

掙眼掙唔停 眼發炎點做好？



<https://www.shutterstock.com/zh/image-photo/allergic-child-rubbing-eyes-room-2148421999>

撰文：張傑醫生

每個孩子都有自己的特性。作為父母未必能夠從他們的表情、行為和發聲便知道孩子想表達的東西。就以孩子打瞌睡的反應，每個人的表達形式也有不同，有的人會大哭；有的人會發脾氣；有的人會揉眼睛，或是其他各種各樣的反應。在眾多的反應中，在筆者醫生的立場，最不要得的習慣是「掙眼」。因為這很容易會引起發炎的情況。

眼睛發炎非雙手不潔淨所導致？

有趣的是，發炎不是因為孩子雙手不潔淨，而是其他原因。原來，在這情況下，發炎起初不是因為細菌的引起，而是因為眼睫毛附近的分泌腺體阻塞所致。在手部摩擦眼睛時，原本暢通的腺體出口會被外來的壓力所破壞，令油脂因不能夠被排出而在腺體內造成壓力，繼而引起發炎反應。這種發炎反應的表面上與一般細菌性發炎無異。而分別在於在這情況下，用上抗生素（外塗和口服）都沒有作用。而較正確的方法是使用熱敷，目的是讓熱量加通阻塞的出口，令炎症慢慢消失。



<https://www.shutterstock.com/zh/image-photo/asian-baby-girl-eye-swell-allergy-383357800>

如何治療眼癢？

要治療已出現的眼癢，除了看醫生外，最基本的方法是，如上述，可用熱敷。選擇可重複加熱的熱敷包或使用微熱的毛巾。每天分 3 次，按敷 5 分鐘。至於會否需要使用抗生素，醫生會自行判斷。但是一般基於以下幾個原則：

- 眼癢的發炎程度會否超越一般的個案
- 結膜有否相關細菌發炎的情況
- 眼周圍組織有否紅腫和疼痛
- 孩子能否控制自己擦眼睛，以減少細菌發炎的可能

患上眼炎應及早醫治

倘若控制不了發炎的情況，腫粒可能未能自行消失。這時候，手術式放腫是必須的做法。聽起來，雖然有點恐怖，但是其實過程只是很簡單的步驟，而且只需要局部麻醉。所以，父母只需跟從醫生的建議便可以放心。



<https://www.shutterstock.com/zh/image-photo/little-girl-get-cold-blow-her-572401480>

說到尾，我們最怕不是孩子的雙手骯髒，而是怕他們不停揉的動作。如果是因為鼻敏感、眼敏感和濕疹引起眼炎的話，父母必須正視。家長要用藥時就放膽用藥，不必拘泥於用藥多久及未必會出現的副作用。