حساسية العين

برنامج التوعية بأمراض المناعة والحساسية

تثقيف المرضى وأسرهم
patienteducation@hamad.qa

© مؤسسة حمد الطبية ٢٠٢١

21-0137

مؤسسة حمد الطبية
Hamad Medical Corporation
HEALTH • EDUCATION • RESEARCH صحة • تعليم • بحوث
حمد Hamad

حساسية العين أوالتهاب الملتحمة التحسسي هي حالة تصيب العينين بالحكة والاحمرار والحرقة وسيلان الدمع، في بعض الأحيان قد تكون هذه الأعراض مصحوبة بالاحتقان أو العطس أو سيلان الأنف نتيجة لحدوث تهيج وحساسية في الأنف. وللأسف يقوم معظم المصابين بعلاج الأعراض الأنفية متجاهلين الأعراض العينية. لذلك سنقوم في هذا المنشور بالتعريف على حساسية العين وأسبابها وكيفية علاجها.

ما هي الأسباب وراء الإصابة بحساسية العين؟

تحدث حساسية العين عندما يتحسس الجهاز المناعي في الجسم ويتفاعل بشكل مفرط مع أشياء عادة ما تكون غير ضارة بالجسم. يمكن أن تحدث هذه التفاعلات التحسسية عندما تصبح هذه الأشياء، والتي تسمى بالمؤرجات أو المواد المسببة للحساسية، على تماس مع العين مؤديةً إلى إفراز الهيستامين وغيرها من المواد والوسائط الالتهابية من خلايا معينة موجودة على سطح العين تسمى بالخلايا البدينة، وتسبب هذه المواد تورمًا للأوعية الدموية في العين وظهور أعراضٍ مزعجة، مثل: الحكة واحمرار العينين وسيلان الدمع.

حساسية العين

ما هي المؤرجات المسببة لحساسية العين؟

تنقسم المؤرجات المسببة لحساسية العين إلى المؤرجات داخل المنزل والمؤرجات خارج المنزل. وأكثر المؤرجات خارج المنزل شيوعًا هي العشب والأشجار وحبات الطلع. يعاني الأشخاص الذين لديهم حساسية تجاه هذه المؤرجات من التهاب الملتحمة الموسمي (أو المتقطع إذا كانت مدته أقل من أربعة أسابيع)، وهو النوع الأكثر شيوعًا من حساسية العين.

يعد وبر الحيوانات الأليفة، في حال تواجدها داخل المنزل، وحشرة عث الغبار والعفن من أكثر المؤرجات داخل المنزل شيوعًا، وتحرض على ظهور الأعراض لدى بعض المرضى على مدار العام مسببةً التهاب الملتحمة التحسسي الدائم أو المزمن. كما أن الأشكال المزمنة لحساسية العين قد تتطور نتيجة استخدام كريمات ومستحضرات التجميل.

قد وجد أيضًا أن دخان السجائر ووقود الديزل والعطور ذات تأثير سلبي على العينين حيث تعمل بمثابة مهيجات أو مخرشات تؤدي إلى ظهور الأعراض أو تزيد من شدة الاستجابة التحسسية لدى المريض.

هل يمكن لحساسية العين أن تؤثر سلبًا على القدرة البصرية للمريض؟

يمكن أن تكون حساسية العين، وخاصة التهاب الملتحمة التحسسي، مزعجة للغاية وغير مريحة، وقد تؤثر سلبًا على الأنشطة اليومية للمريض ولكنها عادًة لا تضر بالعينين. ومع ذلك فإن الأشكال المزمنة لحساسية العين المترافقة مع التهاب الجلد التأتبي (الأكزيما) وغيرها من الأمراض يمكن أن تسبب التهابات تؤثر على البصر وبشكل خاص عند تركها دون علاج.

ما هي طرق علاج حساسية العين؟

مثل أي مرض تحسسي آخر، تعتبر الوسيلة الفعالة والناجحة لتدبير الأشكال الموسمية والدائمة لحساسية العين هي الوقاية أو تجنب المؤرجات التي تسبب الأعراض. يستطيع طبيب الحساسية مساعدة المريض في تحديد المؤرجات التي تحرض على ظهور الأعراض. فيما يلي بعض أهم النصائح التي تساعد المريض على تقليل التعرض للمؤرجات التي تؤثر على عينيه:

