



RDEČE, SOLZNO ALI VNETO OKO

Vojislav Ivetić

1. Zakaj pride do rdečega, solznega ali vnetega očesa?

Več različnih razlogov pripelje do pojava rdečega, solznega ali vnetega očesa. Eden od najpogostejših razlogov je vnetje veznice, ki je lahko bakterijske, virusne ali alergijske narave. Pogosti vzroki so še: vnetja globljih očesnih delov, sindrom suhega očesa, tujek na roženici ali vekci, ječmenček, izpostavljenost ultravijoličnemu sevanju (varilci, visokogorski smučarji, ponavadi brez uporabe zaščitnih očal, nikakor pa ne gre pozabiti na izpostavljenost ultravijoličnim žarkom v solariju), različne poškodbe (npr. jedkovine ali druge kemične snovi, ki brizgnejo v oko). Vneto, rdeče in solzno oko je pogost spremljevalec nekaterih bolezni npr. prehlada, otroških nalezljivih bolezni ... Možni pa so tudi drugi, bolj zapleteni in bolj nevarni razlogi, kot so: povišan očesni tlak, vnetja drugih, bolj globokih očesnih struktur, kemične poškodbe očesa, tumorji itd.

2. Kdaj in kako si lahko pomagata sami?

Pri bakterijskem ali virusnem vnetju si v prvi vrsti lahko ublažimo težave z nežnim umivanjem vek s tekočo vodo in čisto krpo. Pri tem moramo paziti na čistočo, saj se bakterijske in virusne okužbe zelo hitro širijo, če se z rokami dotaknemo oči. Zato je treba brisače in krpe, ki jih uporablja bolnik, ločiti od drugih. Roke si umivajte pogosto in skrbno in se čimmanj dotikajte oči. Gotovo je umestna pripomba, da v času izraženih simptomov ne uporabljajte očesne kozmetike, zlasti črtal za oči in maskare drugih oseb. Prav tako ne uporabljajte kontaktnih leč, ker se težave samo še poslabšajo. Bolje je, da v tem času nosite očala, dokler se oko ne umiri. Za preprečitev nelagodnega občutka pri bakterijskem ali virusnem vnetju si pokrijte oči s toplimi obkladki za 5 do 10 minut, tri do štirikrat dnevno. Prav tako si lahko pri nastanku ječmenčka (lat. hordeolum), ki predstavlja okužbo ene ali več žlez na robu veke ali pod njo, sami pomagata z uporabo toplih obkladkov. Nikoli pa ne uporabljajte starih kapljic ali krem za oči ali takšnih, ki vam jih je sicer dobronamerno svetoval ali posodil znanec, sosed, prijatelj ...

Če imate težave zaradi alergijskega vnetja in v kolikor poznate alergen (snov, ki vam izzove težave), se mu je najbolje izogniti. Ostanite v zaprtih prostorih v času cvetenja. Koristne informacije o cvetenju lahko dobite iz časopisov in podobnih glasil. Včasih si lahko sami pomagata s kapljicami, ki jih kupite v prosti prodaji v lekarni. To so predvsem »umetne solze«, ki izperejo alergen iz oči. Pomagata si lahko tudi s hladnimi oblogami, ki bodo zmanjšale oteklino vek.

Tujka si ne poskušajte odstranjevati sami. V kolikor vam je v oko brizgnila jedka snov, si oko takoj izpirajte z obilico vode, izpiranje pa naj traja vsaj 10 min.



3. *Kdaj morate k zdravniku?*

V primeru nenadne bolečine, nenadne izgube ali poslabšanja vida, otekline, ki se stopnjuje, poškodbe očesa ali občutka, da imate tujek v očesu, se je potrebno oglasiti pri svojem zdravniku družinske medicine. V dogovoru z njim boste začeli ustrezno zdravljenje ali pa boste napoteni na pregled k oftalmologu.

