

由口罩引致的眼乾症

佩戴口罩能有效減低新型冠狀肺炎傳播，但亦可能引致眼乾症狀。背後的原因是甚麼？可以如何解決？

原因

- 1 呼出的空氣向上升，穿過口罩頂部到眼球表面
- 2 眼球表面的空氣流動令淚液蒸發，使眼球表面變乾
- 3 眼睛可能會感到乾澀、異物感、刺激、痕癢、流淚和發紅



解決方案

- 1 確保口罩貼合臉形，可考慮貼好口罩頂部以便長時間佩戴
- 2 具滋潤功效的眼藥水有助紓緩眼睛乾澀。請諮詢專業護眼人士的意見
- 3 盡量減少待在冷氣環境的時間，使用電子設備時應定時讓雙眼休息

切勿在未洗手前用手觸摸臉部和眼睛！