- البقاء داخل المنزل قدر المستطاع عندما تكون مستويات حبات الطلع مرتفعة في الخارج، خاصة في منتصف النهار وفي الأوقات الباكرة من المساء، وعند تواجد رياح تساعد على انتشارها.
- إبقاء نوافذ السيارة والمنزل مغلقة واستخدام مكيفات الهواء، التي يجب أن تبقى نظيفة. كما يجب تجنب استخدام مكيفات الشباك التي يمكنها سحب حبات الطلع والعفن إلى داخل المنزل.
- ارتداء النظارات أو النظارات الشمسية عند الخروج إلى الخارج حيث أنها تفيد في حماية العينين من حبات الطلع.
- تجنب حك وفرك العينين لأن ذلك سيؤدي إلى تخريش العينين وجعل الأمور أكثر سوءًا.
- تقليل التعرض إلى حشرة عث الغبار في المنزل وخاصة غرفة النوم حيث يجب تغليف الوسائد والمراتب بأغلفة مانعة لنفوذ حشرة عث الغبار، وينبغي غسل شراشف السرير بالماء الحار (55 درجة سيلسيوس)، كما يجب الحفاظ على رطوبة المنزل منخفضة (بين 30-50%).
- تنظيف الأرضيات باستخدام قطعة قماش أو ممسحة مبللة بدلاً من التنظيف أو الكنس بالطريقة الجافة لأنها تساعد على انتشار الغبار في المنزل.
- غسل اليدين مباشرة بعد التماس مع الحيوانات الأليفة، بالإضافة إلى إزالة وغسل الملابس بعد زيارة الأصدقاء الذين يمتلكون حيوانات أليفة.
- إذا كان المريض يمتلك حيوانًا أليفًا لديه حساسية تجاهه فينبغي عليه إبقاؤه خارج المنزل قدر المستطاع. وإذا كان من الصعب فعل ذلك فيجب إبقاؤه بعيدًا عن غرفة النوم حتى لا يتعرض للمواد المسببة للحساسية أثناء النوم. في حال وجود مكيف هواء مركزي في المنزل ينبغي وضع الأجهزة المنقية للهواء قريبةً من غرفة النوم. ومن الأفضل استبدال السجاد بألواح خشبية صلبة (الباركيه) أو بلاط أو مشمع لأنه من السهل الحفاظ عليها خالية من وبر الحيوانات الأليفة.
- تقليل ظهور العفن الناتج عن الرطوبة الزائدة عن طريق تنظيف الحمامات والمطابخ والقبو بانتظام. ولإزالة العفن يمكن استخدام الأجهزة المزيلة للرطوبة خاصة في الأماكن الرطبة والمبللة مثل القبو. وينبغي التأكد من نظافة هذه الأجهزة. كما يمكن استخدام مزيج مكون من المواد المنظفة والمحلول المبيض بنسبة 50% لتنظيف

حساسية العين

العفن المرئي.

لكن لسوء الحظ معظم المواد المسببة للحساسية التي تحرض على ظهور أعراض حساسية العين تكون محمولة في الهواء لذلك يكون من الصعب تجنبها دائمًا. ينبغي على المريض أن يناقش أعراض حساسية العين مع أخصائي الحساسية أو مع طبيبه الخاص لتحديد أي من الخيارات العلاجية المتعددة مناسبة لحالته.

هل الأدوية المتوفرة بدون وصفة طبيب أو التي تحتاج إلى وصفة طبيب آمنة الاستخدام عند الأطفال؟

تتوفر العديد من القطرات العينية والأدوية الفموية لعلاج حساسية العين عند الأطفال. فالدموع الصناعية (القطرات المرطبة للعين) آمنة للغاية ويمكن استخدامها في جميع المراحل العمرية. كما يمكن استخدام بعض القطرات العينية التي تحتوي على مضادات الهيستامين ومزيج من الأدوية المضادة للهيستامين مع مثبتات الخلايا البدينة لدى الأطفال الذين تتراوح أعمارهم 3 سنوات فما فوق. ولا بد من التنبيه إلى أن أي دواء يستخدم لأجل الأطفال ينبغي مناقشته مع طبيبه الخاص.

