

BLEFARIIT EHK SILMA LAUÄÄREPÕLETIK

Mis on blefariit?

Blefariit ehk silma lauäärepõletik võib olla põhjustatud bakteritest või silmalau rasunäärmete ummistusest. Samuti võib see olla põhjustatud näo- ja peanaha juustega kaetud piirkonna haiguslikest seisunditest nagu näiteks akne või seborroiline dermatiit (rasunäärmete funktsioonihäiretest tingitud haigusseisund).

Kuidas blefariit väljendub?

Blefariidi puhul võivad silmalaud sügeleda, põletavalt kuumata, tursuda, samuti võib täheldada mõningast ripsmete väljalangemist. Silmad võivad olla tundlikud valgusele, suureneb pisaravool või vastupidi, silmad tunduvad väga kuivad. Öö jooksul mikrohaavadest erituv sekreet kuivab, põhjustades sellega hommikuti ripsmete kokkukleepumist.

Blefariit võib korduda ja seetõttu võib osutuda vajalikuks ka korduv ning pikaajaline ravi.

Blefariidi ravi

Ärritavate sümptomite leevendamisele saate ise kaasa aidata. Kui Teile on välja kirjutatud silmatilgad või -salv, kasutage neid kindlasti (mitte kõik blefariidi tüübid ei vaja ravimitega ravimist). Lisaks tehke kaks korda päevas sooja kompressi ja laugude massaaži.

Kulub 4-6 nädalat enne, kui ravi hakkab mõjuma. Oluline on Teie enda järjekindlus!

Silmalauude hooldus

- ❖ Enne kontakti silmadega peske alati käed seebi ja veega!
- ❖ **Kuiv soojus laugudele** – hoidke sooja lusikat kinniste silmade peal 2 min ja/või sooja lampi kinniste silmade ees.
- ❖ **Massaaž** – kasutades näppu või vatipulka masseerige kergete ringjate liigutustega lauservi vähemalt 5 sekundi jooksul. Ülalagu silitage kerge survega ülalt alla ripsmete suunas ja alalugu vastupidi alt üles.
- ❖ **Silmalauude hügieen** – puhastage kõik lauserva ripsmete juurde kogunenud nahalibled. Kasutage selleks vatipadjakesi, mida võite kasta keedetud ja ajhutatud vee või siis lahjendatud beebišampooni sisse.
- ❖ Kui Teil on akne või seborroiline dermatiit näol või juustega kaetud peanahal, tuleb ravida ka neid!
- ❖ Ärge kasutage silmameiki või kontaktläätsi enne, kui olete tervenunud ning Teie raviarst seda lubab.

Tähelepanu!

- ❖ Kasutage iga vatipadjakest üks kord
- ❖ Ärge puhastage silmalauge seestpoolt
- ❖ Silmatilgad pange enne silmasalvi

Infomaterjali koostamisel kasutatud Ida-Tallinna Keskhaigla patsiendiinfot

Koostatud: dr Küllike Heinloo, Kirurgiakliinik, veebruar 2016

Ajakohastatud: dr Küllike Heinloo, Kirurgiakliinik, mai 2024