

## 認識常見傳染病②

### 針眼 (麥粒腫)



針眼是因為眼部皮膚腺阻塞

加上細菌感染所致

只要對症治療

約 2 至 3 天即可大幅改善



認識疾病  
針眼篇1



## 為什麼會長針眼？



圖文創作：健談 [havemary.com](http://havemary.com)  
專家諮詢：屈貝爾眼科 張朝凱醫師

針眼是因皮脂腺阻塞加上細菌感染所致急性發炎，又稱為麥粒腫



注意臉與眼部清潔、少揉眼睛，都可降低細菌感染而導致針眼



有化妝習慣者，每日應徹底卸除眼妝，以免皮脂腺阻塞而造成感染



維持正常作息、避免  
熬夜，少吃油炸、辛  
辣、刺激性食物等，  
亦有助預防針眼發生



針眼相關問題，  
建議諮詢「眼科」

更多資訊請上 健談 [havemary.com](http://havemary.com)

# 為什麼會長針眼？會傳染嗎？

## 醫指常見易長針眼族群。

皮脂腺  
油性膚質



酒糟性  
皮膚炎



作息不佳



免疫力低



高糖高油  
飲食



眼妝清潔  
不佳



成因：皮脂腺分泌異常＋細菌感染，如**眼皮痘痘**。不會傳染。



認識疾病  
針眼篇2



# 長針眼怎麼辦？



圖文創作：健談 [havemary.com](http://havemary.com)  
專家諮詢：忠孝大學眼科主任  
葉威毅醫師

- 1. 做好清潔：**以低刺激洗劑與溫水混合，用棉花棒清潔睫毛根部



- 2. 勤溫敷：**以乾淨毛巾溫敷眼睛，一天2至4次，每次3至5分鐘，敷完按摩30秒



- 3. 減少刺激：**長針眼時，最好減少化妝、停戴隱形眼鏡，以免加重病程



針眼有一定的機率可自行痊癒；但若針眼已有明顯紅、腫、痛時，建議積極就診、用藥治療改善效果更佳



針眼相關問題，  
建議諮詢「眼科」

更多資訊請上 健談 [havemary.com](http://havemary.com)



認識疾病  
針眼篇3



## 針眼的治療方法



圖文創作：健談 [havemary.com](http://havemary.com)

專家諮詢：忠孝大學眼科主任  
葉威毅醫師

針眼常以**消炎眼藥水**、**眼藥膏**為治療用藥，若症狀嚴重者，可搭配**口服抗生素**與**消炎止痛藥**以改善症狀

消炎  
眼藥水



消炎  
眼藥膏



口服  
抗生素



消炎  
止痛藥



幼兒針眼通常菌種單純、抗藥性不高，及早用藥治療效尤佳

若延誤就診，當腺體腫脹化膿嚴重時，則需以手術將針眼**割開**、**排膿**，反而延長不適期



割開



排膿

針眼相關問題，  
建議諮詢「眼科」

更多資訊請上 健談 [havemary.com](http://havemary.com)

# 長針眼該怎麼辦？ 要冰敷？熱敷？醫教6招改善

## 冰敷消炎



腫脹較嚴重時冰敷助消炎。

## 熱敷血循



較輕微、休養時熱敷促血循。

## 藥物治療



檢查開立抗生素治療改善。

## 手術引流



醫師開刀擠破，分泌物流出。

## 良好生活



避免熬夜，維持作息正常。

## 良好飲食



避免高油、高糖，營養均衡。

紅腫熱痛或同處反覆出現盡早檢查，詳見圖2。

# 請<sub>レ</sub>你<sub>ヲ</sub>找<sub>テ</sub>出<sub>ス</sub>預<sub>メ</sub>防<sub>グ</sub>針<sub>メ</sub>眼<sub>ノ</sub>的<sub>ノ</sub>方<sub>フ</sub>法<sub>ヲ</sub>

1



作<sub>ル</sub>息<sub>ヲ</sub>正<sub>シ</sub>常<sub>ニ</sub>

2



少<sub>シ</sub>吃<sub>ム</sub>油<sub>ヲ</sub>炸<sub>メ</sub>物<sub>ヲ</sub>

3



把<sub>ヲ</sub>臉<sub>ヲ</sub>洗<sub>シ</sub>乾<sub>カ</sub>淨<sub>ニ</sub>

4



揉<sub>ム</sub>眼<sub>ヲ</sub>睛<sub>ヲ</sub>

5



熬<sub>メ</sub>夜<sub>ヲ</sub>不<sub>レ</sub>睡<sub>ル</sub>覺<sub>ヲ</sub>

6



把<sub>ヲ</sub>手<sub>ヲ</sub>洗<sub>シ</sub>乾<sub>カ</sub>淨<sub>ニ</sub>