4. *Katere ukrepe zdravnika lahko pričakujete?*

Vaš zdravnik vas bo podrobno vprašal glede nastanka vaših težav, stopnjevanja simptomov ter vseh drugih podrobnosti, pomembnih za postavitev prave diagnoze (vaše splošno zdravstveno stanje, bolezni v družini, druge posebnosti). Opravi bo pregled vašega očesa (ob tem lahko uporablja tudi razne optične inštrumente, kot so lupa, biomikroskop in podobno), pogledal bo veznico z notranje strani (s pomočjo prsta in palčke, pregled ne boli!), po potrebi lahko sledi še pregled očesnega ozadja in širine vidnega polja. Po opravljenem pregledu bo v veliki večini primerov svetoval glede terapije, predpisal ustrezna zdravila in vas naročil na kontrolo – seveda v primeru, da ne bo prišlo do izboljšanja.

V določenih primerih ter v nujnih primerih vas bo vaš zdravnik družinske medicine napotil na pregled k specialistu za očne bolezni. V veliki večini primerov (okoli 80 %) boste v dogovoru s svojim zdravnikom družinske medicine začeli ustrezno zdravljenje, dobili nasvet glede nadaljnjih postopkov ter ustrezna zdravila.

5. *Katere so najpogostejše diagnoze ob rdečem, solznem ali vnetem očesu?*

Najpogostejše diagnoze ob rdečem, solznem ali vnetem očesu so:

- bakterijsko vnetje očesne veznice,
- virusno vnetje očesne veznice,
- alergijsko vnetje očesne veznice,
- tujek na roženici ali vekji,
- ječmenček (vnetje žlez na vekji ali ob njej),
- izpostavljenost ultravijoličnemu sevanju,
- poškodba.

6. *Kateri so načini zdravljenja?*

Zdravljenje je zelo različno. Odvisno je predvsem od razloga, ki je pripeljal do rdečega, solznega ali vnetega očesa. Pri svojem zdravniku družinske medicine boste dobili nasvete glede higiene očesa, higienskega režima doma (ločene brisače, izogibanje neposrednim stikom), seznanil vas bo z možnostmi prenašanja okužbe, možnostjo izpiranja očesa s fiziološko raztopino ter uporabe zaščitnih očal, v primerih, ko je to potrebno, pa boste dobili zdravila.

Zdravila so lahko lokalna (kapljice, mazila, obkladki ...; zdravstveni tehnik v vaši ambulanti družinske medicine vam bo pokazal, kako se ustrezno uporabljajo), lahko pa sistemska (tablete, kapsule itn.).



V določenih primerih je potrebno narediti mali operativni poseg (odstranitev tujka, odstranitev kožne spremembe, odstranitev benignih podkožnih sprememb), ki se bo delal v lokalni anesteziji (ponavadi pri oftalmologu).

7. Kako poteka spremljanje bolnika z rdečim, vnetim ali solznim očesom?

Ob koncu posveta z vašim zdravnikom boste dobili natančna navodila glede trajanja zdravljenja in eventualne kontrole v ambulanti družinske medicine. Posebej boste opozorjeni, da se v primeru vztrajanja simptomov ali celo poslabšanja, oglasite na kontrolo prej, kot je dogovorjeno. Priporočljivo je, da ste pozorni na negativne učinke zdravil, ne glede na to ali se uporabljajo lokalno ali sistemsko. Tudi v tem primeru boste dobili navodila, da se oglasite na predčasno kontrolo. Ponavadi že po 3-5 dneh uporabe predpisane terapije pride vsaj do delnega izboljšanja simptomov.

8. Ali in kako lahko pojav rdečega, vnetega in solznega preprečite?

Ob izpostavljenosti neposrednemu ultravijoličnemu sevanju (varilci, smučarji) je nujna uporaba zaščitnih očal. Ob delu, pri katerem je možnost vstopa tujka velika (brusilci, avtomehaniki, umazana dela), je potrebna posebna previdnosti in po možnosti tudi uporaba zaščitnih očal. Pri znani alergiji na določene snovi, hrano ali zdravilo je pomembno izogibati se stiku z le-temi.