

Sănătate + prevenire 01.11.2017

Ochii uscați - ce puteți face când ochii ustură și aveți o senzație de mâncărime?

Ochii uscați sunt o cauză frecventă pentru care oamenii se prezintă la medicul oftalmolog.

[Sindromul ochilor uscați - cum apare?](#)

[Care este procesul de umidificare a ochilor noștri?](#)

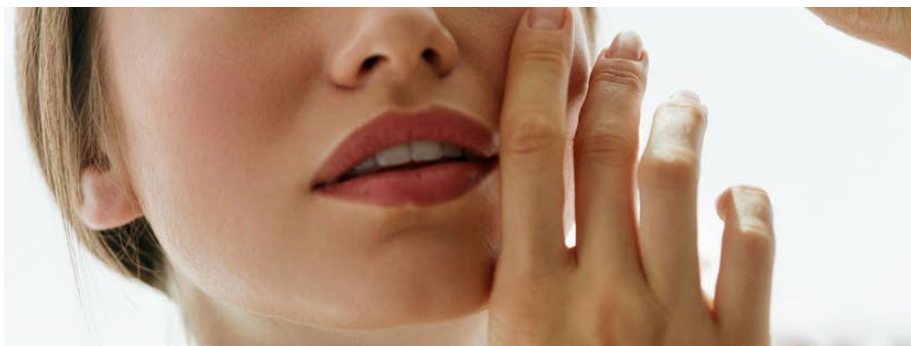
[Prevenirea poate ajuta](#)

Sindromul ochilor uscați este neplăcut și poate fi dureros. O posibilă cauză este o problemă cu mecanismul natural de umidificare a ochiului, adică organismul nu produce suficient fluid lacrimal. Cauzele declanșatoare ar putea fi factorii de mediu, boala sau medicamentele iar un medic oftalmolog poate oferi întotdeauna ajutor.

Arsuri, mâncărime și senzația de a avea grăunți de nisip care se freacă de pupile. Tot mai multe persoane suferă de sindromul ochilor uscați. Problema este tema unor discuții aprinse pe bloguri și forumuri. Numeroase persoane nu știu prea multe despre această afecțiune a ochilor, deci este timpul să le oferim câteva informații.

Sindromul ochilor uscați sau „tulburarea de umidificare oculară” - cum apare?





Sindromul ochilor uscați poate fi cauzat de numeroși factori, inclusiv factori de mediu, cum ar fi lumina foarte puternică a soarelui, gazele de eșapament caustice, polenul sau praful aeropurtat sau munca în fața monitorului unui calculator. > [Șoferii de mașini decapotabile și cicliștii](#) sunt adesea afectați din cauza vântului care le suflă din față. Puteți întâlni cauze ale sindromului de ochi uscați și în vacanță, deoarece majoritatea piscinelor din zonele de vacanță au un conținut ridicat de clor care irită conjunctiva sensibilă a ochilor.

Cu toate acestea, sindromul de ochi uscați poate fi cauzat și de către > [medicamente](#) precum antidepressivul sau beta-blocantele. Și femeile care trec prin menopauză sunt adesea afectate, deoarece schimbările hormonale pot duce la uscarea filmului lacrimal.

Și, nu în ultimul rând, problemele de vedere incorect tratate pot de asemenea cauza sindromul de ochi uscați, deoarece ochii obosesc mult mai ușor. Examenle oftalmologice regulate la un optician sau medic oftalmolog pot oferi imediat claritate.

Care este procesul de umidificare a ochilor noștri?

Pentru a înțelege mai bine ce se întâmplă cu > [ochii dumneavoastră](#), mai întâi ar fi indicat să înțelegeți cum funcționează ochii. Lichidul lacrimal este secretat de către canalele lacrimale și conține sare, glucoză și proteine. Este întins uniform pe ochi cu fiecare clipire a pleoapelor și produce un fin film lacrimal. Acest film are mai multe sarcini: îndepărtează particulele străine și servește ca lubrifiant pentru a asigura alunecarea ușoară a pleoapelor pe suprafața ochiului. Pe lângă aceasta, lichidul lacrimal asigură umidificarea uniformă a corneei și furnizează ochilor oxigen și substanțe nutritive.

Există două potențiale motive pentru care ochii ar putea fi incomplet acoperiți de filmul lacrimal: fie canalele lacrimale nu produc suficient lichid, fie compoziția lichidului lacrimal este perturbată/modificată. Deși conceptul de „ochi uscați” este bine-cunoscut și folosit pe scară largă, în ziua de azi medicii vorbesc de o tulburare de umidificare a ochilor.

