

▼陳迅傑醫生提醒，五歲以下的孩子免疫力較低容易感染。



夏日炎炎，容易滋生病毒。小朋友突然變得「眼紅紅」？有可能是患上結膜炎（俗稱紅眼症）。當小朋友經常揉眼，就會令手上的細菌跑到眼睛中；而不小心接觸致敏原，孩子亦有機會患此病。家長們切勿忽視結膜炎的威力！今期《兒童健康》邀請到香港大學眼科學系名譽臨床副教授陳迅傑醫生，詳細介紹兒童患紅眼症的成因、治療方法，以及預防守則，教家長更好的照顧孩子，使其免受紅眼症的困擾。 教育佳記者 鍾怡



小朋友常揉眼，容易染上紅眼症。

# 手多多 眼紅紅

## 揉眼招紅眼症 炎夏易傳染



▲紅眼症特徵為受感染眼睛會流出黏稠的白色或黃色分泌物。

### 預防紅眼症貼士

- 保持良好的個人衛生
- 揉擦眼睛前要洗乾淨雙手
- 觸碰口罩後不要揉眼睛
- 接觸扶手、門把等公共設施後要即時拿肥皂洗手，搓手最少20秒
- 咳嗽或噴嚏後手上也有很多分泌物，要立即清潔雙手
- 不要和別人共用毛巾、紙巾



▲雙手易沾染病菌，謹記勤洗手。

結膜炎，是指覆蓋着眼瞼內方及眼球表面的薄膜發生炎症。結膜炎有感染性及過敏性兩種成因。其中，感染性結膜炎，是由細菌或過濾性病毒感染所引致。細菌性結膜炎可以由多種細菌引起，當中以流感嗜血桿菌和肺炎鏈球菌最常見；而病毒性結膜炎通常與上呼吸道感染有關，主要病原體為腺病毒及腸病毒。

### 游泳易染病毒

陳醫生表示，「疫情之下，小朋友們長期戴口罩不舒服，會不經意間用手觸碰口罩，手上就會沾染很多細菌、病毒。當孩子們用手揉擦眼睛時，就會將細菌、病毒帶到眼睛上。另外，若小朋友在接觸到紅眼症病人的眼睛或眼睛分泌物後，沒有即時清潔雙手而觸碰眼睛，也有可能受到感染；在受污染的游泳池游泳，或接觸受病毒污染的毛巾、玩具等都有機會受感染。「任何人均有機會染上此病，尤其是五歲以下的孩子，會因為免疫力較低容易感染。」

陳醫生說，過敏性結膜炎則是因為小朋友不小心接觸到致敏原，例如海鮮、堅果等食物；又或者塵蟎、花粉、動物毛等物質。所幸過敏性結膜炎不會傳染，患兒只需找到致敏原便可對症下藥。

兒童若患紅眼症，最明顯的症狀是眼白的地方因發炎而變紅。陳醫生說，紅眼症患兒一般雙眼都會受到影響，但通常其中一隻眼睛會首先出現病徵，主要特徵為受感染眼睛會流出黏稠的白色或黃色分泌物、眼睛紅腫、畏光等，常

伴痕癢和疼痛。

細菌性結膜炎的潛伏期為1至3天，病毒性結膜炎的潛伏期則為1至12天。而過敏性結膜炎只要接觸致敏原，隨時都能發作。

一般情況下，紅眼症患兒的視力不會受影響。陳醫生說，除非患者大力揉擦眼睛而令眼角膜受損，又或病毒、細菌感染至眼球或眼角膜，才有機會令角膜感染，從而影響視力。

### 冰敷緩解痕癢

若發現孩子患病，家長要帶孩子立即就醫。陳醫生說，若患者屬感染性結膜炎，醫生會開抗病毒性眼藥水、眼藥膏或口服抗生素。如果是過敏性結膜炎，醫生會開抗組織胺的藥物，可以緩解患兒敏感、痕癢的感覺；或開一些類固醇的眼藥水、眼藥膏。

陳醫生提醒，患兒使用眼藥水、眼藥膏，一般都需要一、兩個星期才會慢慢變好，家長不要操之過急。此外，對於過敏性結膜炎患兒來說，除了用藥緩解眼睛痕癢，家長還可以用凍毛巾幫孩子冰敷。防止患兒因大力揉擦眼睛而引起角膜破損、或其他感染。

陳醫生補充，兩類結膜炎患者都需注意個人衛生，保持充足休息，以及利用醫生處方的濕紙巾清潔眼睛。由於感染性結膜炎具傳染性，所以患兒應該至少停學一周，以及不去人多擠迫的地方。

在日常生活中，家長要將患兒平日用的毛巾、面巾及枕頭套等家居用品分開放置，以免傳染病毒給家人。

