



Blefarit

Inflammation som ger skav och irritation i ögonlockskanterna

memira[®]
EYECENTER

Blefarit

Blefarit betyder att man har en inflammation i ögonlock- och/eller ögonlockskanter. Detta kan drabba såväl det övre som det nedre ögonlocket. Det vanligaste är att man har besvär på både höger- och vänster sida samtidigt men ibland är det mer på den ena sidan. Vid inflammation har man besvär med rodnad irritation och svullnad. I en del fall ses även eksem i ögonlockens hud. Vaglar är vanligare hos personer med blefarit. Blefarit förekommer i alla åldrar. Vid vissa hudsjukdomar som exempelvis rosacea, mjälleksem och atopisk hud är det vanligare att drabbas av blefarit. Besvären kan vara mycket långdragna och i vissa fall är tillståndet kroniskt. Symptomen går att hålla under kontroll med regelbunden och noggrann ögonlockshygien.

I ögonlockskanterna finns körtlar som ska bidra med det sekret som ger smörjande fett till våra ögon och ögonlock. Detta sekret behövs även för att tårarna ska få en optimalt smörjande kvalitet. Vid blefarit har dessa körtlar en felaktig och/eller för dålig produktion av sekret. Symptom på torra ögon är vanligt hos personer med blefarit.

Symptom

- ✓ Röda, irriterade och svullna ögonlockskanter.
- ✓ Vaglar
- ✓ Mjällbildning och ibland även skorpor i ögonfransraden.
- ✓ Ögonen kan kliä, rinna och kännas grusiga. Ibland kännas ögonen istället torra och svidande.
- ✓ Eksem med klåda i ögonlockshuden.
- ✓ Inflammationen i ögonlocken kan sprida sig till ögats bindehinna.

Behandling

Eftersom blefarit ofta ger långdragna besvär som ibland är kroniska och återkommande, är det viktigt att behandla regelbundet. Helst dagligen. Grunden i behandlingen är noggrann och regelbunden ögonlockshygien. Regelbunden ögonlocksmassage kan även bidra till en bättre funktion i ögonlockskanternas körtlar och därmed förebygga blefarit. I vissa svåra fall kan man behöva behandling med antiinflammatoriska läkemedel och/eller antibiotika.

Daglig ögonlockshygien innefattar

1 Värme

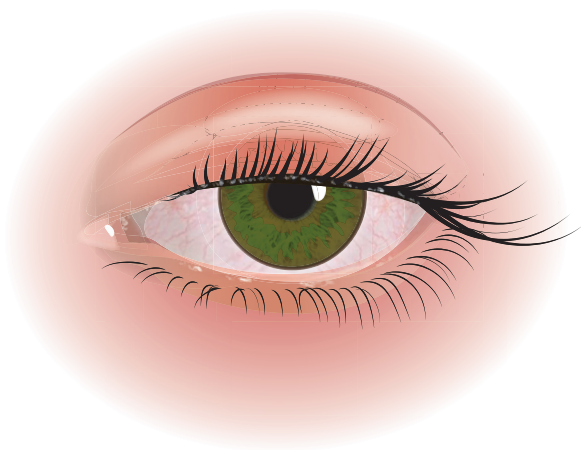
Värm upp ögonlocken under ca 5 minuter för att underlätta rengöringen. Använd en värmande ögonmask, en ansiktshandduk som värms med hjälp av varmvatten eller en försiktigt uppvärmd mjuk vetekudde. Var noggrann med hygien och börja med att tvätta händerna.

2 Massage

Vid massage av ögonlocken gör man rent vid körtlarnas mynningar, beläggningar avlägsnas och eventuellt var och sekret pressas fram så att detta lättare kan avlägsnas. Ögonlocken och dess kanter, masseras med väl rengjorda fingrar vertikalt samt med små cirkelrörelser. Använd gärna en ögonsalva för att underlätta massagen genom att minska friktionen mot huden. Oculentum simplex är ett exempel på en sådan ögonsalva. Denna kan köpas receptfritt på apotek.

3 Rengöring

Det finns flera olika preparat för ögonlocksrengöring att köpa på apotek. Vissa används som våtservetter, andra är på flaska eller tub där du använder vätskan eller gelen på bomullsrandeller. Gemensamt för dessa är att de återfuktar samtidigt som de rengör vilket gör att du inte torkar ut dina ögonlockskanter med rengöringen. Tidigare gav man rådet att använda babyschampo för ögonlocksrengöring men detta kan torka ut kanterna vilket är ogynnsamt. Använd gärna istället ljummet vatten med en droppe olivolja. Smörj gärna ögonlockskanten efter rengöring med en ögonsalva. Använd sedan gärna smörjande ögondroppar utan konserveringsmedel.



memira.se
08-517 588 19

memira
EYECENTER



Scanna QR-koden för att se filmer om ögonsjukdomar