هل حقن الحساسية (العلاج المناعي بإزالة التحسس) مفيدة لعلاج حساسية العين؟

يمكن اعتبار حقن الحساسية أو العلاج المناعي بإزالة التحسس خيارًا علاجيًا لتحسين أعراض حساسية العين إذا لم تستطع القطرات العينية والأدوية الفموية السيطرة على الأعراض. يتم حقن المريض بتراكيز منخفضة ومتزايدة تدريجيًا من المواد المسببة للحساسية. فعليًا تعمل هذه الحقن على منع جسم المريض من الاستجابة ضد المواد المسببة للحساسية، والتي تحتاج إلى الالتزام بالجرعات لشهور عديدة للحصول على أفضل النتائج. وخلال فترة العلاج قد يحتاج المريض الاستمرار في أخذ أدويته الأخرى.

ما هي الأدوية المستخدمة لعلاج حساسية العين؟

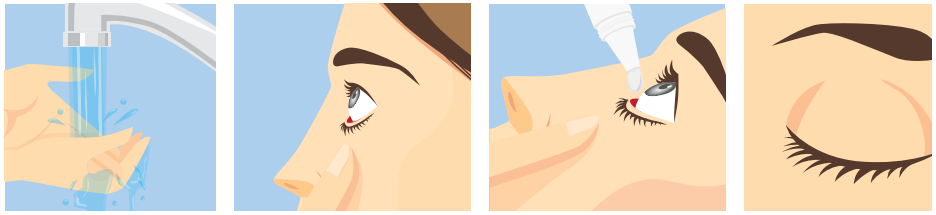
غالبًا ما تستخدم القطرات العينية والأدوية الفموية المتوفرة دون وصفة طبيب من أجل التحسن السريع لبعض الأعراض. من الأمور السلبية المتعلقة باستخدامها أنها لا تخفف جميع الأعراض وأن استخدام القطرات العينية لفترات طويلة قد تجعل حالة المريض أسوء، كما أن بعضها قد تسبب "التهاب الملتحمة المحرض بالأدوية"– الذي يزداد سوءًا بسبب التعرض المستمر للمواد الحافظة الموجودة في القطرات العينية– ولتجنب هذه الحالة يمكن لهؤلاء المرضى استخدام القطرات العينية الخالية من المواد الحافظة.

بالنسبة للأدوية الفموية والقطرات العينية التي تحتاج إلى وصفة طبيب فتستخدم للتحسن السريع وطويل المدى لأعراض حساسية العين، ويمكن استخدامها بالتزامن مع مضادات الهيستامين الفموية التي تؤخذ لتدبير أعراض التهاب الأنف التحسسي.

حساسية العين

١- القطرات العينية والأدوية الفموية المتوفرة دون وصفة طبيب:

- الدموع الصناعية: تقوم الدموع الصناعية بغسل العين للتخلص من المواد المسببة للحساسية بشكل مؤقت، كما أنها تقوم بترطيب العين التي تصبح جافة عند احمرارها وتهيجها. يمكن وضع هذه القطرات في البراد لزيادة تأثيرها المهدئ والمسكن. تعد هذه القطرات آمنة للغاية ويمكن استخدامها عند الضرورة.
- مضادات الاحتقان-مضادات الهيستامين: تتوفر القطرات العينية المضادة للاحتقان أو القابضة للأوعية الدموية دون الحاجة إلى وصفة طبيب لتخفيف الاحمرار المترافق مع حساسية العين. ويجب التنويه إلى أنه لا ينبغي لمرضى الجلوكوما (المعروف أيضًا بالمياه الزرقاء أو الزرق، ينشأ نتيجة ارتفاع الضغط في العين ويمكن أن يؤدي إلى تلف العصب البصري وبالتالي العمى) استخدام هذا النوع من القطرات. كما أن القطرات العينية المضادة للاحتقان متوفرة بمفردها أو مع مضادات الهيستامين التي توفر تخفيفًا إضافيًا للحكة. ولكن هذه القطرات تأثيرها ضعيف ويجب استخدامها عدة مرات في اليوم (4 إلى 6 مرات باليوم)، بالإضافة إلى أنه لا يمكن استخدام القطرات العينية المتوفرة دون وصفة طبيب أكثر من يومين أو ثلاثة أيام لأن استخدامها لمدة طويلة يمكن أن يؤدي إلى زيادة التورم والاحمرار الذي قد يستمر حتى بعد التوقف عن استخدام هذه القطرات، وهذا يشبه تمامًا "التأثير العكسي" الناتج عن استخدام بخاخات الأنف المضاد للاحتقان لأكثر من ثلاثة أيام حيث يصبح احتقان وانسداد الأنف أكثر من ذي قبل.
- مضادات الهيستامين الفموية: تساعد هذه الأدوية على تخفيف الحكة المترافقة مع حساسية العين، ولكنها قد تسبب جفاف العين وتجعل أعراض حساسية العين أسوء. بالإضافة إلى أن بعض أنواع مضادات الهيستامين لها تأثيرات جانبية مثل النعاس والدوخة وعدم القدرة على التركيز.



