



Blefarit

Inflammation som ger skav och irritation i ögonlockskanterna

memira[®]
BY BERGMAN CLINICS

Blefarit

Blefarit betyder att man har en inflammation i ögonlockskanterna. 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. Man kan ha besvär med rodnad, irritation och svullnad. I en del fall ses även eksem i ögonlockens hud. Blefarit förekommer i alla åldrar. Vaglar är vanligare hos personer med blefarit. Vid vissa hudsjukdomar som exempelvis rosacea, mjällleksem och atopisk hud är det vanligare att drabbas av blefarit. Besvärerna kan vara mycket långdragna och i vissa fall är tillståndet kroniskt. Regelbunden och noggrann ögonlockshygien kan hålla besvärerna under kontroll. 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. Torra ögon är vanligt hos personer med blefarit.

Symptom

- ✓ Röda, irriterade och svullna ögonlockskanter.
- ✓ Vaglar
- ✓ Mjällbildning och ibland även skorpor i ögonfransraden.
- ✓ Ögonen kan klia, rinna och kännas grusiga. Ibland känns 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. Det enskilt viktigaste 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

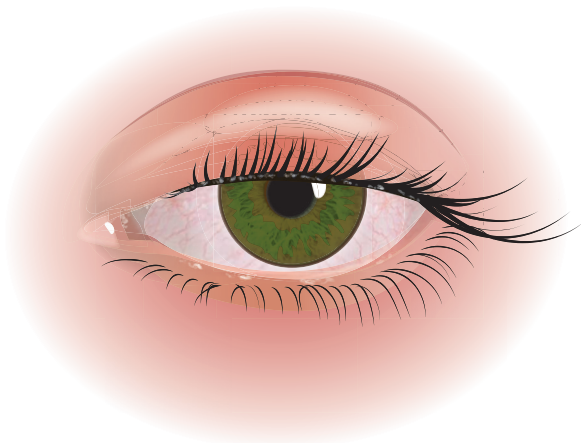
Var noggrann med hygien och börja med att tvätta händerna. Värm upp ögonlocken under ca 10-15 minuter för att underlätta rengöringen. Använd en värmande ögonmask, en liten handduk som värms med hjälp av varmvatten eller en försiktigt uppvärmd mjuk vetekudde.

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 mot ögonlockskanten. Man kan också använda en bomullspinne. Gnugga inte.

3 Rengöring

Tvätta ögonlockskanterna. Torka noggrant bort intorkade skorpor mellan ögonfransarna. 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 motverkar att ögonlockskanterna torkas ut av rengöringen. Man kan också använda ljummet vatten och mild ansiktstvål. Smörj ögonlockskanten efter rengöring med en ögonsalva, det finns flera receptfria alternativ. Använd gärna smörjande ögondroppar utan konserveringsmedel



memira.se