

Educatia Pacientului

Conjunctivita



Conjunctivita este o boala caracterizata printr-o inflamatie a membranei transparente care acopera ochiul atat in fata, pe “albul ochilor” cat si pe interiorul pleoapelor. De obicei aceasta membrana nu se observa, fiind transparenta. Ea este insa brazdata de vase foarte subtiri si la cea mai mica inflamatie, vasele se umfla si devin foarte vizibile, astfel incat membrana se inroseste (ochi rosu). Conjunctivita poate fi ACUTA (apare brusc, se vindeca repede) sau CRONICA (se vindeca mai greu, dureaza mult timp).



Care sunt cauzele bolii?

Conjunctivita este foarte des intalnita si poate fi cauzata de microbi din toate categoriile (virusuri, bacterii, ciuperci).



Cum se manifesta? Cand mergem la medic?

Cele mai frecvente simptome ale conjunctivitei sunt:

- Inrosirea ochiului
- Secretii lacrimale galbene purulente
- Senzatie de nisip in ochi
- Lipirea pleoapelor dimineata la trezire, din cauza secretiilor care se usuca pe gene



Ajutati medicul sa puna diagnosticul corect !

Este important sa ii spuneti medicului urmatoarele:

- De cand ati observat ca aveti ochiul rosu
- Aveti secretii abundente la ochi? Se aduna in coltul ochiului tot timpul?
- Aveti dureri?
- Aveti umflaturi la ochi?
- Va treziti cu ochii lipiti?

Pentru a avea un diagnostic complet, dupa ce va examineaza, este posibil ca medicul sa recomande efectuarea unor analize specifice. Cel mai frecvent se recomanda efectuarea examenului secretiei conjunctivale. Pentru acest lucru, la laborator trebuie sa fie recoltata secretia inainte de a face vreun tratament sau inainte sa va spalati pe ochi.

Atentie, ochiul cu conjunctivita NU DOARE. Nu asteptati durerea ca pe un semn care sa va trimita la doctor, pentru ca veti intarzia sa fiti examinat de un specialist, ceea ce va poate agrava boala.



Ce putem face acasa?

Pana cand ajungeti la medic trebuie sa aveti mare grija la igiena personala. Conjunctivita poate fi foarte contagioasa, asa ca daca va spalati si va stergeti pe ochi, folositi un prosop pe care sa nu il mai foloseasca si alti membri ai familiei.

Pentru spalarea ochilor folositi un sapun de copii (solid sau gel) care nu ustura, sapuniti si faceti spuma pentru a curata foarte bine secretiile uscate de pe gene.

Nu folositi produse medicamentoase fara sa intrebati medicul. Vetii vedea imediat de ce.

De obicei, o conjunctivita acuta se vindeca repede, dar sunt situatii cand vindecarea dureaza mai mult. Nu trebuie sa fiti descurajati de acest lucru.

Aveti grija sa respectati intocmai atat indicatiile referitoare la igiena cat si tratamentul.

Uneori este nevoie sa combinati anumite tratamente (picaturi sau / si unguente). Combinatiile au rolul de a evita instalarea rezistentei la antibiotic.

Daca aveti o conjunctivita cronica, tratamentul poate dura saptamani, chiar luni de zile.

In cazul in care sunteti o persoana alergica, la simptomele de mai sus se pot adauga lacrimarea abundenta, mancarimi frecvente si chinuitoare dar si alte semne de alergie (stranut repetat, nas infundat cu secretie apoasa, mancarimi in gat, tuse seaca, iritativa) In acest caz la tratament se poate adauga si un medicament antialergic.

Daca apar iritatii ale ochiului este posibil sa fie nevoie de spalaturi oculare. Acestea se efectueaza de personal specializat, cu solutii speciale.

In toate cazurile, tratamentul incorect al conjunctivitelor poate duce la cronicizarea lor sau la aparitia complicatiilor.



Informatii despre tratament

De obicei, pentru tratarea conjunctivitei simple se folosesc produse specifice care se pun in ochi, sub forma de picaturi; solutia se numeste COLIR. Pentru conjunctivite bacteriene se folosesc coliruri cu antibiotice. Tot in tratamentul conjunctivitelor, mai ales cand se insotesc de inflamatie pleoapelor, se folosesc si unguente, in special noaptea.

Este foarte important sa respectati indicatiile medicilor. Deseori nu suntem atenti si scapam informatii importante asa ca trebuie sa stim cateva trucuri:

- Inainte de administrarea tratamentului, ochii trebuie spalati asa cum am aratat mai sus, si stersi cu prosop propriu
- Colirurile sunt de obicei extrem de sensibile, asa incat dupa ce se deschide flaconul proaspat cumparat, e bine sa stiti ca nu trebuie folosit mai mult de 3 saptaman – o luna. De aceea ar trebui sa aveti obiceiul sa va notati pe eticheta lui data la care l-ati scos din ambalaj.
- Atunci cand folositi unguente, trebuie sa fiti foarte curati pe maini. Ochiul nu trebuie uns de mai multe ori, ci doar o singura data, intr-o singura directie, fara a relua traseul. Repetarea aplicarii unguentului poate imprastia microbii pe toata pleoapa si poate accentua inflamatie
- Compresele calde sunt utile in conjunctivita virala, cele reci sunt utile in conjunctivita alergica



Important!

Ascultati cu atentie recomandarile medicului. Daca nu respectati indicatiile, conjunctivitele se pot extinde la ambii ochi sau se pot agrava.

Nu uitati de igiena, spalarea ochilor este foarte importanta, dar trebuie facuta conform indicatiilor specialistului.

Aveti grija sa folositi doar dumneavoastra prosopul cu care va stergeti pe fata, pentru a nu da conjunctivita si rudelor sau colegilor care folosesc acelasi prosop. La fel si pentru fata de perna. Prosoapele, fetele de perna ar trebui spalate dupa fiecare folosire.

Nu imprumutati celorlalti picaturile de ochi, creionul dermatograf, rimelul, fardurile. Ar fi preferabil sa le aruncati si sa va cumparati altele noi dupa ce va vindecati. Folosirea lor in continuare ar putea determina reaparitia conjunctivitei.

Persoanele care poarta lentile de contact sunt sfatuite sa renunte la ele pe perioada tratamentului si inlocuirea lor dupa vindecare.

Fiecare moment castigat va ajuta sa va vindecati mai repede, astfel incat este bine sa va adresati medicului imediat ce ati observat simptomele. Uneori conjunctivita acuta poate deveni o urgenta oftalmologica!



Dr. Sandra Adalgiza Alexiu

Medic Primar

Medicina de familie

Dr. Sandra Adalgiza Alexiu este medic primar MF, absolventa a Facultatii de Medicina Iasi. Coordonator al Conferintei Nationale de Medicina Familiei organizata de Asociatia Medicilor de Familie Bucuresti (AMFB), in parteneriat cu Societatea Nationala de Medicina Familiei (SNMF). Coautor al Agendei medicului de familie Secretar al AMFB si SNMF, conduce departamentul de medicina rurala al SNMF. Redactor sef adjunct la Ziarul Medicului de Familie si Senior Editor la Jurnalul Medicului de Familie (revista AMFB). Moderator al Grupului de discutii de medicina familiei. Profeseaza in cabinetul sau din comuna Jilava, jud. Ilfov.