

# Viêm kết mạc

Vietnamese

Viêm kết mạc là bệnh nhiễm trùng mắt thường gặp, đặc biệt là ở trẻ em dưới năm tuổi. Đây là trường hợp kết mạc, màng trong suốt bao phủ trong trắng và lớp mí mắt bên trong bị viêm (sưng và đỏ). Đôi khi viêm kết mạc được gọi là 'đau mắt đỏ' vì mắt nhìn có màu hồng hoặc đỏ.

Cách điều trị phụ thuộc vào con quý vị bị viêm kết mạc loại nào. Viêm kết mạc có thể là vì bị nhiễm trùng hoặc dị ứng. Viêm kết mạc truyền nhiễm rất dễ lây.

## Dấu hiệu và triệu chứng viêm kết mạc

Nếu con quý vị bị viêm kết mạc, cháu có thể bị những triệu chứng dưới đây:

- một mắt đỏ hoặc hồng (hoặc cả hai mắt)
- sau mí mắt bị đỏ
- sưng mí mắt, khiến mắt cháu có vẻ bị sưng húp
- chảy nước mắt quá nhiều
- chất dịch màu vàng-xanh tiết ra từ mắt, khô lại khi con quý vị ngủ, tạo ra ghèn khô cứng quanh mí mắt
- không ưa ánh sáng (sợ ánh sáng)
- cảm giác cộm mắt (như có cát trong mắt)
- ngứa mắt và dụi mắt.

Các triệu chứng thường xảy ra trong vòng 24 đến 72 giờ sau khi bị nhiễm bệnh và có thể kéo dài từ hai đến ba tuần.

## Nguyên nhân gây ra viêm kết mạc?

### Viêm kết mạc truyền nhiễm

Viêm kết mạc có thể là vì bị nhiễm trùng (siêu vi khuẩn hoặc vi khuẩn), rất dễ lây. Con quý vị có thể bị viêm kết mạc truyền nhiễm nếu cháu tiếp xúc với:

- dịch chảy ra từ mắt, mũi hoặc cổ họng người bệnh khi chạm vào, ho hoặc hắt hơi
- ngón tay hoặc đồ vật bị nhiễm siêu vi khuẩn hoặc vi khuẩn
- nước hoặc khăn tắm bị nhiễm siêu vi khuẩn hoặc vi khuẩn khi bơi lội.

Người bị viêm kết mạc truyền nhiễm sẽ vẫn lây bệnh nếu mắt họ vẫn tiếp tục tiết dịch.

Nếu con quý vị bị viêm kết mạc truyền nhiễm, quý vị đừng để cho cháu sử dụng chung thuốc nhỏ mắt, khăn giấy (tissue), đồ trang điểm, khăn tắm hoặc bao gối với người khác. Trẻ em bị viêm kết mạc truyền nhiễm nên ở nhà, đừng đi nhà trẻ, mẫu giáo hoặc đi học cho đến khi mắt đã hết bệnh. Hãy chắc chắn quý vị thường xuyên rửa tay kỹ để tránh lây bệnh sang người khác.

### Viêm kết mạc dị ứng

Viêm kết mạc cũng có thể là vì bị phản ứng dị ứng. Viêm kết mạc dị ứng không truyền nhiễm. Trẻ em từng bị các dị ứng khác thường dễ bị bệnh này hơn. Nếu con quý vị bị viêm kết mạc dị ứng, quý vị sẽ thường thấy cháu có các dấu hiệu khác do sốt phấn hoa. Các dấu hiệu có thể bao gồm ngứa hoặc sổ mũi và hắt hơi, ngứa mắt và chảy nước mắt. Trẻ em bị viêm kết mạc dị ứng hầu như luôn luôn dụi mắt rất nhiều.

## Chăm sóc tại nhà

Nếu các triệu chứng nhẹ, nhẹ nhàng chùi sạch mắt bằng bông gòn thấm nước ấm có thể giúp con quý vị cảm thấy đỡ hơn.

