IDA-TALLINNA KESKHAIGLA

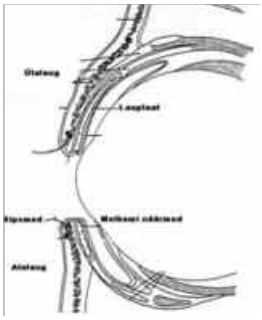
AS Ida-Tallinna Keskhaigla
Ravi 18, 10138 Tallinn
Rg-kood 10822068
Tel 666 1900
E-post info@itk.ee
www.itk.ee

Blefariit ehk lauäärte põletik

Käesoleva infolehe eesmärk on selgitada patsiendile blefariidi ehk silmalau äärtel esineva põletiku olemust ja ravi.

Haiguse olemus

Blefariit ei kahjusta nägemist, küll aga kipub see korduma ning võib olla väga ebameeldiv haigus. Blefariiti on mitut tüüpi, aga kõik need tähendavad põletikku silmalau äärtel. Sageli kombineerub see põletik Meibomi näärmete avade sulgusega. Need näärmed avanevad silmalau serval ja toodavad õlisarnast sekreeti, mis on pisarate oluline komponent.



Blefariidi ravi

Silmaarsti või õe nõuandeid järgides saate ärritavate sümptomite leevendamisele ise kaasa aidata. Kui Teile on välja kirjutatud silmatilgad või -salv, kasutage neid kindlasti (mitte kõik blefariidi tüübid ei vaja ravimitega ravimist). Lisaks tehke kaks korda päevas allpool kirjeldatud protseduure. Arst või õde selgitab Teile, millised ravivõtted Teie haiguse tüübi korral kõige paremini sobivad.

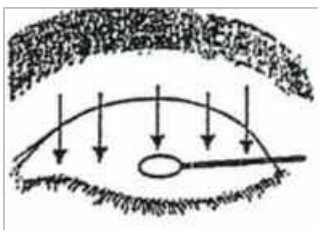
Kulub 4–6 nädalat, enne kui ravi hakkab mõjuma. Oluline on Teie enda järjekindlus!

Soe kompress

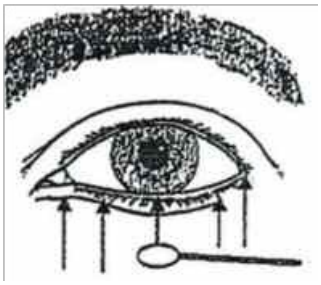
Hoidke puhast, sooja veega niisutatud vatipadjakest 5 minutit silmalau vastas. Kui padjake jahtub, niisutage seda uuesti sooja veega. See protseduur aitab ummistunud sekreedil väljuda.

Laugude massaaž

Kasutades näppu või vatipulgakest, silitage ülalaugu kerge survega ülalt alla ripsmete suunas.



Alalaugu silitage kerge survega vastupidi – alt üles.



Tehke massaaži kogu silmalau ulatuses. See protseduur aitab Meibomi näärmetesse ummistunud sekreedil väljuda.

Laugude hügieen

Puhastage kõik lauserva ripsmete juurde kogunenud nahalibled. Kasutage selleks vatipadjakesi, mida võite kasta keedetud ja jahutatud vee või siis lahjendatud beebišampooni sisse (nt Johnson & Johnson).

Lahjendage beebišampooni nii:

1. Kallake tilgake beebišampooni vatipadjale.
2. Asetage vatipadjake kruusi, mis on poolenisti täidetud keedetud ja jahutatud veega.
3. Valmistage iga päev uus lahjendus.

Tähelepanu!

- Kasutage iga vatipadjakest ainult üks kord.
- Kasutage ühe silma jaoks mitut vatipadjakest.
- Ärge pange juba kasutatud vatipadjakest kasutusel olevasse lahusesse tagasi.
- Ärge puhastage silmalauge seestpoolt.

Silmatilgad

Silmatilgad pange silma enne silmasalvi kasutamist – vastavalt arsti ettekirjutusele.

Silmasalv

Kasutage silmasalvi arsti ettekirjutuse järgi ja pange seda ainult lau välisservale.

Antibiootikumid

Mõned blefariidi tüübid vajavad antibiootikumiravi, mis vahel võib kesta mitu nädalat. Antibiootikumi tarvitage ainult arsti ettekirjutusel. Kõrvalmõjude ilmnemisel lõpetage tablettide võtmine ja konsulteerige oma perearstiga.

Küsimuste korral ning lisateabe saamiseks pöörduge palun oma raviarsti või õe poole.

Kontaktandmed

Ida-Tallinna Keskhaigla Silmakliinik Ravi 18, Tallinn • Tel666 1900

ITK511

Käesoleva infomaterjali on kooskõlastanud silmakliinik 01.01.2023. a.