

张 玄 编著

右眼跳是灾吗

老是流泪怎么办

眼科 *Nursing*

护士手札

YANKE HUSHI SHOUZHA



SHANGHAI UNIVERSITY OF T.C.M. PRESS
上海中医药大学出版社

眼科护士手册

张 玄 编著

上海中医药大学出版社

责任编辑 姜水印
技术编辑 徐国民
责任校对 郁 静
封面设计 王 磊
出版人 陈秋生

图书在版编目(CIP)数据

眼科护士手札/张玄编著. —上海:上海中医药大学出版社, 2006. 6

ISBN 7 - 81010 - 963 - 4

I. 眼... II. 张... III. ①眼病—诊疗②眼科学:
护理学 IV. ①R77②R473.77

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 033257 号

眼科护士手札

张 玄 编著

上海中医药大学出版社出版发行 (http://www.tcmonline.com.cn)
(上海浦东新区蔡伦路 1200 号) 邮政编码 201203)

新华书店上海发行所经销 南京展望文化发展有限公司排版 上海申松立信印刷厂印刷
开本 787mm×1092mm 1/32 印张 5 字数 93 千字 印数 1—3 300 册
版次 2006 年 6 月第 1 版 印次 2006 年 6 月第 1 次印刷

ISBN 7-81010-963-4/R. 909

定价 11.00 元

(本书如有印刷、装订问题, 请寄回本社出版科或电话 021 - 51322545 联系)



张玄 浙江嘉兴人，1935年出生，曾任湖州市中心医院眼科护士、外妇科总护士长。编著《答胆道外科病人100问》、《常用护理书写名词浅释》、《胆道结石护理科普200问》等著作。曾在《中华护理》、《实用护理》等杂志上发表《双气囊三腔管断裂胃内一例报告》、《十一例护理不当的教训》、《6例T型管滑脱分析》、《腹腔内U型管灌洗治疗的护理》等论文。并有数篇论文被《中国医学文摘》转载。

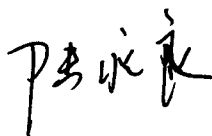
曾获得湖州市市级优秀护士称号，并获浙江省护理学会论文奖。

责任编辑 姜水印
技术编辑 徐国民
责任校对 郁 静
封面设计 王 磊
出 版 人 陈秋生

<http://www.tcmonline.com.cn>

序

《眼科护士手札》是作者四十余年临床工作经验的积累和总结。它将眼科疾病的专业理论知识与作者自身的实践经验相结合,重点阐述了眼科疾病的基本知识、治疗常用方法和护理要点,内容丰富、简明扼要、通俗易懂,具有科学性、科普性、实用性等特点。本书的出版,对于普及广大群众的眼病防治知识,提高群众自身防护能力具有积极的促进作用,值得向大家推荐。同时,希望广大读者在阅读过程中,应结合自身的条件和病情,有针对性地加以参考,不能生搬照套。

A handwritten signature in black ink, appearing to read '陆永良' (Lu Yongliang), written in a cursive style.

2005 年 11 月

(陆永良同志为原湖州市中心医院院长,

现任湖州市卫生局局长、主任医师)

目 录

1. 眼球解剖基本知识	1
2. 眼跳并非是灾	2
3. 睑缘炎、眼睑湿疹	5
4. 过敏性眼睑皮炎	7
5. 溃疡性睑缘炎	9
6. 麦粒肿、霰粒肿	12
7. 睑裂黄斑、翼状胬肉、假性胬肉	18
8. 泪道冲洗、风流眼、泪水的功能	21
9. 泪囊炎	26
10. 急性结膜炎	30
11. 泡性结膜炎	35
12. 牛痘苗性结膜炎	37
13. 急性卡他性结膜炎	39
14. 结膜干燥症	42
15. 球结膜下出血	45
16. 眼内异物小飞虫	46
17. 石灰误入眼中,就地彻底冲洗	48

18. 电光性眼炎	50
19. 稻麦擦伤、爆竹外伤	52
20. 眼球贯通伤、交感性眼炎	54
21. 单纯疱疹性角膜炎	57
22. 点状角膜炎	60
23. 角膜溃疡	62
24. 巩膜炎	67
25. 虹膜睫状体炎	69
26. 沙眼	72
27. 内翻倒睫	78
28. 老年性白内障	81
29. 青光眼	90
30. 视网膜色素变性	100
31. 眼底动脉痉挛	103
32. 视网膜剥离	106
33. 老花眼	108
34. 心理压力会影响视力	112
35. 老年性飞蚊症和老年环	114
36. 色盲(色觉异常)	116
37. 弱视	119
38. 阿托品眼药不能乱点滴	122

