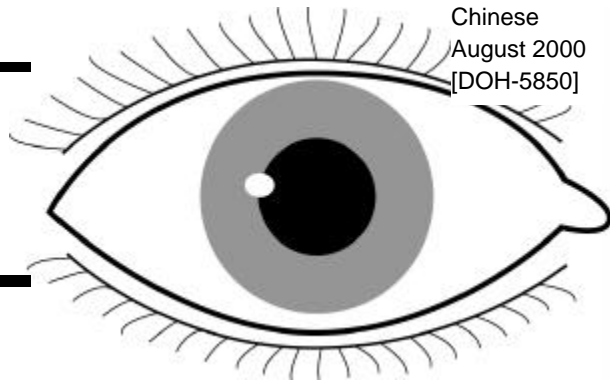


# 眼

# 炎

**REVIEWED**  
January 2005  
NSW Multicultural Health Communication Service



## Blepharitis

### 何為眼炎？

眼炎，即眼瞼慢性發炎，是一種令人苦惱的常見疾病。症狀可能較輕，只是眼瞼感覺有砂狀異物並且感到疼痛(最常見的類型)。也可能較為嚴重，會引起眼瞼變形，造成眼睫毛向內生長。

眼炎通常伴隨有皮膚乾燥，例如濕疹和牛皮癬。如果有眼炎，眼瞼上的麥粒腫會更為常見得多。

### 是否能夠治癒？

眼炎要治癒是不可能的，但是可以通過一些機械方法和醫學方法來減輕症狀。治療的目的在於：

1. 保持眼瞼清潔？洗去外皮和鱗屑是很重要的。
2. 治療炎症 — 給眼瞼部位塗上抗菌藥膏以防止繼發性發炎。
3. 滴用潤眼液 — 可能需要滴用人造潤眼液來減輕症狀。

### 清洗眼瞼

試用這一簡單的方法。

先清洗眼瞼。如果在定期清洗之後眼睛疼痛或砂粒感仍然存在，去看醫生是很重要的。可能需要用藥膏或人造潤眼液來減輕症狀。

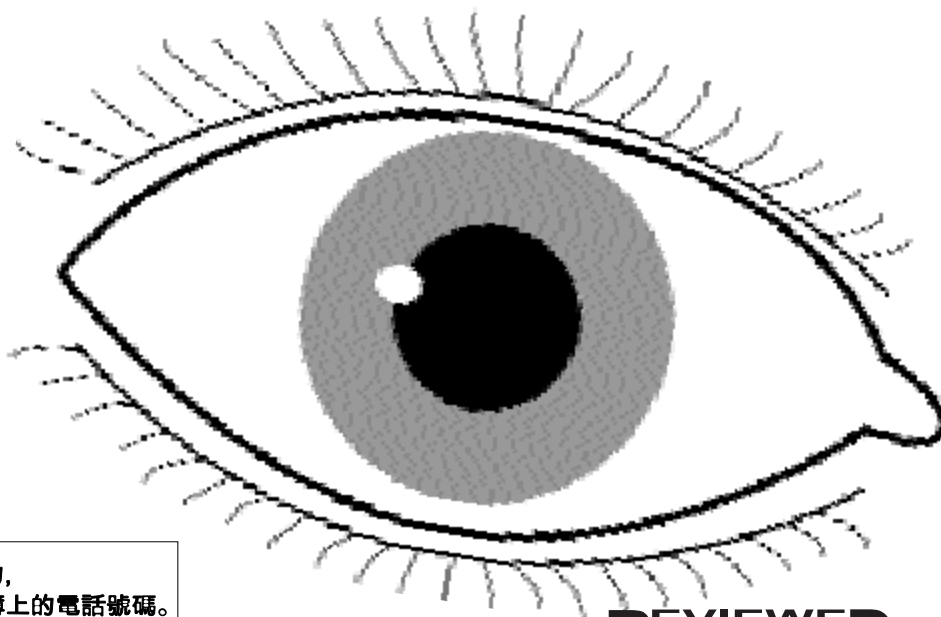
在這篇文章出版時，上述的電話號碼是對的，但沒有不斷地更新。你可能需要查看電話簿上的電話號碼。

### 清洗眼瞼的方法

1. 先洗手。
2. 合上雙眼，用熱敷布蓋住雙眼 2 分鐘。
3. (輕輕)撫摸眼瞼。
4. 使用 Johnsons 嬰兒洗髮乳:將5滴洗髮乳倒在半杯開水中  
或者  
將1茶匙小蘇打倒在半公升開水中。
5. 等混合好的溶液冷下後再使用。
6. 使用棉球或不掉絨的紗布  
— 輕輕擦拭眼瞼緣和睫毛。
7. 用冷水每天沖洗，感到刺痛時沖洗 2 或 3 次，不感到刺痛時沖洗一次。

### 鳴謝

本須知由悉尼醫院和悉尼眼科醫院的員工與多元文化通訊處聯合製作。



**REVIEWED**  
June 2001  
NSW Multicultural Health Communication Service