

## 萬芳醫院眼科江明璇醫師淺談惱人的睫毛倒插

在門診碰到有睫毛倒插困擾的病人不算少數，部分病人只要時間到了，就得規律地到眼科報到，這是為什麼呢？怎麼知道自己有沒有睫毛倒插呢？正常的睫毛是向外生長，若有一根、數根甚至一整排反方向往內，末端碰觸到角膜（俗稱黑眼球）或是兩側的眼白，就是「睫毛倒插」。

一開始，可能會覺得有輕微異物感，刺刺扎扎的感覺；接著會開始流眼淚、眼白充血、分泌物變多；嚴重一點也可能出現畏光、視力模糊的症狀。如果沒有及時就醫處理，這些倒插到眼球的睫毛就好像掃帚一樣，持續不停地摩擦黑眼球表面，時間一久，就可能造成角膜上皮損傷、甚至形成潰瘍，讓治療時間拉得更長，也可能導致最終角膜混濁或是結疤的後遺症。【右圖：萬芳醫院眼科江明璇醫師】



一般來說，造成睫毛倒插的原因很多，像是慢性眼瞼發炎、外傷結疤導致眼瞼結構改變、燒燙傷等。但其實臨床上，更多的是歸究不出原因的睫毛倒插，而且不分年紀，從幼兒到年長者都有可能發生。

針對只有零星幾根的睫毛倒插，眼科醫師在門診可透過有放大功能的檢查儀器，拔除「不乖乖長好」的睫毛。若自行在家對著鏡子處理，可能會因採光不足，或是遠近拿捏不當，傷及眼球，那就得不償失了。要注意的是，拔除睫毛只能暫時緩解症狀，一般睫毛大概一個多月會再長出來，所以異物感、刺痛、流淚等症狀又會重新找上門，只能再度尋求醫師協助。其他治療方式如：電燒、冷凍，電燒可破壞單一個毛囊，使其不再長出睫毛來；而冷凍的目的也是破壞毛囊，但有可能造成眼皮顏色改變的後遺症。

但若是一整排的睫毛倒插，通常是因為合併「眼瞼內翻」而導致的。在小朋友中，最常見的是「下眼瞼贅皮」，外觀看起來下眼皮的內眼角多了一塊凸起的水平皺褶。這是因為眼睛周圍的眼輪匝肌肥厚，推擠眼瞼邊緣使其向內翻轉，睫毛因此跟著一起朝向眼球刺，尤以亞洲的幼兒為多。



在年長者，因為眼瞼逐漸鬆弛，眼瞼周邊肌肉無力，支撐力不夠，就會造成眼瞼內翻。這些情況就不建議拔除整排倒插的睫毛，而是可以考慮眼瞼手術矯正。總結來說，睫毛倒插的治療因嚴重程度而異，建議與你的眼科醫師討論治療方式，擺脫惱人的睫毛倒插吧！【左圖：年長者因眼瞼周邊肌肉無力，眼瞼內翻而造成睫毛倒插】

（文/江明璇，萬芳醫院眼科主治醫師）