

急性結膜下出血

一、定義：

結膜位於眼球之前方表面，在結膜的微血管破裂後，滲出的血液凝結在結膜與眼球之間，造成急性紅眼睛。

一般是沒有症狀，視力也不受出血之影響，往往由旁人或自己在照鏡子時才發現，因為結膜的位置在眼球的表面，突然發現眼睛一片血紅，會讓人有怵目驚心，甚而恐慌的感受。

二、哪些情況易導致結膜下出血？

1. 大部分結膜下出血都沒有特定致病原因，部分病人曾經有劇烈咳嗽、嘔吐，或用力解便、提重物...等情形。
2. 合併眼球外傷的結膜下出血，就要特別小心，必須詳細檢查，排除鞏膜裂傷或眼球鈍挫傷的合併症。
3. 若是反復發生的結膜下出血，很可能會與其他全身性疾病相關，如高血壓、糖尿病、或是血液方面的疾病。

三、治療與照護：

1. 不需作特別治療，通常會在 7~12 天內自行吸收。如果有因眼球受外傷而合併的結膜下出血，就要特別小心，必須詳細檢查。
2. 若是反覆發生的結膜下出血，很可能會與一些身體狀況相關，如高血壓、糖尿病、或是血液方面的疾病，必須十分小心。
3. 若有配戴隱形眼鏡的習慣，應暫停改戴鏡框式的眼鏡。

四、結膜下出血如何預防：

1. 避免眼球意外碰撞、避免劇烈咳嗽、嘔吐，
2. 若有便秘情形，請多吃水果蔬菜，或請醫師開立軟便劑減少用力的機會。

資料來源：台北榮總眼科

