



## 紅眼症（結膜炎） Pinkeye (Conjunctivitis)

### 甚麼是紅眼症？

紅眼症，又稱結膜炎（conjunctivitis），是常見的兒童疾病。紅眼症指眼球表面薄膜及眼瞼內側發炎，一般由病毒或細菌引起，易在人與人之間傳播。

過敏、空氣污染或受其他物理或化學物刺激亦可導致紅眼症。本 HealthLinkBC 文檔中提供的資訊係與感染所致紅眼症有關。

### 紅眼症有何徵狀？

紅眼症一般會令眼白變粉或變紅，並使患者流淚、眼睛發紅和瘙癢，有時還會出現眼瞼腫脹。膿或濃重的眼眵可使眼瞼緊黏，尤其在患者入睡後。將面巾用溫水蘸濕，然後把面巾輕按眼上，有助拭去乾硬的眼眵。

### 紅眼症是嚴重的病症嗎？

紅眼症一般只是輕微感染，對健康並無大礙，通常在 7-10 天內便自行消退。

但有時也會發生較嚴重的紅眼症感染。如果徵狀惡化，便要求診。您的醫護人員會確定病情是否嚴重，可能會為您開具處方抗生素眼藥水或藥膏。

如果孩子患有紅眼症，醫護人員會向您告知孩子是否可以返回學校或日託中心，還是應該留在家中。如果醫生開具了抗生素，孩子應在開始接受治療後，留在家中至少 24 小時，並須按時服用抗生素藥物，直至服完所有療程的藥物。

### 紅眼症如何傳播？

細菌或病毒感染引起的紅眼症極易傳播。家中如有一人感染紅眼症，可以在短短數天內傳染多名家人。當患者接觸過自己的膿或眼眵後再觸摸他人時，紅眼症便會傳染。此外，接觸了感染者眼睛的分泌物後再觸摸自己的眼睛，亦會受到傳染。

接觸曾被患者眼睛分泌物污染的物件（如紙巾、面巾、毛巾或眼藥水瓶的滴管），亦可能感染紅眼症。此外，導致紅眼症的細菌或病毒也會經患者咳嗽或打噴嚏時噴出的飛沫進行傳播。

### 我怎樣才能遏止紅眼症傳播？

患紅眼症的孩子和其他家人均應遵守嚴格的衛生措施。在被確診患上紅眼症後的 10 天之內，或患者眼睛仍然呈現紅色期間，全家人都應實行這些措施。

以下是一些有效的措施：

- 每日用肥皂和溫水洗手數次。要瞭解有關洗手的更多資訊，請參閱 [HealthLinkBC File #85 洗手：防止病菌傳播](#)。
- 不要揉擦或觸碰受感染的眼睛。如果只有一隻眼睛受感染，應格外小心，切勿觸碰另一隻眼睛。觸碰受感染者的眼睛或臉後，要立即洗手。
- 每天清潔受感染眼睛的分泌物兩次。用濕潤的紙巾，以貼近鼻樑的眼角為起點，向外抹一次，再換一張新的紙巾抹乾。切勿觸碰沒有受感染的眼睛。

- 以抹手紙取代面巾及毛巾來清潔並抹乾雙手及面部。如果這一方法對您來說不可行，便要確保其他人不會使用受感染者的毛巾及面巾。
- 應將感染者用過的毛巾、面巾和床單與家人的其他衣物分開洗滌。使用洗衣粉，並將水溫調至最熱的一檔來清洗患者用品，然後置入乾衣機內烘乾。

紅眼症患者應等到眼睛不再發紅、刺痛或有分泌物之後，再開始配戴隱形眼鏡或在眼部使用化妝品。病徵初發期間使用過的所有眼部化妝品都應丟棄。感染治癒後，務必按照眼部護理專業人士的建議小心清潔隱形眼鏡和眼鏡盒，其後方可使用。

### 如何治療？

紅眼症通常會自行消退。然而，您的醫護人員也許會開具抗生素眼藥水或眼膏，以治療細菌性紅眼症。

切記，使用眼藥水或藥膏前後，均需洗手。

### 使用眼藥水

使用眼藥水時，遵循以下步驟：

- 滴眼藥水前，請確保滴管清潔。
- 滴眼藥水時，要避免滴管接觸眼球、眼瞼或其他表面。
- 滴管用後必須放回藥水瓶。
- 輕輕將下眼瞼往下拉，使其形成小口袋狀，然後向上看（或讓您的孩子向上看）。將眼藥水滴入這個小口袋中，避免眼藥水流失而造成浪費。
- 另一個方法是把眼藥水直接滴在眼白上，因為眼白部分不及瞳孔和有色部分敏感。

- 可以將拿著眼藥水的手擱在前額，以保持其穩定。
- 每次只需一滴。
- 把眼藥水存放在冰箱內，經冷藏的眼藥水接觸到眼球時，使用者便會立即有感覺。
- 眼藥水滴入眼睛後，閉目一至兩分鐘，不要眨眼，這有助於藥水發揮功效。

### 使用眼部藥膏

藥膏較難直接塗到眼球上。您不妨把藥膏塗在眼睫毛上，藥膏最終會溶化並進入眼睛。如果您的孩子對在眼內使用藥膏感到驚慌，這個方法會相當奏效。



BC Centre for Disease Control  
An agency of the Provincial Health Services Authority