

## Silma sarvkesta marrastus

Sarvkest on silma eesosas paiknev läbipaistev väliskiht. Marrastus sarvkestal võib olla väga valulik.

### **Kuidas tekib sarvkestale marrastus?**

Sarvkesta marrastus võib silmale tekkida:

- trauma käigus (nt spordivigastus käega või spordivarustusega),
- esemega vigastades (puuoks, sõrmeküüs, paberiäär, taimeleht) või
- silma sattunud võõrkehaga – võõrkeha tekitab silma pilgutamisega sarvkestale kriimustuse. Võõrkeha ise võib pisaratega väljuda või arst võib selle eemaldada, kuid kriimustus sarvkestal tekitab ikka võõrkehataunnet ja valu.

### **Millised on sarvkesta marrastuse sümptomid?**

- Punetus
- Pisaravool
- Hõõrumistunne silma pilgutades
- Valu
- Võõrkeha tunne silmas
- Valguskartus
- Hägune nägemine

### **Kuidas sarvkesta marrastust diagnoositakse?**

Esmalt küsitleb silmaarst Teid sümptomite ja marrastuse tekkimise põhjuse suhtes. Seejärel vaatab silmaarst Teie silma vastava aparaadiga ning veendub, et silmas ei oleks võõrkeha. Marrastuse tuvastamiseks võidakse Teie silma tilgutada kollakat värvainet, mis Teie nägemist ei mõjuta. Ka võõrkeha eemaldamiseks võidakse olenevalt võõrkeha asukohast silmas, tilgutada eelnevalt tuimastavaid silmatilku. Seejärel eemaldatakse võõrkeha.

### **Kuidas ravida?**

- Vajadusel määrab silmaarst Teile ravimi.
- Silma võib katta pehme silmasidemega. Side hoiab silmalau suletuna ning aitab sarvkestal paraneda ning leevendab valu ja hõõrumistunnet.
- Kriimustuse paranemise ajal ei ole soovitatav käia saunas, vannis või ujumas.
- Külma ja kuiva aitavad valu vähendada. Tooge näide
- Märja kompressi teha ei tohi.
- Mõnikord on vajalik korduv silmaarsti konsultatsioon.

### **Kaua sarvkesta marrastus paraneb?**

Enamus sarvkesta kriimustusi paraneb paari päevaga. Kui sümptomid kestavad kauem, tuleb pöörduda uuesti silmaarsti poole.

### **Kuidas ma saan ise sarvkesta marrastust vältida?**

- Kanna alati kaitseprille seal, kus silm võib viga saada.
- Ole ettevaatlik metsas, taimedega tegeledes, sportides jne.