

KUIVAT SILMÄT JA NIIDEN HOITO

Kuivasilmäisyys on kyynelkalvon ja silmän pinnan sairaus, johon liittyy kyynel-erityksen vähentyminen tai kyynelneesten liiallinen haihtuminen. Kyynelneeste saattaa näin muuttua suolaisemmaksi eli hypertoniseksi, ja aiheuttaa silmän pinnalle tulehduksen. Kuivasilmäisyys on ennemminkin oireiden joukko kuin yksittäinen oire. Tyypillisiä oireita ovat punoitus, roskantunne tai kipu silmässä ja näkökyvyn hetkellinen heikkeneminen. Yleisyyttä on vaikea arvioida tarkasti, mutta vaiva on lisääntymässä voimakkaasti. Aiheuttajia ovat mm. ikääntyminen, piilolinssit ja näyttöpäätetyöskentely.

Kuivasilmäisellä kyynelneesten suolapitoisuus on korkea. **Tilanne voidaan normalisoida käyttämällä tippoja,** joissa suolapitoisuus on matala eli hypotoninen. Pohjoismainen kuivasilmäisyyden hoitosuositus suositteleeekin säilytysaineettomien ja hypotonisten valmisteiden käyttöä.

Keskimäärin joka toisella kuivasilmäisellä on **luomireunan tulehdus eli blefariitti.** Siinä luomireunan Meibomin rauhasen silmää voitelevat lipidit muuttuvat paksuksi, ja rauhaset voivat mennä jopa kokonaan tukkoon. Säännöllinen silmäluomien hygieniasta huolehtiminen on tärkeää.

Kuivasilmäisyys jaetaan **eri vaikeusasteisiin lievästä erittäin vaikeaan.** Lievimmillään se aiheuttaa epämukavuutta ja ärsytystä silmässä. Piilolinssien käyttö voi olla hankalaa. Vaikeassa ja erittäin vaikeassa kuivasilmäisyydessä sarveiskalvo voi ohentua ja jopa vaurioitua.

Kuivasilmäisyys voi johtua myös kyynelneesten haihtumisesta, jonka syynä on silmän pinnan lipidipuutos. Silmät voivat tuntua polttelevalta ja vuotavat herkästi. Luomireunat voivat olla turvonneet ja usein tilanteeseen liittyy blefariitti.

Kuivasilmäisyyden hoito valitaan oireiden vakavuuden perusteella.



Puhdista silmäluomet säännöllisesti

Mikäli sinulla on luomireunan tulehdus, puhdista silmäluomet esimerkiksi **Blephaclean**-puhdistuspyyhkeillä akuutissa vaiheessa aamuin illoin kolmen viikon ajan. Sen jälkeen, mikäli oireet hellittävät, kerta vuorokaudessa riittää.

Kostuta silmät hypotonisilla, säilytysaineettomilla silmätippoilla annetun ohjeen mukaisesti.

SÄILYTYSAINEETTOMAT JA FOSFAATITTOMAT VALMISTEET KUIVASILMÄISYYDEN HOITOOON

Kaikki kuivien silmien hoitoon tarkoitetut tuotteet säilyvät huoneenlämmössä.

LIEVÄ JA KESKIVAIKEA

HYABAK®

HYALURONIHAPPO 0,15 %

- Hypotoninen
- Sisältää voitelevaa ja kostuttavaa hyaluronihappoa
- Sisältää aktinokinolia, joka antaa lisäsuojaa UV-valolta
- Helpottaa piilolinssien laittoa ja käyttöä



Sinulle sopivin valmiste

Annostelu ____ kertaa päivässä

KESKIVAIKEA JA VAIKEA

THEALOZ® DUO

TREHALOOSI 3 % | HYALURONIHAPPO 0,15 %

- Hypotoninen
- Sisältää kosteutta sitovaa trehaloosia
- Sisältää voitelevaa ja kostuttavaa hyaluronihappoa
- Kostuttaa jopa 6 kertaa pitempään kuin muut silmätipat
- Lisää merkittävästi kyynelkalvon paksuutta
- Myös piilolinssien käyttäjille



Sinulle sopivin valmiste 10 ml 5 ml

Annostelu ____ kertaa päivässä

VAIKEA JA ERITTÄIN VAIKEA

THEALOZ® DUO GEL

TREHALOOSI 3 % | HYALURONIHAPPO 0,15 % | KARBOMEERI 0,25 %

- Hypotoninen
- Sisältää kostuttavaa hyaluronihappoa ja kosteutta sitovaa trehaloosia sekä kosteuden säilyttävää karbomeeria
- Sopii yö- ja päiväkäyttöön
- Lisää merkittävästi kyynelkalvon paksuutta
- Juokseva geeli



Sinulle sopivin valmiste Annostelu ____ kertaa päivässä

Lisäksi tippa molempiin silmiin ennen nukkumaanmenoa

LIPIDIPUUTOKSESTA JOHTUVA

THEALIPID®

FOSFOLIPIDIT / TRIGLYSERIDIT / GLYSEROLI

- Luonnollisia fosfolipidejä sisältävä silmätippa
- Suojaa silmän pintaa ja säätelee kyynelneesten haihtumista
- Korjaa luonnollista lipidikerrosta
- Annostellaan aamuin ja illoin
- Päivisin voi käyttää Thealoz Duo -silmatippoja



Sinulle sopivin valmiste

Annostelu ____ kertaa päivässä