Pentru ambele forme ale problemei, așa-numitele „lacrimi artificiale” pe care le puteți obține în farmacie asigură soluția cea mai bună. Lacrimile artificiale sunt disponibile sub formă de picături sau gel și sunt destinate să funcționeze ca un înlocuitor pentru lacrimi. Acestea sunt fie picurate în sacul conjunctival inferior, fie aplicate prin frecare. Apoi închideți ochii și rotiți-i pentru a distribui în mod uniform substanțele active. Însă aveți grijă: utilizarea lor pentru o perioadă lungă de timp sau în mod foarte frecvent poate face ca ochii să producă mai puțin lichid lacrimal. Din acest motiv, este foarte important să discutați cu un medic oftalmolog despre posibilele cauze ale afecțiunii dumneavoastră și, dacă este posibil, să le remediați.

Dacă un tratament local nu ajută, atunci, ca ultimă soluție, există întotdeauna opțiunea unei mici intervenții chirurgicale.

Prevenirea poate ajuta

Pe lângă toate acestea, fiecare persoană în parte poate face lucruri care le protejează ochii. Este important să vă asigurați că aveți suficientă lumină atunci când citiți, însă evitați lumina puternică sau orbitoare. Nu setați ecranul calculatorului la un nivel de luminozitate prea mare și relaxați-vă ochii timp de câteva momente după 45 de minute. Când expuși la vânt sau lumină orbitoare a soarelui, asigurați-vă că purtați > [ochelari de vedere sau de soare](#) de înaltă calitate pentru a vă proteja ochii.

Testul online ZEISS de verificare a vederii

Cât de bine distingeți contrastul și culorile?
Verificați-vă vederea simplu și rapid!

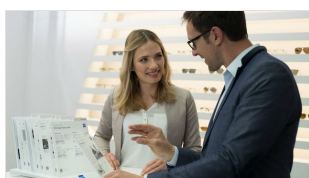
[Începeți acum testul vizual!](#)

Găsiți un optician ZEISS în apropierea dumneavoastră

Stradă, oraș



Articole similare



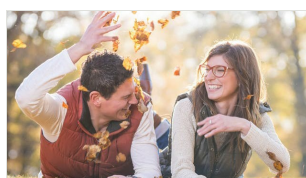
Cum puteți găsi un optician bun?

Tot ce este important - de la primul consult până la ajustarea lentilelor



Glaucom, cataractă, AMD, etc.: boli ale ochilor și cum să le depistăm la timp

O privire de ansamblu asupra simptomelor, cauzelor și tratamentelor



Tratamente pentru ochelari: antireflex, de durificare, CleanCoat, etc.

Tipuri de tratamente și diferențele de calitate dintre ele? La ce servesc diferitele tratamente pentru lentile?



Lista de verificare pentru cumpărarea unei noi perechi de ochelari

Ochelari pentru apropiere și distanță, ochelari progresivi, ochelari pentru sport, ochelari de citit sau pentru locul de muncă: ce trebuie să știți?

Sănătate + prevenire 08.12.2017

Tags: La optician

Sănătate + prevenire 21.11.2017

Tags:

Sănătate + prevenire 20.11.2017

Tags: Tratamente pentru lentile

Sănătate + prevenire 01.11.2017

Tags: La optician

Produse asemănătoare



Lentile fotosensibile cu tehnologia PhotoFusion.

O pereche de ochelari pentru toate ocaziile.

[Aflați mai multe](#)



Lentile pentru ochelarii de soare

Care nuanță vi se potrivește?

[Aflați mai multe](#)



Lentile pentru ochelarii de soare

O singură lentilă pentru toate activitățile în aer liber.

[Aflați mai multe](#)



Explorați

Să înțelegem vederea

Sănătate + prevenire

Stil de viață + modă

Conduc + mobilitate

Sport + agrement

Muncă

Ajutați-mă să aleg

Ochelari pentru distanță + citit

Lentile multifocale

Ochelari de soare

Ochelari pentru muncă

Ochelari pentru sport

Ochelari pentru copii

Tratamente pentru lentile

Lentile de contact

Servicii

Verificarea online a vederii

Pentru profesioniștii din domeniul îngrijirii vederii

Instrumente + tehnologii

Lentile pentru ochelari ZEISS

Soluții ZEISS de curățare a lentilelor

