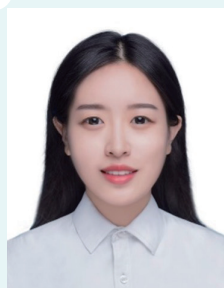




眼病中的“季节限定”： 过敏性结膜炎

文 / 大连医科大学附属第二医院 刘美伸



刘美伸 主管药师。
曾获中国药学会“科普之星”，多次参与药学科普视频的制作和科普宣教工作，致力于向公众普及合理用药知识，为患者用药安全保驾护航。

春回大地，万物复苏，这本是令人愉悦的时节，可不少人却被双眼红肿、奇痒难耐所困扰。小张就是其中之一——每逢花开，他的双眼就像进了沙子，出现眼痒和眼睑肿胀的症状，严重影响工作和生活。这种反复发作的“眼痒眼红”，正是过敏性结膜炎的典型症状。那么，什么是过敏性结膜炎？该用什么药治疗？下面由药师为您解答。

一、什么是过敏性结膜炎

过敏性结膜炎是眼部的过敏性疾病，是眼结膜接触花粉、灰尘、动物毛发、化妆品成分等“过敏原”后引发的超敏反应。这种眼病很常见，平均约每5人中就有1人患病，有过敏体质或家族过敏史的人更容易患病。春季是过敏性结膜炎的高发期，空气中的花粉是主要“元

凶”。部分患者还会伴有过敏性鼻炎、支气管哮喘或特应性皮炎，出现打喷嚏、流鼻涕、皮肤起疹子等症状。

二、过敏性结膜炎的分类有哪些

1. 季节性过敏性结膜炎

主要由花粉、柳絮等季节性过敏原引起，春秋季节高发。患者常突发剧烈眼痒，双眼结膜充血，水样分泌物增多，眼睑轻度肿胀。过敏季节结束后症状通常会自行缓解，但次年可能复发。

2. 常年性过敏性结膜炎

尘螨、霉菌孢子、动物皮屑等全年存在的过敏原是“罪魁祸首”，常见于长期暴露于室内过敏环境的成年人。患者眼部症状相对温和，但会反复出现，主要表现为持续性眼痒，有异物感，结膜轻度充血，分泌物少且黏稠，常伴有慢性过敏性鼻炎。

3. 春季角结膜炎

好发于5~20岁的青少年男性，在湿热地区发病率较高。病因复杂，可能与花粉、尘螨过敏以及气候有关。症状严重，表现为剧烈眼痒、畏光、灼烧感，严重时可能出现眼睑痉挛，睁眼困难。

4. 特应性角结膜炎

这是一种慢性重症过敏性眼病，常见于患有特应性皮炎（湿疹）的青少年和成年人。患者眼痒剧烈，夜

间更明显, 还伴有眼红、流泪、结膜充血水肿, 分泌物黏稠, 晨起时眼角有白色丝状分泌物。

5. 巨乳头性结膜炎

由机械刺激和过敏反应共同导致, 常见于长期戴隐形眼镜 (尤其是软性镜片) 的人群。患者上眼睑结膜会出现直径超过1 mm的“鹅卵石样”乳头增生, 晨起时黏稠分泌物增多, 戴隐形眼镜后异物感加剧, 还会出现眼红、视力波动。

三、眼睛痒就是过敏性结膜炎吗

眼睛痒不只是过敏性结膜炎的症状, 也可能由其他眼部疾病引起。比如, 感染性结膜炎眼痒轻微, 疼痛更明显, 细菌感染时分泌物为脓性, 病毒感染时为水样, 一般单眼先发再传染; 眼干燥症眼痒程度轻, 主要是干涩感, 分泌物无或少量黏丝状, 双眼发病, 无全身症状; 而过敏性结膜炎眼痒剧烈, 揉眼难以缓解, 分泌物为水样或黏稠状, 双眼同时或交替发病, 伴有过敏症状。

四、过敏性结膜炎的危害有哪些

过敏性结膜炎不仅会带来短期不适, 还会影响眼部健康和生活质量。患者因眼痒频繁揉眼, 可能损伤角膜, 导致角膜上皮脱落甚至溃疡, 严重时会导致视力模糊, 引发感染性角膜炎, 增加不可逆视力损害的风险。若病情迁延不愈, 慢性炎症会使结膜组织异常增生, 形成突起或瘢痕, 少数患者会发展为严重亚型, 炎症波及角膜, 影响视功能。

五、如何治疗过敏性结膜炎

1. 避免接触过敏原

对尘螨敏感的人, 要注意清洁和螨虫防治, 选择防螨织物制品, 定期曝晒床品; 花粉过敏者在传播高峰期要关窗, 外出时佩戴护目镜和口罩, 空气质量差时缩短户外活动时间。另外, 保持眼部卫生, 配合冷敷, 也能缓解眼痒等不适症状。

2. 药物治疗

过敏性结膜炎一般以眼局部用药为主, 目的是控制症状。主要药物包括抗组胺药、肥大细胞稳定剂、抗组胺药及肥大细胞稳定剂双效药物、糖皮质激素和免疫抑制剂等。

(1) 抗组胺药: 局部用药适用于轻至中度的过敏性结膜炎, 起效快, 适合急性期患者, 如依美斯汀滴眼液。严重或频发患者可联合口服抗组胺药, 但起效慢, 对已发作的病情疗效欠佳。提醒: 眼干燥症患者口服可能加重眼部不适, 闭角型青光眼患者慎用。

(2) 肥大细胞稳定剂: 起效慢, 需3~5天才能达到最佳效果, 适合用于发作期间控制病情或过敏季节前预防使用, 如色甘酸钠滴眼液、吡嘧司特钾滴眼液等。

(3) 抗组胺药及肥大细胞稳定剂双效药物: 首选药物, 兼具拮抗组胺和稳定肥大细胞膜的双重作用, 适用于控制急性发作期的炎症反应和间歇期的炎症反应活化, 如盐酸奥洛他定滴眼液。

(4) 糖皮质激素药物: 适用于病情严重和反复的患者, 如氟米龙滴眼液。提醒: 使用时要遵循短期、规范原则, 同时必须在医生的指导下使用, 避免不良反应。

(5) 免疫抑制剂: 作为替代方案, 用于对糖皮质激素不耐受的重度患者, 如他克莫司滴眼液、环孢素滴眼液。

(6) 其他药物: 人工泪液可缓解眼睛干涩, 安全性高, 适合特殊人群, 如玻璃酸钠滴眼液。缩血管药物可缓解部分症状, 但通常不常规使用。非甾体抗炎药适用于部分轻度季节性过敏性结膜炎, 对急性期疗效有限, 如普拉洛芬滴眼液。

3. 其他治疗

伴有难以愈合的角膜上皮缺损或溃疡的患者, 可根据情况选择绷带镜、羊膜覆盖或手术治疗。

六、如何预防过敏性结膜炎

保持居家环境清洁, 打扫卫生, 减少灰尘, 注意通风, 勤换床品, 清除虫螨。减少隐形眼镜佩戴, 若需要戴, 选择高透氧材质, 缩短佩戴时间并严格清洁镜片。注意手眼卫生, 勤洗手, 勤洗脸, 不揉眼睛。锻炼身体, 增强体质, 补充富含维生素C和维生素E的食物, 提高抗敏能力。

七、总结

过敏性结膜炎在春季高发, 会引发多种不适, 盲目用药还可能导致视力损伤。大家要从生活细节入手, 科学防治, 远离过敏原, 注意清洁, 合理用药, 及时就医, 共同守护“心灵之窗”的清澈明亮。 