眼瞼炎資訊單張

什麼是眼瞼炎?

眼瞼炎是指你的眼瞼邊緣出現刺激或發炎的情況。這有時也被稱為「眼瞼發炎」。它可能使你的眼睛感到癢、結痂或不適。這是一種非常常見的情況。

症狀是什麼?

你可能會注意到：

- 眼瞼發紅或腫脹
- 睫毛附近有結痂或脫屑
- 睫毛短或斷裂，或者有些睫毛脫落
- 眼睛發癢、灼熱或疼痛
- 感覺眼裡有異物

它是如何引起的?

當以下情況發生時可能會引起眼瞼炎：

- 眼瞼的小油脂腺體被堵塞
- 細菌或死皮在睫毛附近積累
- 你有皮膚問題，如頭皮屑或酒渣鼻
- 妝容或過敏使眼瞼受到刺激

是否嚴重?

眼瞼炎並不危險，但它可能使你不適並且經常反覆發作。

如果未得到治療，可能會導致：

- 眼睛乾燥或受刺激
- 由堵塞的油脂腺引起的眼瞼紅腫突起（稱為針眼或霰粒腫）

 © 2025 Eye Lingo

如何治療?

眼瞼炎可能無法完全消除，但你可以通過良好的眼瞼護理來控制它。你的醫生可能建議：

- 使用溫熱敷布來鬆解眼瞼上的結痂和油脂
- 每日用溫和的肥皂（如嬰兒洗髮水）或眼瞼清潔巾清洗眼瞼
- 若情況嚴重，使用處方藥膏、眼藥水或口服藥物
- 若眼睛乾燥，使用人工淚液

如何在家清潔眼瞼

1. 洗手
2. 將溫熱且濕潤的毛巾敷在閉合的眼瞼上幾分鐘
3. 用溫熱的毛巾及幾滴嬰兒洗髮水輕輕按摩眼瞼，沿著睫毛清潔
4. 用清水沖洗，並每日或根據醫生建議重複

常見問題

Q: 眼瞼炎會傳染嗎？

A: 不會。你不會從別人那裡感染這種情況。這不是一種感染。

Q: 它會完全消失嗎？

A: 它可能時好時壞。每日清潔眼瞼通常能控制住情況。

Q: 我可以化妝嗎？

A: 可以，在睫毛外的皮膚上，但在發作期間你的醫生可能建議避免使用眼部化妝品。

這份文件經由史蒂夫·阿希諾夫（Dr. Steve Arshinof）醫生審核。

 © 2025 Eye Lingo