- Chỉ chùi sạch theo một chiều, từ bên trong của mắt (phía mũi) ra ngoài, như vậy quý vị tránh lây bệnh sang mắt kia nếu chỉ một mắt bị viêm.
- Thải bỏ bông gòn sau mỗi lần chùi để tránh bị tái nhiễm.

Đừng tìm cách chùi sạch bên trong mí mắt vì làm như vậy có thể gây tổn hại đến kết mạc. Thuốc nhỏ mắt bôi trơn như 'nước mắt nhân tạo' có thể giúp giảm nhẹ triệu chứng.

Đau mắt, viêm và ngứa do viêm kết mạc dị ứng có thể trị bằng thuốc kháng histamin. Hãy nói chuyện với bác sĩ hoặc dược sĩ về việc cho con quý vị sử dụng thuốc kháng histamin.

Có lẽ quý vị đã nghe người ta nói có thể thoa sữa mẹ lên đôi mắt em bé nếu mắt đỏ ghèn hoặc có chất dịch dính. Sữa mẹ không trị viêm kết mạc và không có lợi ích gì khi thoa lên mắt em bé nhưng cũng không có hại. Đừng bao giờ sử dụng sữa bột.

## Khi nào đi khám bác sĩ

Đi khám bác sĩ nếu sau hai ngày con quý vị không bớt bị viêm kết mạc hoặc nếu con quý vị bị bất kỳ điều nào sau đây:

- đau dữ dội
- có vấn đề về tầm nhìn/thị lực
- bị sưng, đỏ và đau ở mí mắt và quanh mắt nhiều hơn
- nói chung là không khỏe và bị sốt
- có đốm trắng dai dẳng trong giác mạc ('cửa sổ' trong suốt ở phía trước mắt).

Bác sĩ sẽ xác định con quý vị bị viêm kết mạc loại nào và có thể đề nghị điều trị bằng thuốc kháng sinh nếu cháu bị viêm kết mạc do vi khuẩn gây ra. Nên điều trị cả hai mắt, ngay cả khi có vẻ chỉ có một mắt bị bệnh. Tiếp tục sử dụng thuốc nhỏ mắt trong hai ngày sau khi mắt hết đỏ ghèn.

## Những điểm chính cần nhớ

- Viêm kết mạc có thể là vi bị nhiễm trùng hoặc dị ứng. Nếu bị nhiễm trùng, bệnh này thường rất dễ lây.
- Đưa trẻ bị viêm kết mạc truyền nhiễm dễ lây sang người khác cho đến khi mắt hết đỏ ghèn.
- Trẻ em bị viêm kết mạc truyền nhiễm nên ở nhà, đừng đi nhà trẻ, mẫu giáo hoặc đi học.

## Muốn biết thêm thông tin

- Đi gặp bác sĩ, Y tá Y tế Mẫu Nhi hoặc dược sĩ.
- Thông tin Sức khỏe Trẻ em: [Sốt ở trẻ em](http://rch.org.au/kidsinfo/fact_sheets/Fever_in_children) (rch.org.au/kidsinfo/fact\_sheets/Fever\_in\_children)



The Royal Children's Hospital soạn thảo và được Chính phủ Tiểu bang Victoria tài trợ.  
[rch.org.au/kidsinfo](http://rch.org.au/kidsinfo)

Rà soát năm 2018

Thông tin Sức khỏe Trẻ em được The Royal Children's Hospital Foundation tài trợ.  
Muốn quyên góp, truy cập [rchfoundation.org.au](http://rchfoundation.org.au)

### Bãi miễn trách nhiệm

Không nên sử dụng thông tin này thay thế việc đi khám bác sĩ hoặc chuyên viên chăm sóc sức khỏe. RCH đã cố gắng bằng mọi cách hợp lý để bảo đảm rằng thông tin này là chính xác vào thời điểm phát hành. RCH không chịu trách nhiệm đối với bất kỳ sai lầm, hiểu lầm hoặc sự thành công của bất kỳ cách điều trị nào nêu trong các tài liệu này. Thông tin này được cập nhật thường xuyên. Luôn kiểm tra và bảo đảm rằng quý vị có phiên bản mới nhất.