



চোখ চুলকানো কি শুধু অ্যালার্জি? জানুন আসল কারণ ও সমাধান



সংগৃহীত ছবি

চোখ চুলকানো অনেকের দৈনন্দিন সমস্যার একটি। তবে এর পেছনে কেবল অ্যালার্জি নয়, সংক্রমণ, ড্রাই আই বা কর্নিয়ার সমস্যা থাকতে পারে। সঠিক যত্ন ও চিকিৎসা ছাড়া এ অবস্থা দীর্ঘমেয়াদে দৃষ্টিশক্তির জন্য ঝুঁকি তৈরি করতে পারে।

১. সংক্রমণ (ইনফেকশন)

চোখে ভাইরাস বা ব্যাকটেরিয়ার আক্রমণে কনজাংটিভাইটিস হতে পারে। এতে চোখ লাল হয়ে যায়, ফুলে ওঠে, চুলকায় এবং পানি বা পুঁজ বের হয়।

২. ড্রাই আই সিনড্রোম

যখন চোখে পর্যাপ্ত টিয়ার ফ্লুইড তৈরি হয় না, তখন চোখ শুষ্ক হয়ে যায়। এর ফলে জ্বালা, অস্বস্তি ও চুলকানি দেখা দেয়। দীর্ঘ সময় এয়ারকন্ডিশন রুমে থাকা, অতিরিক্ত স্ক্রিন ব্যবহার বা বয়সের কারণে এ সমস্যা বাড়তে পারে।

৩. অ্যালার্জি

চোখ চুলকানোর সবচেয়ে সাধারণ কারণ হলো অ্যালার্জি। ধূলাবালি, ফুলের রেণু, পশুর লোম বা ঘরের ধুলা এ সমস্যা বাড়ায়। চোখ লাল হওয়া, পানি পড়া ও তীব্র চুলকানি এ সময় সাধারণ উপসর্গ। মৌসুমি পরিবর্তনের সময় এটি বেশি হয়।

৪. দৃষ্টিশক্তির সমস্যা

কিছু ক্ষেত্রে চোখ চুলকানো মানে দৃষ্টিশক্তির সমস্যা। কর্নিয়ার জটিলতায় চোখে ঝাপসা দেখা ও অস্বস্তির পাশাপাশি চুলকানি হতে পারে।

করণীয়:-

চোখ চুলকালে হাত দিয়ে ঘষা থেকে বিরত থাকুন।

পরিষ্কার পানি দিয়ে চোখ ধুয়ে ফেলুন।

উপসর্গ দীর্ঘস্থায়ী হলে চক্ষু বিশেষজ্ঞের পরামর্শ নিন।

চিকিৎসকের পরামর্শে অ্যালার্জির ওষুধ বা আইড্রপ ব্যবহার করুন।

শেষ কথা

চোখের স্বাস্থ্য অবহেলা করার মতো বিষয় নয়। ছোট্ট অস্বস্তিই বড় সমস্যার কারণ হতে পারে। তাই চোখ চুলকানি বারবার হলে দেরি না করে চিকিৎসকের শরণাপন্ন হোন।

সূত্র: আমেরিকান একাডেমি অব অপথ্যালমোলজি, ন্যাশনাল আই ইনস্টিটিউট অব ইউএসএ