٢- القطرات العينية والأدوية الفموية التي تحتاج إلى وصفة طبيب:

- مضادات الهيستامين: تخفف القطرات العينية المضادة للهيستامين من الحكة والاحمرار والتورم المترافق مع حساسية العين. ولكن على الرغم من أن هذه القطرات تؤمن تحسنًا سريعًا للأعراض إلا أن تأثيرها لا يدوم لأكثر من ساعات، كما أن بعضها يحتاج إلى استخدامها أربعة مرات في اليوم.
- مثبتات الخلايا البدينة: تتوفر على شكل قطرات عينية تقوم بمنع إفراز الهيستامين مما يؤدي إلى عدم ظهور أعراض الحساسية. يجب البدء باستخدام هذه القطرات قبل التعرض إلى المواد المسببة للحساسية وذلك لمنع ظهور الحكة، كما يجب استخدامها بشكل مستمر لعدة أسابيع أثناء فترة موسم الحساسية.
- مضادات الهيستامين مع مثبتات الخلايا البدينة: تحتوي بعض القطرات الحديثة على مضادات الهيستامين ومثبتات الخلايا البدينة معًا بهدف العلاج والوقاية من حساسية العين. يتم استخدامها مرتين في اليوم، وهي تؤمن تحسنًا سريعًا وطويل الأمد لأعراض الحكة والاحمرار والحرقة وسيلان الدمع.
- مضادات الالتهاب غير الستيروئيدية: تتوفر على شكل قطرات عينية لتخفيف الحكة. ولكن من تأثيراتها الجانبية أنها قد تسبب لسعة أو حرقة للعينين عند تطبيقها وقد تحتاج إلى تطبيقها أربعة مرات في اليوم.
- الستيروئيدات (الكورتيزون): في الحالات الشديدة والمزمنة لحساسية العين يمكن أن تساعد القطرات الستيروئيدية على معالجة الأعراض مثل الحكة والاحمرار والتورم خلال فترة زمنية قصيرة، ولكن الاستخدام المتواصل لهذه القطرات قد يؤدي إلى ظهور تأثيراتها الجانبية مثل خطر حدوث خمج أو انتان في العينين (لأن الكورتيزون يقلل من المناعة) والجلوكوما والساد أو المياه البيضاء (مرض يصيب عدسة العين القائمة خلف الحدقة فيعتمها ويفقدها شفافيتها مما يسبب ضعفًا في النظر)، ولذلك فإن استخدام هذه القطرات على المدى الطويل (أكثر من أسبوعين) يجب أن يتم تحت إشراف طبيب العيون.
- الجيل الثاني من مضادات الهيستامين الفموية (التي لا تسبب النعاس): تكون هذه المجموعة من الأدوية فعالة إلى حدٍ ما في تخفيف الحكة المترافقة بحساسية العين. من تأثيراته الجانبية جفاف العين الذي يزيد الحالة سوءًا، إلا أنه لا يسبب النعاس والآثار الجانبية المهدئة التي يتميز بها الجيل الأول من مضادات الهيستامين.

نؤكد دائمًا على أن طبيب الحساسية أو الطبيب الخاص بالمريض هما الشخصان القادران على تحديد أفضل الطرق العلاجية المناسبة لحالة المريض.

- على الرغم من اتخاذ كافة التدابير المناسبة، فإن هذا المنشور يعتبر بمثابة دليل عام فقط، وليس بديلاً عن استشارة الطبيب والعلاج الطبي الشخصي للمريض. وإن برنامج التوعية بأمراض المناعة والحساسية والكلية الأمريكية للربو والحساسية والمناعة يعلنان بكل وضوح عن عدم مسؤوليتهما عن أية خسائر أو أضرار أو إصابات شخصية ناجمة عن الاعتماد على المعلومات المذكورة سابقًا.
- نشكر الكلية الأمريكية للربو والحساسية والمناعة (ACAAI) على مساهمتها بتزويدنا بالمعلومات المصممة لمساعدتكم www.acaai.org
- للمزيد من المعلومات، يمكنك زيارة الموقع الإلكتروني لبرنامج التوعية بأمراض المناعة والحساسية: http://aiap.hamad.qa