39. 婴幼儿不要开灯睡觉	124
40. 奉劝、忠告家长	127
41. 席教授谈爱眼	129
42. 沈德善主任医师谈眼科最新资料	132
43. 按摩益视	135
44. 怎样进行眼保健	137
45. 谈水蒸气眼浴按摩	140
46. 对眼病有益的食物	143
47. 常见的眼科检查	146

1. 眼球解剖基本知识

“眼睛是心灵的窗户。”这个“窗户”的结构既复杂，又精细，图 1、图 2 是它的基本结构。

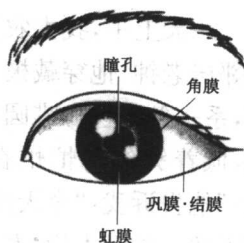


图 1 眼睛表面各部分名称

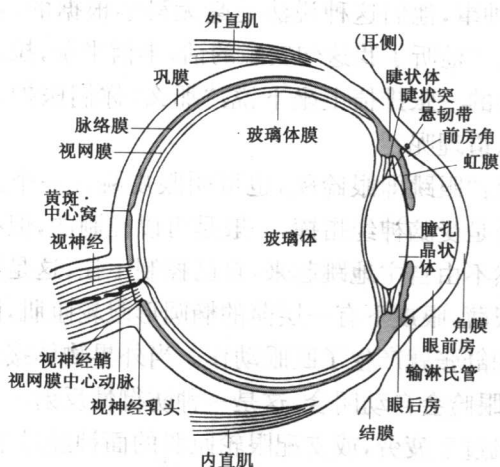


图 2 眼球的构造(纵截面图)

2. 眼跳并非是灾

一天上午，我去农贸市场买菜，路上碰到了多年不见的邻居老钟，他穿戴极为整齐，白衬衫外穿着一套黑色西装，系一条米色咖啡圆白点领带，鼻梁上架着一副深色眼镜，低着头匆匆忙忙在赶路。我迎了上去问他：“去哪儿？”他告诉我：“今天晨起，我右眼突然跳得厉害，自己控制不住。常听人说‘左眼跳财，右眼跳灾’，我老婆叫我去算个命，请他们指点迷津，怎样才能免灾。”我笑了笑说：“哪有这种事，他们这种说法是毫无科学根据的，仅仅是迷信而已。”他听了我这句安慰的话，半信半疑，拉着我到菜场门口的一张排椅上坐下说：“那么，你们医护人员说是什么道理呢？”

我说：“眼跳即眼睑跳，也可叫眼皮跳。一个人的眼睑开或闭是受脑神经指挥，一般是可以控制的，但有时眼皮会突然不由自主地跳起来，自己控制不住，这是因为人的眼皮很薄，眼皮下有一层薄的椭圆形眼轮匝肌，眼轮匝肌收缩和舒张就产生了眨眼动作。当外界物体接近眼睛时，上下眼睑会自动闭合，这是一种防御性反射。但如果眼轮匝肌过于疲劳，或支配眼轮匝肌的面神经过于兴奋，眼皮就会不听指挥，不由自主地跳起来。另外，睡眠不

好、受强光刺激、过于疲劳以及有近视及散光的人也容易发生这种现象。有人就有意无意借此现象，编造谎言说‘左眼跳财，右眼跳灾’来愚弄人。其实眼皮跳与‘财’或‘灾’都没有任何关系，按照我国中医学理论解释是久病、过劳等损伤心脾、心脾两虚引起。这几天你是否太劳累了，是否失眠了，可在这里找找原因。”老钟听了我的话，激动地说：“是呀！是呀！可能昨日我帮女儿家装修房子，整日忙里忙外，太疲劳了，回家躺在沙发上一动也不能动，晚上在床上翻来翻去似睡非睡，好像一夜都睡不着觉，今晨起来，右眼就开始跳得自己控制不住了。”

我走过去叫老钟把深色眼镜摘下，仔仔细细地观察了一番，觉得他眼皮跳得频率虽有些快，但他的眉毛、额头、口角都很正常，没有发现有面神经痉挛的征兆和面瘫的可能，因此我就安慰他说：“我看你不要浪费钱去算命了，大可不必惊慌，也不用去医院治疗，我觉得你是过于疲劳、睡眠不足引起这种情况的，我建议你做好以下几点：

1. 注意休息，保证足够的睡眠，心情放松。
2. 可做眼睑局部或眼点穴（此穴位于上臂腋横纹肱二头肌外凹陷中）按摩，合谷为配穴。
3. 必要时可服用补养心脾或养血息风的中药，如归脾汤加减、当归活血饮加减等。眼跳保证会停止的。”

