

結膜炎（紅眼症）

尊敬的家長或監護人：

您收到該資料便覽是因爲：

- 您或您的孩子可能接觸過結膜炎（紅眼症）。
- 僅供參考。

關於結膜炎（紅眼症）的一般資訊

什麼是結膜炎？

- 結膜炎是兒童常見的眼部感染，也被稱為紅眼症。它是眼瞼內側表面和眼白區域的發炎，可能由細菌、病毒和過敏原（如寵物皮屑或塵蟎）或化學刺激物引起。
 - 只有病毒性和細菌性結膜炎容易傳播。
 - 過敏性和化學性結膜炎不會在人與人之間傳播，也不是本通知信的重點。
- 細菌性結膜炎最常見於 12 月至 4 月。

誰會感染它？

任何人都可能患上結膜炎。在年齡較大的嬰兒和兒童中，細菌性結膜炎比病毒性結膜炎更常見。

它有哪些症狀？

- 細菌性：
 - 單眼或雙眼發紅或粉紅、發癢和刺痛。
 - 多於少量的綠色或黃色液體。
 - 睡醒後眼瞼可能會粘在一起。
 - 一隻或兩隻眼睛都有可能感染。
- 病毒性：
 - 單眼或雙眼呈粉紅色、腫脹和流淚水。
 - 眼睛可能對光敏感。
 - 可能只影響一隻眼睛。
 - 可能還有如流鼻涕、喉嚨痛和耳痛等的其他症狀。

它是如何傳播的？

- 引起結膜炎的細菌和病毒存在於感染者的眼睛液體中。
- 最常見的傳播方式是在觸摸帶有病毒或細菌的物體或表面後，用未洗的手觸摸眼睛。
- 引起結膜炎的病毒也可以存在咳嗽、打噴嚏和流鼻涕的飛沫中。
- 也可以通過以下方式傳播：
 - 密切接觸，如摸手或握手。
 - 共用會接觸到眼睛的個人物品，例如毛巾、面巾、化妝品或眼鏡。
 - 吸入病毒性結膜炎患者的咳嗽或噴嚏飛沫。

我怎麼知道我的孩子是否患有結膜炎？

醫療保健提供者可以通過檢查眼睛來診斷結膜炎。

如果您有其他問題或擔心您的孩子患有結膜炎，請聯繫您的醫療保健提供者。本資料便覽僅提供一般資訊。

如果我的孩子得了結膜炎怎麼辦？

如果您的孩子得了結膜炎，請立即通知您的托兒所或學前班。

如何治療？

醫療保健提供者可以根據結膜炎的原因確定最佳治療方法。

- 細菌性結膜炎可用抗生素治療。症狀通常在開始治療後2-3天改善。
- 使用抗生素不會改善**病毒性**結膜炎。

如何幫助預防結膜炎的傳播？

- 經常洗手並洗至少20秒。如果沒有肥皂和溫水，請使用酒精含量至少為60%的免洗手消毒液清潔雙手。
- 咳嗽或打噴嚏時捂住口鼻。
- 避免觸摸眼睛、鼻子和嘴巴。
- 扔掉用於清潔眼睛液體的棉球或紙巾，然後用肥皂和溫水洗手。
- 徹底清潔手部或臉部會經常觸摸到的物體，例如門把手、電話和玩具。
- 結膜炎患者使用過的所有枕套、床單、面巾和浴巾應用熱水和洗滌劑與其他人的衣物分開清洗。
- 避免與結膜炎患者共用個人物品，如毛巾、面巾、眼鏡和化妝品。

我的孩子需要離開托兒所並留在家裡嗎？

不需要。接觸過或被診斷患有結膜炎的兒童可以繼續去托兒所，除非：

- 他們發燒（體溫為 100.4°F [38°C] 或以上）以及出現其他病毒性結膜炎症狀（流鼻涕、喉嚨痛、耳痛）。
- 他們感覺不舒服，無法參加課堂活動（例如：異常疲倦、暴躁或煩躁、或哭得比平時多）。

請遵守您孩子托兒所的疾病政策。 托兒所可能要求有眼睛分泌物的孩子離開托兒所並留在家裡，直到分泌物消失或直到孩子已經被醫療保健提供者檢查。

參考資料：

American Academy of Pediatrics

- *Caring for our Children, Chapter 3 Health Promotion and Protection, 3.6 Management of Illness, 3.6.1 Inclusion/Exclusion Due to Illness*
- *Caring for Our Children Standard 7.5.1.1: Conjunctivitis (Pinkeye)*
- *Managing Infectious Diseases in Child Care and Schools, 5th Edition. Pages 141-142*

Centers of Disease Control & Prevention

- *Conjunctivitis website <https://www.cdc.gov/conjunctivitis/index.html>*

Child Care Health Program – Public Health Seattle & King County

- *<https://kingcounty.gov/depts/health/child-teen-health/child-care-health/disease-prevention.aspx>.
Disease Prevention Website*