

NHỮNG NGUYÊN NHÂN "KHÔNG THỂ NGỜ" GÂY BỆNH ĐAU MẮT ĐỎ

Không phải chỉ bị lây mới gây ra đau mắt đỏ đâu nhé!

>>> Những điều "không thể không biết" về bệnh đau mắt đỏ

Đeo kính áp tròng

Kính áp tròng tiếp xúc trực tiếp với mắt, chính vì thế, vệ sinh kính và bảo vệ mắt không cẩn thận cũng sẽ khiến bạn dễ bị mắc bệnh đau mắt đỏ hơn. Các vi khuẩn, virus gây bệnh có thể dễ dàng bám vào kính và xâm nhập vào đôi mắt khi chúng ta đeo kính. Do đó, chúng ta nên cẩn thận với khâu vệ sinh kính, tay và mắt khi đeo kính áp tròng để tránh tình trạng đau mắt đỏ.

Dùng thuốc nhỏ mắt sai cách

Thuốc nhỏ mắt có công dụng tốt cho mắt, thường là chữa đau mắt hoặc dưỡng mắt, nhưng nếu sử dụng không đúng cách thì nó lại là một vật trung gian làm lây nhiễm bệnh. Các sai lầm khi dùng thuốc nhỏ mắt như dùng chung với người khác, dùng thuốc hết hạn sử dụng và đặc biệt là để lọ thuốc chạm vào mắt khi nhỏ... đều có thể khiến bạn bị mắc bệnh đau mắt đỏ và cả các bệnh về mắt khác.

Không vệ sinh mắt hàng ngày

Mỗi ngày, đôi mắt của chúng ta phải hoạt động liên tục nên nếu không chăm sóc cẩn thận, sức khỏe và thị lực của mắt dễ bị giảm sút. Đặc biệt, quá trình tiếp xúc với rất nhiều tác nhân từ môi trường như khói bụi, nước mưa, gió... khiến nguy cơ lây bệnh tăng cao. Do đó, chúng mình cần chú ý vệ sinh sạch sẽ cho mắt mỗi ngày, nhất là sau khi đi đường xa, tiếp xúc với khói bụi... Bạn có thể sử dụng nước muối sinh lý hay dung dịch dưỡng mắt chuyên dụng để làm sạch và dưỡng mắt.

Thay đổi thời tiết

Những thay đổi thời tiết thường khiến sức đề kháng của cơ thể, trong đó có đôi mắt bị yếu đi. Cùng với đó, những thay đổi về điều kiện nắng, gió hay các tác nhân từ môi trường cũng tác động đến chúng ta, khiến đôi mắt bị ảnh hưởng và dễ mắc các bệnh về mắt, nhất là đau mắt đỏ. Để hạn chế vấn đề này, các bạn nên bảo vệ mắt khi ra ngoài, nhất là khi đến những nơi nhiều khói, bụi.

Dị ứng

Trường hợp này thường xảy ra ở những người có cơ địa nhạy cảm. Khi tiếp xúc với các tác nhân gây hại như bụi, nước, khói, dù chỉ ở dạng nhẹ nhưng cũng khiến bạn bị đau mắt đỏ. Với những bạn thuộc trường hợp này, chúng ta nên chú ý hơn trong việc chăm sóc mắt, vệ sinh và dưỡng mắt mỗi ngày, tránh để mắt tiếp xúc với các tác nhân gây dị ứng.

Dụi mắt

Đôi mắt của chúng ta vốn là một bộ phận vô cùng nhạy cảm. Dụi mắt là hành động tác động mạnh vào mắt, dễ gây tổn thương tới các phần bên trong mắt, và đặc biệt là dẫn đến bệnh đau mắt đỏ do tay chứa nhiều bụi bẩn, vi khuẩn tiếp xúc trực tiếp với mắt. Bởi vậy, bạn nào có thói quen này thì nên loại bỏ ngay.