

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.

Silmalaugude 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. Kompressi mitte teha!
- Massaaž – kerge ringjate liigutustega masseerige lauservi vähemalt 5 sekundi jooksul. Eriti pöörake tähelepanu alumisele laule. Massaaži vajalikkus kooskõlastage eelnevalt arstiga!
- Silmalaugude pesemine – pesemiseks valmistage lahus 2-3 tilgast beebišampoonist, lahustatuna pooles klaasis soojas vees. Niisutage vatipulga ots lahusega, sulgege silm ning tõmmates silmalaugu kergelt ettepoole, puhastage silmalau äär ja ripsmed. Seejärel loputage silmad hoolikalt puhta sooja veega.
- 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.

Lisajuhised

- Järgige alati Teile antud ravijuhiseid. Kui tunnete, et ravi ei aita, võtke ühendust oma arstiga. Ärge katkestage ravi enne, kui Teie raviarst Teil seda teha palub.
 - Olge teadlik, milliseid ravimeid Te kasutate, samuti millal ja miks Te neid kasutate. Arsti visiidile minnes võtke alati kaasa Teie poolt kasutatavad ravimid või nimekiri nendest. Lisainformatsiooni ravimite kohta võite alati oma arstilt küsida.
 - Kasutage põletiku vastast silmasalvi või –tilku arstilt saadud juhiste järgi. Silmatilku ja silmasalvi kasutades vältige pudeli otsekontakti silma või kätega.
 - Kasutage silma niisutavaid tilku, kui silmad tunduvad kuivad või vastavalt arsti ettekirjutustele.
- ### **Helistage oma raviarstile juhul, kui Teil on:**
- silmavalu;
 - nägemine halvenenud;
 - sümptomid, mis on kestnud kauem kui 2 nädalat;
 - tekkinud uued sümptomid (blefariidi raviks kasutatavatel ravimitel võivad olla kõrvalmõjud).