

SILMÄLUOMIHYGIENIA ON TÄRKEÄÄ

Luomireunojen Meibomin rauhasta erittyvät lipidit ovat tärkeä osa kyynelnestettä. Ne voitelevat ja kostuttavat silmää, mutta liikaeritys ja ihosta irtoava hilse voivat tukkia rauhaset. Seurauksena voi olla blefariitti eli luomitulehdus. Se on etenkin kuivasilmäisillä tyypillinen vaiva. Läkäreillä aiheuttajana on usein Demodex-punkki (tyypillinen yli 70-vuotiailla).

Perushoitona on hyvä silmäluomihygienia. Päivittäiseen hoitoon kuuluvat lämpö, hieronta ja puhdistus.



1 LÄMPÖ

Silmien kovettunut karsta tulee aluksi lämmittää. Käytä **Blepha EyeBag**-silmämaskia 5–10 minuuttia aamuin illoin kaksi viikkoa ja sen jälkeen 3–4 kert/vk.

2 HIERONTA

Irrottaaksesi eritteen ja karstan sekä avataksesi mahdolliset rauhas-tukokset, hiero varovasti puhtain sormin yläluomia ylhäältä alaspäin ja alaluomia ylöspäin kohti luomireunaa.

3 PUHDISTUS

Poista irronnut erite ja karsta ja puhdista varovasti myös ripsien tyvet koskettamatta silmää. **Blephaclean**-puhdistuspyyhkeet kosteuttavat silmiä ja sisältävät ainesosia, jotka vähentävät karstan syntymistä. Käytä puhdistuspyyhkeitä 2 x vrk kolme viikkoa, jonka jälkeen voit vaihtoehtoisesti käyttää **Blephagel**-tai **Blephasol Duo**-valmisteita kerran vuorokaudessa.

Jos blefariitin aiheuttajana on Demodex-punkki, käytä puhdistamiseen ensin **Blephademodex**-puhdistuspyyhkeitä.



CE
0459

BLEPHACLEAN®

Steriilit puhdistuspyyhkeet
Kuivasilmäisyyden ja silmäluomitulehduksen akuutin vaiheen hoitoon 2 x vrk, 3 viikon ajan.

Sinulle sopivin valmiste



BLEPHAGEL®

Riittoisa puhdistusgeeli
Kuivasilmäisyyden ja silmäluomitulehduksen hoitoon akuutin vaiheen jälkeen 1 x vrk.

Sinulle sopivin valmiste



BLEPHASOL DUO®

Misellaarinen puhdistusneste
Kuivasilmäisyyden ja silmäluomitulehduksen hoitoon akuutin vaiheen jälkeen 1 x vrk.

Sinulle sopivin valmiste



CE
0459

BLEPHADEMODOX®

Steriilit puhdistuspyyhkeet
Demodex-punkin aiheuttaman silmäluomitulehduksen hoitoon 1–2 x vrk, 30 vuorokautta.

Sinulle sopivin valmiste



CE
0459

BLEPHA EYEBAG®

Lämmitettävä silmämaski
Silmälääkärien kehittämä maski silmien lämpöhoitoon.

Sinulle sopivin valmiste



BLEPHADERM®

Steriili hoitovoide
Silmänympärysihon ja silmäluomien kosteutekseen ja hoitoon.

Sinulle sopivin valmiste

KUIVAT SILMÄT JA NIIDEN HOITO

Kuivasilmäisyys on kyynelkalvon ja silmän pinnan sairaus, johon liittyy kyynelerityksen vähentyminen tai kyynelneesten liiallinen haihtuminen. Kuivasilmäisellä kyynelneesten suolapitoisuus on korkea. Tilanne voidaan normalisoida käyttämällä tippoja, joissa suolapitoisuus on matala eli hypotoninen. Pohjoismainen kuivasilmäisyyden hoitosuositus suositteleein säilytysaineettomien, fosfaatittomien ja hypotonisten valmisteiden käyttöä.*

Kuivasilmäisyys aiheuttaa lievimmillään epämukavuutta ja ärsytystä silmässä. Piilolinssien käyttö voi olla hankalaa. Muita tyypillisiä oireita ovat mm. silmän pinnan kipu, punoitus, näkökyvyn hetkellinen heikkeneminen, valonarkuus tai vetistystaipumus. Vaikeammassa kuivasilmäisyydessä sarveiskalvo voi ohentua ja jopa vaurioitua.



LUE LISÄÄ
kuiviensilmienhoito.fi

KUIVASILMÄISYYDEN TYYPILLISIÄ AIHEUTAJIA

- ikääntyminen
- luomitulehdus eli blefariitti
- kuiva ympäristö, saasteet
- näyttöpäätetyöskentely
- piilolinssit
- hormonaaliset muutokset
- silmään tehdyt operaatiot
- säilytysaineet
- tietyt lääkkeet
- jokin sairaus
- alkoholi

THEAHYABAK®

HYALURONIHAPPO 0,15 %



CE
0459

Sisältää voitelevaa ja kostuttavaa hyaluronihappoa. Soveltuu myös raskaana oleville, imettäville sekä lapsille.

Sinulle sopivin valmiste
Annostelu ___ kertaa päivässä

THEALOZ® DUO

TREHALOOSI 3 % | HYALURONIHAPPO 0,15 %

Saatavana
5 ml ja 10 ml pullossa



CE
0459

Sisältää kosteutta sitovaa trehaloosia sekä voitelevaa ja kostuttavaa hyaluronihappoa.

Sinulle sopivin valmiste
Annostelu ___ kertaa päivässä

THEALOZ® DUO GEL

THEALOZ® GEL

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



CE
0459

Sisältää kostuttavaa hyaluronihappoa ja kosteutta sitovaa trehaloosia sekä kosteuden säilyttävää karbomeeria.

Sinulle sopivin valmiste
Annostelu ___ kertaa päivässä



Pohjoismainen kuivasilmäisyyden hoitosuositus suosittelee säilytysaineettomien ja hypotonisten tuotteiden käyttöä.

* Dry Eye Disease. Nordic Guidelines 2022.

©2025, Laboratoires Théa. All rights reserved. Thealoz® Duo, Thealoz® Duo Gel, Theahyabak®, Blephaclean®, Blepha Eyebag®, Blephadomodex®, Blephasol® Duo, Blephagel®, Blephaderm® are trademarks of Laboratoires Théa.