



Sharon Heng (Ling Zhi), MBBS, PhD, FRCOphth, FHEA
眼科顾问外科医生

Moorfields Private Outpatient Center
9-11 Bath Street London EC1V 9LF

Moorfields Private, New Cavendish Street
50-52 New Cavendish St, London W1G 8TL

电子邮箱: moorfields.sheng@nhs.net

诊所经理: Ms Debbie Hamer

手机号码: 07886 677351

办公室电话: 020 3633 0626

希望以下信息能够帮助到您。

什么是睑板腺囊肿 (Chalazion)?

睑板腺囊肿是一种影响眼睑的常见病症，通常由眼睑内的腺体阻塞和炎症引起。通常可感觉到肿胀（囊肿）是一个无痛的小肿块。它有时可能会被感染和/或变得疼痛。

有哪些治疗方法?

睑板腺囊肿可以采用保守治疗、切开刮除术或病灶内类固醇注射治疗。

保守疗法:

- **热敷**有助于减少不适，也可能使睑板腺囊肿消散。应将干净的法兰绒布浸入热水中，然后轻柔但稳固地敷在闭合的眼睑上 5-10 分钟，每天 3-4 次。这种热度和轻微的压力可能足以软化充满液体的肿胀（囊肿）内容物，帮助其更容易排出。（水应热但舒适，不应烫伤。）

- **抗生素与类固醇眼膏：** 使用抗生素/类固醇眼膏治疗有时有助于减轻与睑板腺囊肿相关的炎症。
- 使用热敷后对囊肿进行**按摩**可以促进囊肿引流。为此，请用干净的手指或棉签顺着睫毛的方向轻轻按摩。
- 每天两次**清洁眼睑**可以去除可能导致囊肿形成的油脂和死皮细胞。温水中加入少量婴儿洗发液的弱溶液是理想的选择，可以使用棉签蘸取此溶液清洁眼睑。
Alternatively, 也可以在任意药房购买 Blephasol 等眼睑清洁湿巾。

切开刮除术

- 这是一种小型外科引流手术，通常在局部麻醉下进行。眼睑被麻醉后，在眼睑内侧做一个小切口，释放囊肿内容物并将其刮出。手术后通常会开具抗生素滴眼液或眼膏。

该手术的好处

- 发炎的睑板腺囊肿将被引流。

手术风险

- 术后您的眼睑可能会肿胀和瘀伤几天，但这应在两周后消退。
- 存在感染风险，但术后您将获得抗生素眼膏使用，这应有助于预防感染。
- 睑板腺囊肿切除后可能复发。如果发生这种情况，请对闭合的眼睑进行热敷。

如果您的睑板腺囊肿经此处理后仍然存在，请与我们联系，因为可能需要进行进一步的治疗和检查。

术后护理和建议

麻醉效果消退后，可能会有一些不适。为缓解不适，您可以服用温和的止痛药，如扑热息痛 (paracetamol)。您应至少将眼垫覆盖眼睛两小时，因为这可以减少肿胀和瘀伤。当您取下眼垫时，可能会发现眼睛周围有一些血液或分泌物——请不必担心。

用冷却的开水清洁眼睑，并记得按处方使用抗生素眼膏。

由于这是一个小手术，仅涉及眼睑而非眼球，因此不应影响您的工作能力。

何时寻求建议

如果您的视力变得模糊或您遇到出血情况，请通过 **07886 677351** 联系我们的诊所。

类固醇注射

- 将类固醇直接注射到睑板腺囊肿中是另一种侵入性较小且可能成功的治疗方法。类固醇注射的风险包括眼压升高或白内障，尽管这种情况很少见；或者有时注射部位周围可能出现暂时性的眶周 discoloration（变色）或类固醇白色颗粒。

即使在切开刮除术或类固醇注射后，我们仍会要求您继续热敷和清洁眼睑，以维持眼睑的健康和清洁。

如有任何疑问，请通过以下方式联系我们

电子邮箱: Moorfields.sheng@nhs.net

电话: 07886 677351

或 Whats app

