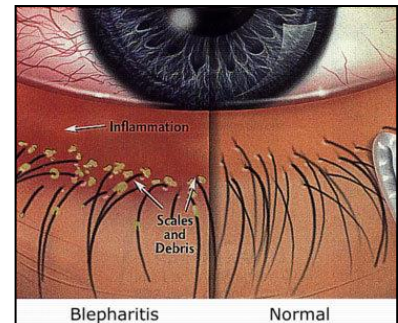


Chronische Lidrandentzündung (Blepharitis)

Was ist eine Blepharitis?

Sie haben eine chronische Entzündung der Augenlider (Blepharitis). Diese Entzündung wird Ihre Sehschärfe nicht bedrohen. Es handelt sich jedoch um ein Leiden, das immer wieder zu geröteten, verklebten und juckenden Augen führt. Dabei kann auch ein Sekretionsstau in den Talgdrüsen der Lidränder eine zentrale Rolle spielen. Paradoxe Weise sind tränende Augen ebenfalls ein Indiz für trockene Augen. Das Auge will sich mit der übermässigen Tränenbildung schützen.



Was ich selbst tun kann

Mit der nachfolgenden einfachen Methode können Sie das Leiden lindern und/oder ihm vorbeugen.

1. Mit heissen Kompressen

Legen Sie morgens und/oder abends einen mit heissem Wasser getränkten sauberen Waschlappen auf die geschlossenen Augen auf. Lassen Sie die warme Komresse ca. 5–10 Minuten aufgelegt. Sobald der Waschlappen abgekühlt ist, wiederholen Sie den Vorgang 1–2 x.

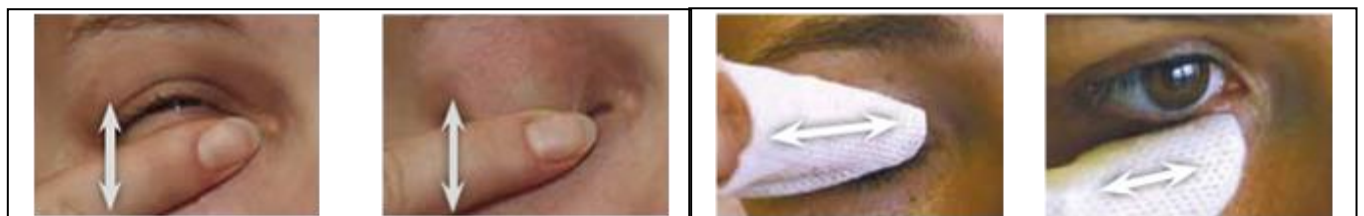
Dadurch soll das in den verstopften Talgdrüsen gestaute Fett flüssig werden. Alternativ können Sie auch Teebeutel, vorzugsweise Schwarztee, auflegen.



2. Die Massage und Reinigen der Lidränder

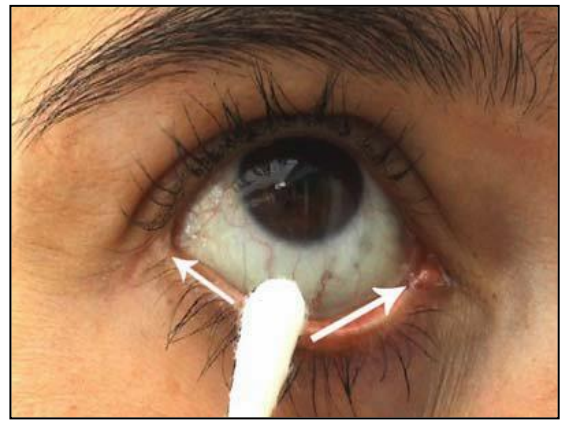
Massieren Sie danach die Lider. Dies können Sie mit einem Reinigungstuch z.B. Blephaclean, Blephagel Duo, Lidcare (alternativ auch Wattestäbchen möglich) oder gereinigten Fingern in Richtung der Wimpern durch Streichen vornehmen (d. h. am Oberlid von oben nach unten und am Unterlid von unten nach oben).

Diese Massage entfernt die Krusten und lässt den Talg besser abfliessen. Reinigen Sie den ausmassierten Talg gründlich an den oberen und unteren Lidrändern (horizontal).



Wenn Sie durch diese Reinigung und Massage eine Besserung verspüren, dann sollten Sie diese zu Beginn für ca. einen Monat konsequent 1–2 x täglich durchführen. Sie können die Häufigkeit nach Eintreten einer Verbesserung variieren, z. B. jeden zweiten Tag oder 2 x pro Woche.

Da es sich um ein chronisches Leiden handelt, müssen diese Massnahmen oft über sehr lange Zeit oder sogar dauernd durchgeführt werden.



3. Entzündungshemmende Augentropfen (z. B. FML-Liquifilm Augentropfen)

Zusätzlich zu der oben genannten Reinigung und Massage der Lidränder sollten Sie unterstützende Augentropfen anwenden.

Diese sollten Sie 3 x täglich anwenden. Falls Sie Kontaktlinsen tragen, entfernen Sie diese bitte vor der Applikation der Tropfen und warten Sie mindestens 10 Minuten mit dem Wiedereinsetzen.

4. Entzündungshemmendes Augengel (z. B. Fucithalmic Augengel)

Dieses Augengel sollten Sie 1 x täglich anwenden. Da es einen milchigen Film hinterlässt und die Sicht vorübergehend etwas trüben kann, empfehlen wir das Gel kurz vor dem Schlafengehen anzuwenden. Es ist ganz normal, dass das Gel ein leichtes Brennen in den Augen verursachen kann. Dies sollte jedoch nach kurzer Zeit wieder nachlassen.

5. Therapieplan

Wann Medikamente	Morgen	Mittag	Abend	Nacht
FML-Liquifilm Augentropfen				
Dexafree Augentropfen				
Fucithalmic Tropfgel				
Blephagel Duo / Blephaclean / Lidcare				
Kompressen				
Vibramycin Akne (30 Min. vor dem Essen mit einem Glas Wasser)				