

眼部外傷

預防與初步救助

一粒砂也會是靈魂之窗的殺手

前言

在人體中，眼睛是個相當敏感而且脆弱的器官，即使是一顆塵砂也會造成眼睛極度的不適，隨時隨地都有可能發生眼外傷，因此，如何預防與初步救助是極為重要的基本知識。

化學物灼傷

預防：

1. 使用噴霧劑時，噴嘴必須避開臉部。
2. 使用清潔劑、洗衣粉、漂白水、氨或化學藥品之前，必須詳閱說明書及使用方法；使用時小心噴濺，使用後把手徹底洗淨。
3. 使用油鍋時加置炸油網，以減少油液潑濺。
4. 檢查車子電瓶水時，須小心酸液濺出，檢查後立即徹底洗手。

初步救助：

立即以大量之生理食鹽水或冷開水沖洗眼睛，同時盡可能轉動眼球，至少持續 15 分鐘。

撞擊傷害

預防：

1. 使用除草機前，先撿拾石塊或任何硬物，以免遭到彈射而受傷。
2. 棒球、籃球、網球等劇烈運動時要戴保護眼鏡，從事標槍、鐵餅、鏈球等運動時也要注意周遭人員不可太靠近。
3. 小孩遊戲時要配合年齡選擇項目或玩具，避免尖銳、具彈射性、爆炸性的危險性玩具，如空氣槍 BB 彈、炮竹等；小孩

玩危險遊戲時需加以監督，並教導小孩對於剪刀、鉛筆等危險物品，正確的使用方法及注意事項。

初步救助：

1. 眼球或眼皮裂傷時－以紗布將眼部輕輕包紮，避免碰壓或揉擦眼球，並立即送醫求助。
2. 有視力改變時－可能是眼球內出血或其他傷害，需立即送請眼科醫師檢查治療，並避免再次碰到眼球。
3. 視力無任何改變時－可用冰敷約 15 分鐘，以減少疼痛及腫脹。
4. 被炮竹炸傷眼睛時，需立即送請眼科醫師檢查治療。

塵粒或異物侵入

預防：

1. 使用粉末狀化學物時要戴上保護鏡，以防煙灰吹入。
2. 使用割草機時，割草機前方或旁邊不可有人。
3. 在工作中使用工具機前，必須詳閱使用說明及注意事項，隨時提高警覺，並視情況配戴安全眼鏡。
4. 燃放煙火炮竹時須小心謹慎。

初步救助：

1. 眼內有微粒或異物時，絕不可以揉擦眼睛。
2. 可將上眼皮向前拉高並向下拉過下眼皮，讓眼睫毛刷出上眼皮內之微粒。
3. 閉眼或眨眼數次，讓眼睛將微粒隨眼淚流出。
4. 以生理食鹽水或冷開水沖洗。

結語

發生眼外傷時，雖然迅速確實地處理可以挽救視力，還是要找眼科醫師作進一步的檢查，較為妥當。