

# PHIẾU TÓM TẮT THÔNG TIN

## VIÊM KẾT MẠC

### VIÊM KẾT MẠC

#### Viêm kết mạc

Là tình trạng viêm hoặc nhiễm trùng màng trong suốt (kết mạc) lót mí mắt và che phủ phần trắng của nhãn cầu. Khi các mạch máu nhỏ trong kết mạc bị viêm, chúng sẽ hiện rõ hơn. Đây là nguyên nhân khiến lòng trắng của mắt bạn có màu đỏ hoặc hồng.

Mặc dù đau mắt đỏ có thể gây khó chịu nhưng hiếm khi ảnh hưởng đến thị lực. Các phương pháp điều trị có thể giúp giảm bớt khó chịu khi đau mắt đỏ. Vì bệnh đau mắt đỏ có thể lây nhiễm nên việc chẩn đoán và điều trị sớm có thể giúp hạn chế sự lây lan của nó.



#### Tác nhân gây bệnh

Nguyên nhân của mắt đỏ bao gồm:

- Vi rút
- Vi khuẩn
- Dị ứng
- Hóa chất bắn vào mắt
- Một vật lạ trong mắt
- Ở trẻ sơ sinh, ống dẫn nước mắt bị tắc.

#### Các yếu tố rủi ro

Các yếu tố nguy cơ gây đau mắt đỏ bao gồm:

- Tiếp xúc với thứ mà bạn bị dị ứng (viêm kết mạc dị ứng).
- Tiếp xúc với người bị nhiễm vi rút hoặc vi khuẩn dạng viêm kết mạc
- Sử dụng kính áp tròng.

## Triệu chứng

### ***Viêm kết mạc do vi rút và vi khuẩn***

Hầu hết các trường hợp đau mắt đỏ thường do adenovirus gây ra nhưng cũng có thể do virus herpes simplex, virus varicella-zoster và nhiều loại virus khác, bao gồm cả virus gây bệnh coronavirus 2019 (COVID-19).

Cả viêm kết mạc do vi rút và vi khuẩn đều có thể xảy ra cùng với cảm lạnh hoặc các triệu chứng của nhiễm trùng đường hô hấp, chẳng hạn như đau họng. Đeo kính áp tròng không được làm sạch đúng cách hoặc không phải của riêng bạn có thể gây ra viêm kết mạc do vi khuẩn.

Cả hai loại đều rất dễ lây lan. Chúng lây lan qua tiếp xúc trực tiếp hoặc gián tiếp với chất lỏng chảy ra từ mắt của người bị nhiễm bệnh. Một hoặc cả hai mắt có thể bị ảnh hưởng.

### ***Viêm kết mạc dị ứng***

Viêm kết mạc dị ứng ảnh hưởng đến cả hai mắt và là phản ứng với chất gây dị ứng như phấn hoa, bụi, lông động vật. Để phản ứng với các chất gây dị ứng, cơ thể bạn tạo ra một kháng thể gọi là immunoglobulin E (IgE). Kháng thể này kích hoạt các là dưỡng bào trong niêm mạc mắt và đường hô hấp của bạn để giải phóng các chất gây viêm, bao gồm cả histamine. Cơ thể giải phóng histamine có thể tạo ra một số dấu hiệu và triệu chứng dị ứng, bao gồm cả mắt đỏ hoặc hồng.

Nếu bạn bị viêm kết mạc dị ứng, bạn có thể bị ngứa dữ dội, chảy nước mắt và viêm mắt - cũng như hắt hơi và chảy nước mũi. Hầu hết các bệnh viêm kết mạc dị ứng có thể được kiểm soát bằng thuốc nhỏ mắt dị ứng.

### ***Viêm kết mạc do kích ứng***

Kích ứng do bắn hóa chất hoặc vật thể lạ vào mắt cũng có liên quan đến viêm kết mạc. Đôi khi rửa và lau mắt để loại bỏ hóa chất hoặc dị vật gây đỏ và kích ứng. Các dấu hiệu và triệu chứng, có thể bao gồm chảy nước mắt và tiết dịch nhầy, thường tự hết trong khoảng một ngày.

Nếu việc xả nước ban đầu không giải quyết được các triệu chứng hoặc nếu hóa chất là một chất ăn da như dung dịch kiềm,

bạn cần được bác sĩ hoặc chuyên gia mắt đi khám càng sớm càng tốt. Hóa chất bắn vào mắt có thể gây tổn thương mắt vĩnh viễn. Các triệu chứng dai dẳng cũng có thể chỉ ra rằng bạn vẫn còn dị vật trong mắt - hoặc có thể là một vết xước trên giác mạc hoặc lớp phủ của nhãn cầu.

**Khi nào đến  
gặp bác sĩ**

Có những bệnh nghiêm trọng về mắt có thể gây đỏ mắt. Những bệnh này có thể gây đau mắt, cảm giác có vật gì đó mắc kẹt trong mắt (cảm giác dị vật), mờ mắt và nhạy cảm với ánh sáng. Nếu bạn gặp các triệu chứng này, hãy đến ngay bệnh viện.

Người đeo kính áp tròng cần ngừng đeo kính áp tròng ngay khi các triệu chứng mắt đỏ bắt đầu. Nếu các triệu chứng không thuyên giảm trong vòng 12 đến 24 giờ, hãy hẹn gặp bác sĩ nhãn khoa để đảm bảo rằng bạn không bị nhiễm trùng mắt nghiêm trọng hơn liên quan đến việc sử dụng kính áp tròng.

Ở cả trẻ em và người lớn, đau mắt đỏ có thể gây viêm giác mạc ảnh hưởng đến thị lực. Đánh giá và điều trị kịp thời bởi bác sĩ của bạn có thể làm giảm nguy cơ biến chứng.

## PHÒNG NGỪA VIÊM KẾT MẠC

**Phòng ngừa**

- Ngăn ngừa sự lây lan của bệnh đau mắt đỏ
- Thực hành vệ sinh tốt để kiểm soát sự lây lan của bệnh.
  - + Không dùng tay chạm vào mắt. Rửa tay thường xuyên.
  - + Dùng khăn sạch và khăn lau hàng ngày, không dùng chung khăn tắm hoặc khăn mặt.
  - + Thay vỏ gối thường xuyên.
  - + Vứt bỏ mỹ phẩm dành cho mắt, chẳng hạn như mascara.
  - + Không dùng chung mỹ phẩm cho mắt hoặc các vật dụng chăm sóc mắt cá nhân.
- Hãy nhớ rằng đau mắt đỏ không dễ lây lan hơn cảm lạnh thông thường. Bạn có thể trở lại làm việc, đi học hoặc chăm sóc con cái nếu bạn không thể nghỉ ngơi - chỉ cần kiên trì thực hiện vệ sinh tốt.