摘除+人工晶体植入术,通过超声波把混浊的晶状体粉碎后吸出,再植入人工晶体。该手术切口小,组织损伤少,操作时间短,视力恢复快。初期的白内障仅需较小能量的超声波即可击碎,因此早期手术损伤更小,恢复更快。严重的白内障需要使用高强度的超声能量,容易造成角膜过度损伤,引起术后角膜水肿,甚至长期角膜失代偿。因此,早期手术通常术后效果更好。