几天后，老钟打来电话说：“我按照你的说法，休息、睡眠、眼睑局部按摩，当天晚上眼就不跳了，谢谢，谢谢！”

我打趣地问：“你有没有灾难发生？”

他哈哈大笑说：“托你的福，平平安安，我们一家老小都平平安安。”



3. 睑缘炎、眼睑湿疹

11 点半,已到了下班时间,医生们脱了白大褂准备下班。我刚要关门,看见门口候诊室内还有一人,手拿着配好的药,低着头静静地坐在那里。我走过去问她需要什么帮助。她一抬头,我看她两眼睑皮肤红肿,并隐约看到有大小不等的疱疹,并有微黄色黏稠的渗出液。从外表穿着判断,像外来的打工妹,她懊丧着脸对我说:“刚才医生说此病顽固难治,我现在这个样子怎么再到酒店里打工呢?”

我很同情她,但也觉得十分无奈。我也只能安慰她几句,告诉她这种病通常由药物或劣质化妆品及其他一些有刺激的化学物质引起。嘱咐她一定要保持局部清洁,痒时用消毒棉花按压一下,不要用手揉眼,防止渗出物流到其他地方引起糜烂,更不能流入眼内,否则会引起角膜炎。若已结痂不要强行剥除,可用眼药膏轻轻擦拭。立即停止使用化妆品。配回去的扑尔敏、维生素 C 等抗过敏药要准时服,3%的硼酸水用纱布浸透后作冷湿敷。眼内要点滴 0.25% 氯霉素加地塞米松眼药水,每日 4 次,临睡前在结膜囊内挤一些四环素可的松眼药膏。眼药膏会在结膜囊及眼睑皮肤内停留时间较长,能在一夜

间发挥作用,预防眼睑内蓄积分泌物,引起球结膜感染。这几天要注意多休息,充足睡眠,增强体质,少食辛辣、荤腥、油煎食物,如辣椒、葱、蒜、韭菜、麻辣食品,肯德基食品及火锅等,以防引起火气上攻及湿热内蕴而加重本病。饮食宜清淡,多食蔬菜如冬瓜、苦瓜、丝瓜或新鲜水果,如梨、荸荠等。外出时戴防护眼镜,减少光线的刺激,对缓解症状有一定帮助。我相信你的病会一天一天好起来的。

我的一席贴心话,像是一堂心理卫生课。她很激动,脸也变得活跃起来,她感激地说:“得到你给我的帮助,大大增强了信心。”临行时,我用了一只消毒袋,放了几块消毒纱布、棉花、棉签送给她。

异乡客地,小小年纪出来打工真是不易,我衷心地祝愿这位患者,早日恢复健康。

4. 过敏性眼睑皮炎

晓红近日感到双眼发痒,有异物感,常常用手揉眼。昨日特去药店买了一支眼药水滴眼,谁知第二天就觉得眼睑皮肤刺痒难忍,还火辣辣地有烧灼感,即来眼科急诊。

经检查,双眼睑皮肤红肿,表面有渗出,眼皮粗糙,并有丘疹、水疱。诊断是眼睑过敏性皮炎。人是有个体差异的,有人服用某种药或注射某种针剂如青霉素、链霉素、四环素、阿托品、毛果芸香碱等,一点问题也没有。但有的人用同样的药、打同样的针剂,全身就会出现红斑、丘疹、水疱。眼睑皮肤也是一样,同样会出现此种病变。这种眼睑病变是全身过敏性反应的一部分。我们一边安慰病人不要紧张,一边叫她停止用药,局部用生理盐水或3%硼酸水进行湿冷敷,口服苯海拉明或扑尔敏、维生素C、钙。眼内可滴可的松眼药水。这样几天后症状就会缓解。以后一定要牢记不要再接触这种药,可在病历上用红色笔迹特别标明“过敏”两字。

近年来眼科门诊病人中,常见由化妆品引起的眼睑皮肤病不时发生。如画眼线、涂眼影等。有的眼影膏涂得太多,甚至进入眼内。有的涂睫毛膏,上假睫毛,引起

的眼内异物,给健康带来了危害。因为化妆品对皮肤和黏膜具有一定的刺激性,所以常常会发生不良反应,如过敏性结膜炎,表现为结膜充血,伴眼睑水肿。还有些化妆品内含有过量的铅、汞、硫等,使用后会引引起局部及全身的中毒反应。所以使用化妆品前,一定要看说明书,了解化妆品的性质、注意事项,有的放矢地使用。妇女在怀孕期间,尽量不要使用。还有的化妆品中有亚硝酸胺类致癌物。所以千万不要购买劣质化妆品,一定要到大商场内购买。