

حساسیت یا آلرژی چشم چیست؟

حساسیت یا آلرژی چشمی باعث قرمزی و پف کردن چشم‌ها می‌شود.



علائم آلرژی چشمی:

- ۱- قرمزی چشم یا پلک داخلی
 - ۲- خارش چشم
 - ۳- اشک ریزش
 - ۴- تاری دید
 - ۵- احساس سوزش در چشم
 - ۶- ورم پلک
 - ۷- حساسیت به نور
- حساسیت چشم می‌تواند به تنهایی و یا با آلرژی بینی و آلرژی پوست همراه باشد. بهترین راه برای تشخیص آلرژی چشم، رفتن به نزد چشم‌پزشک می‌باشد.



چرا چشم دچار حساسیت می‌شود:

پوشش خارجی کره چشم و سطح داخلی پلک، قسمتی است که ملتحمه نام دارد، در ملتحمه تعداد زیادی رگ، سلول ایمنی و مواد دفاعی وجود دارد که در برابر عفونت‌های خارجی و عوامل بیگانه از چشم محافظت می‌کند. بیشتر موادی که حساسیت ایجاد می‌کنند در هوا پخش می‌باشند، در واقع آلرژی چشم می‌تواند به وسیله همان محرک‌هایی به وجود آید که باعث عطسه و آبریزش بینی در آلرژی فصلی می‌شوند. وقتی چشم باز است این مواد در تماس مستقیم با چشم قرار می‌گیرد در این حین دستگاه ایمنی بدن مواد را مانند مهاجمین خطرناک شناسایی می‌کند و برای مبارزه با آنها شروع به تولید مواد شیمیایی خاصی به نام هیستامین می‌کند که باعث گشاد شدن رگ‌های موجود در ملتحمه شده و قرمزی، تورم و خارش چشم‌ها را به وجود می‌آورد.

چه چیزهایی باعث بدتر شدن حساسیت چشم می‌شود؟

- ۱- علف‌ها، درختان و گرده گیاهان
- ۲- پوست حیوانات
- ۳- کپک‌های قارچی

راههای درمان و بهبود آلرژی چشمی:

- ۱- از مالیدن چشم خودداری کنید زیرا باعث ترشح مقادیر بیشتر هیستامین و در نتیجه موجب بدتر شدن علائم حساسیت می‌گردد.
- ۲- پرهیز از عامل حساسیت را (در مواردی که بتوان ماده مسئول آلرژی را شناسایی کرد بهترین و مؤثرترین درمان پرهیز از تماس با این مواد است).

۳- پاکسازی محیط زندگی (تمیز نگه داشتن خانه برای کم کردن گرد و غبار، پرهیز از نگهداری حیوانات خانگی، حفظ رطوبت مناسب در هوا، خنک کردن هوای منزل و استفاده از صافی‌های جذب‌کننده غبار می‌تواند به کنترل علائم حساسیت کمک کند.

۴- استفاده از کمپرس سرد (کمپرس سرد باعث کم‌شدن تحریک چشم‌ها و احساس خارش می‌شود و معمولاً اثر تسکین دهنده دارد).

۵- استفاده از داروهای مناسب

الف: قطره اشک مصنوعی: باعث رقیق شدن مواد حساسیت‌زایی هست که در چشم جمع شده اند، همچنین از چسبیدن مواد حساسیت‌زا به چشم جلوگیری می‌کند و عملکرد دفاعی لایه اشک را بهبود می‌بخشد.

ب: قطره آنتی‌هیستامین: باعث بی اثر شدن اثر هیستامین در چشم می‌شود. هرگز از قطره‌های آنتی‌هیستامین مثل نفازولین به مدت طولانی و بیش از ۲-۱ هفته پشت سر هم استفاده نکنید. این قطره‌ها خود می‌توانند باعث تحریک و قرمزی چشم‌ها شوند. قطره آنتی‌هیستامین باعث اشک ریزش می‌شود بنابراین مواد حساسیت‌زا را از چشم دور می‌کنند.

۲ فایده و مزیت آنتی‌هیستامین به شکل قطره:

- ۱- نسبت به شکل خوراکی زودتر اثر می‌کنند.
- ۲- نسبت به شکل خوراکی کمتر باعث خشکی چشم می‌شوند.



حساسیت چشمی (آلرژی چشمی)



واحد آموزش سلامت همگانی مرکز چشم پزشکی علوی

تبریز

تدوین: ۱۳۹۳

آخرین بازنگری: زمستان ۱۴۰۳

۷- از کارهایی که باعث پخش ذرات در خانه می‌شوند خودداری کنید.

۸- از تماس با حیوانات خودداری کنید. بلافاصله بعد از دست زدن به حیوانات، کاملاً دستان خود را با آب و صابون بشوید.



آدرس: تبریز، میدان پنجم مرداد (بلوار منجم سابق)

مرکز چشم پزشکی علوی

کدپستی: ۵۱۴۶۶۱۴۵۹۹ تلفن: ۰۴۱)۳۲۶۶۳۹۳۳

<http://alavihospital.tbzmed.ac.ir>

منبع: <https://www.aao.org/eye-health/diseases/allergies>

اصول چشم پزشکی کاربردی، هاشمی مسیح، همقلب نسرين (۱۳۸۶)

چشم پزشکی عمومی، جوادی م فیضی س (۱۳۹۶) نشر فردا

تهیه و گردآوری: مشیرآبادی - حسن پور

کارشناس ارشد آموزش پرستاری

سوپروایزر آموزشی - سوپروایزر آموزش سلامت

چند نکته مهم:

۱- به یاد داشته باشید که آلرژی می‌تواند مکرراً عود می‌کند.

۲- آلرژی‌ها آزاردهنده‌اند اما اغلب خطرناک نیستند.

۳- در موارد آلرژی شدید و طولانی مدت چشمی، حتماً به چشم پزشک مراجعه کنید.

۴- از مصرف خودسرانه قطره‌های چشمی خودداری کنید.

۵- قطره‌های خنک معمولاً خارش چشم را بیشتر بهبود (تسکین) می‌دهند، توصیه می‌شود قطره‌ها را در یخچال نگهداری کنید.



۶- همیشه حمام، آشپزخانه و دستشویی را خشک نگه دارید زیرا کپک‌ها در جای مرطوب زودتر رشد می‌کنند.

