

## Võõrkeha silmas

Võõrkehana võib silma sattuda ripsmekarv, tolmukübe, liivatera, metalli- või mullaosake jms. Peamiseks sümptomiks võõrkeha puhul on silma ärritus ja valu. Käesolevast infolehest leiate juhiseid, kuidas toimida võõrkeha sattumisel silma.

### **Klaasipuru silmas ja laugudel**

Lase kannatanul kergelt kummarduda ja püüa eemaldada klaasipuru nahalt puhudes suletud silmalaule. Mõned killud saab nahalt eemaldada neid niisutatud vatitupsuga õrnalt pühkides. Loputa silmi ja nägu veega, et vabaneda veel allesjäänud klaasikübemetest. Probleemi püsimisel helista või pöördu vajadusel spetsialisti poole. Silma ei tohi hõõruda!

### **Väiksed osakesed silmas**

Kui silmas on palju väikseid osakesi (näiteks mullakübemeid või liivateri), puhasta kõigepealt silma ümbrus märja käterätiga. Siis asetage kahjustatud silma näopool veenõusse ja proovige silma korduvalt avada ja sulgeda. Kui võõrkeha on lapsel silmas ja ta on sellise koostöö jaoks liiga väike, hoidke teda nägu ülespidi kergelt voolava sooja vee all või valage talle sooja vett silma. Silm peab loputamise ajal olema avatud.

### **Puru silmanurgas**

Kui võõrkeha on silmanurgas, püüdke see eemaldada puhta pabertaskuräti nurgaga või niiske vatitupsuga.

### **Puru alalau all**

Kui võõrkeha on alumise lau all, tõmmake alalaug eemale ja puudutage võõrkeha niiske vatitupsuga. Kui see ei aita, püüdke valada vett võõrkehale, hoides laugu silmast eemal.

### **Puru ülalau all**

Kui võõrkeha ei ole näha, on see tõenäoliselt ülalau all. Proovige silma pilgutada, hoides nägu veenõus. Kui see ei õnnestu, tõmmake ülemine laug silmast eemale ja alumise lau peale. Mõnikord tõrjub see võõrkeha silmast välja.

### **Pöörduge viivitamatult silmaarsti juurde, kui:**

- võõrkeha tabab silma suure hooga (näiteks metalli lõigates või kivilt purustamisel tekkivad killud)
- võõrkeha on terav
- loputamise käigus ei õnnestu võõrkeha täies ulatuses silmast eemaldada (Te näete seda või püsib hõõrdumistunne ja valu silmas)
- nägemine ei normaliseeru pärast silma loputamist
- võõrkeha on eemaldatud, aga pisaravool ja sagenenud pilgutamine ei vaibu
- Teil on veel küsimusi või muresid.

SA TÜK Silmakliinik

L.Puusepa 8, Tartu

08.00 – 16.00 tel. 7 319 767

16.00 – 08.00 tel. 7 319 763