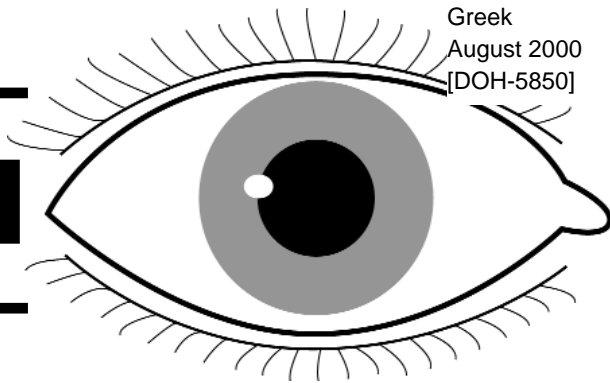


Βλεφαρίτιδα



Blepharitis

Τι είναι Βλεφαρίτιδα;

Βλεφαρίτιδα ή χρόνια φλεγμονή του βλεφάρου του ματιού είναι μια πολύ συνηθισμένη και ενοχλητική πάθηση. Τα συμπτώματα μπορεί να είναι ελαφριά και αποτελούνται απλώς από μια αμμόδη αίσθηση και πόνο στα βλέφαρα του ματιού (ο πιο συνηθισμένος τύπος).

Ή, μπορεί η πάθηση να είναι πιο σοβαρή και να προκαλέσει παραμόρφωση των βλεφάρων με αποτέλεσμα να μεγαλώνουν οι βλεφαρίδες του ματιού γυρίζοντας προς τα μέσα.

Η βλεφαρίτιδα συνήθως συσχετίζεται με στεγνή επιδερμίδα π.χ. έκζεμα και ψωρίαση. Κριθαράκια στα βλέφαρα είναι πολύ πιο συνηθισμένα αν υπάρχει βλεφαρίτιδα.

Μπορεί να Γιατρευτεί;

Η βλεφαρίτιδα δεν μπορεί να γιατρευτεί, ωστόσο, τα συμπτώματα μπορούν να ανακουφίζονται με ορισμένα μηχανικά και ιατρικά μέσα. Ο σκοπός της θεραπείας είναι:

1. Να διατηρούνται καθαρά τα βλέφαρα - το πλύσιμο του ματιού είναι σημαντικό για να αφαιρούνται οι κρούστες και τα λέπια
2. Να θεραπεύεται η μόλυνση - αλείφετε με αντιβιοτική αλοιφή την περιοχή του βλεφάρου για την πρόληψη δευτεροπαθούς μόλυνσης.
3. Να αντικαταστούν τα δάκρυα - πιθανόν να χρειάζονται τεχνητά δάκρυα για να ανακουφίζουν τα συμπτώματα.

Πλύσιμο των Βλεφάρων

Δοκιμάστε αυτή την απλή διαδικασία.

Πρώτα, πλύνετε τα βλέφαρα. Αν ο πόνος ή το αίσθημα άμμου στα μάτια εξακολουθούν μετά από τακτικό πλύσιμο του ματιού, τότε είναι σημαντικό να συμβουλευτείτε το γιατρό σας. Μια αλοιφή ή τεχνητά δάκρυα μπορεί να χρειάζονται για να ανακουφίζουν τα συμπτώματα.

Οι αριθμοί τηλεφώνων είναι σωστοί την ημερομηνία έκδοσης αλλά δεν ανανεώνονται συνεχώς. Ίσως χρειαστεί να κοιτάξετε τους αριθμούς στον τηλεφωνικό κατάλογο.

Πώς να Πλύνετε τα Βλέφαρα

1. Πρώτα, πλύνετε τα χέρια σας.
2. Κλείστε και τα δυο μάτια, τοποθετήστε ζεστές κομπρέσες στα μάτια - επί 2 λεπτά.
3. Κάντε μασάζ στα Βλέφαρα (απαλό)
4. Χρησιμοποιήστε Σαμπουάν Johnson's Baby Shampoo: 5 σταγόνες σαμπουάν σε μισό φλυτζάνι βρασμένου νερού.
Ή
1 κουταλάκι του τσαγιού bicarbonate of soda σε μισό λίτρο βρασμένου νερού.
5. Αφήστε να κρυώσει το διάλυμα πριν το χρησιμοποιήσετε.
6. Χρησιμοποιήστε μπαμπάκι ή γάζα -σκέτη γάζα-, τρίψτε απαλά τις παρυφές και τις βλεφαρίδες των βλεφάρων.
7. Ξεπλύνετε με κρύο νερό 2 ή 3 φορές τη μέρα όταν είναι ερεθισμένα και μια φορά τη μέρα όταν δεν είναι ερεθισμένα.

Ευχαριστίες

Αυτές οι πληροφορίες συντάχτηκαν από το προσωπικό των νοσοκομείων Sydney Hospital και Sydney Eye Hospital, από κοινού με τον οργανισμό Πολυπολιτισμικής Επικοινωνίας (Multicultural Communication).

