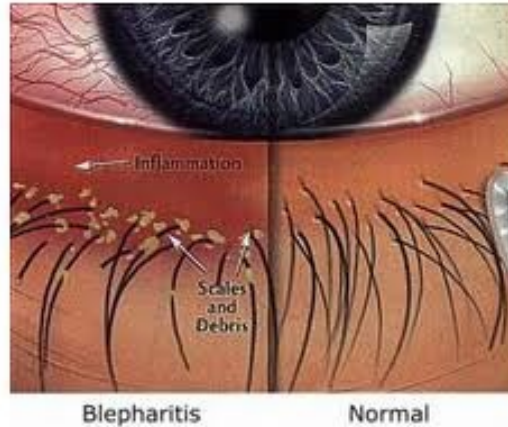


## **Βλεφαρίτιδα-Οδηγίες για υγιεινή βλεφάρων**

*Η βλεφαρίτιδα είναι συχνή φλεγμονή των βλεφάρων που μπορεί να αφορά παιδιά ή ενήλικες.*



Συμβαίνει στο βλεφαρικό χείλος και οφείλεται χαμηλού βαθμού φλεγμονή λόγω βακτηρίων του δέρματος. Δεν είναι σοβαρή κατάσταση και οι επιπλοκές είναι σπάνιες. Είναι μια χρόνια κατάσταση που διαρκεί για πολλά χρόνια. Αν και δεν υπάρχει μόνιμη θεραπεία, υπάρχουν πολλές συμβουλές για την αποτελεσματική αντιμετώπιση της.

### Συμπτώματα

Τα περισσότερα παιδιά με βλεφαρίτιδα έχουν επαναλαμβανόμενα επεισόδια και μεγαλώνοντας ξεπερνούν το πρόβλημα. Συνήθως και στα δυο μάτια παρουσιάζουν ερεθισμένα βλέφαρα, κνησμό, υπολείμματα στις βλεφαρίδες, φωτοευαισθησία και κόκκινα μάτια.

### Αίτια βλεφαρίτιδας

Υπάρχουν 2 τύποι βλεφαρίτιδας

Πρόσθια-όταν η φλεγμονή αφορά το έξω άκρο των βλεφάρων προς τις βλεφαρίδες

Οπίσθια-όταν η φλεγμονή αφορά το έσω τμήμα των βλεφάρων προς το μάτι (φλεγμονή μейμπομιανών αδένων).

## Επιπλοκές βλεφαρίτιδας

Στα παιδιά οι σοβαρές επιπλοκές είναι σπάνιες. Μερικές όμως φορές συμβαίνουν τα παρακάτω:

### *Κύστη Μειμπομιανών αδένων*

Είναι μια οίδηματώδης περιοχή στο βλέφαρο. Συμβαίνει όταν οι μειμπομιανοί αδένες φλεγμαίνουν λόγω βλεφαρίτιδας, είναι ανώδυνη φλεγμονή εκτός αν επιμολυνθεί όπου μπορεί να χρειαστούν αντιβιοτικά από το στόμα. Αν εφαρμοστούν από νωρίς ζεστές κομπρέσες μπορεί να ανακουφίσουν και μπορεί να βοηθήσουν την κύστη να ανοίξει.

Καλό θα ήταν στο παιδί σας μόλις δείτε ότι έχει κύστη:

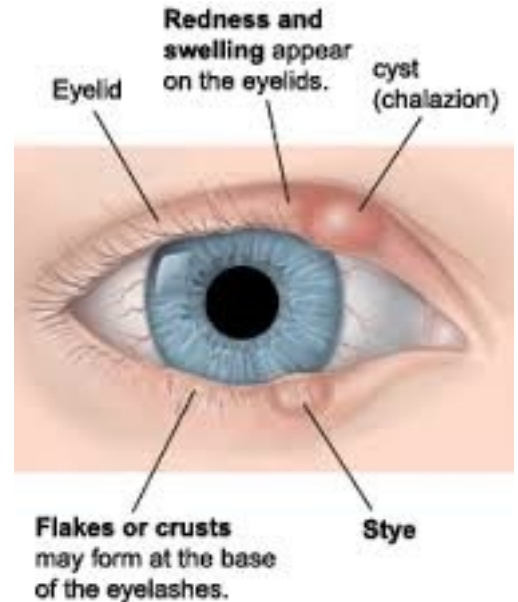
-Να βάλετε ζεστές κομπρέσες 3 φορές την μέρα. Βουτήξτε γάζες ή δίσκους ντεμακιγιάζ σε ζεστό νερό στο οποίο έχετε διαλύσει johnsons baby shampoo και εφαρμόστε αυτό για 10 λεπτά.  
-Να βάλετε αντιβιοτική οφθαλμική αλοιφή στο χείλος του βλεφάρου για 1 εβδομάδα αφού έχετε καθαρίσει τα βλέφαρα με τις κομπρέσες. Αν η κύστη επιμένει μπορεί να χρειαστεί να αφαιρεθεί με απλή επέμβαση. Τα μεγαλύτερα παιδιά μπορεί να υποβληθούν σε αυτήν με τοπική αναισθησία, ενώ για τα πιο μικρά απαιτείται ένα σύντομο γενικό αναισθητικό.

### *Κριθή*

Είναι επώδυνη διόγκωση που συμβαίνει λόγω βακτηριακής μόλυνσης στον θύλακα τρίχας (στη βάση βλεφαρίδας). Αντιμετωπίζεται όπως οι κύστες μειμπομιανών αδένων και συνήθως υποχωρούν μέσα σε μια εβδομάδα.

### *Σταφυλοκοκκική υπερευαισθησία και κερατίτιδα*

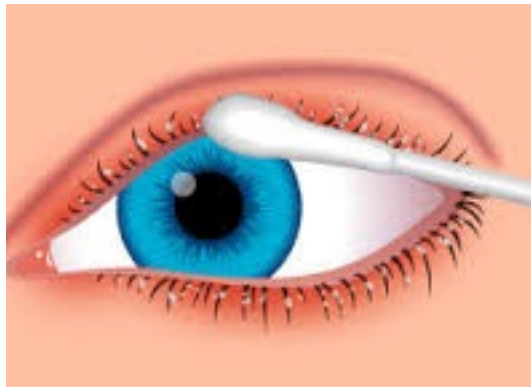
Είναι σπάνια αλλά σοβαρή επιπλοκή της πρόσθιας βλεφαρίτιδας. Στα παιδιά το μπροστινό μέρος του ματιού μπορεί να ευαισθητοποιηθεί στον σταφυλόκοκκο ο οποίος αναπτύσσεται στα χείλη των βλεφάρων. Αυτό μπορεί να οδηγήσει σε έλκη κερατοειδούς και ουλοποίηση που ελαττώνουν την όραση. Ανησυχητικά συμπτώματα είναι τα εξής πόνος στο μάτι, δακρύρροια, ευαισθησία στο φως και μείωση όρασης. Αν παρατηρηθούν αυτά, το παιδί πρέπει να το δει οφθαλμίατρος. Θα συστηθεί υγιεινή βλεφάρων και πιθανώς να δοθούν αντιφλεγμονώδεις σταγόνες για την αντιμετώπιση της κερατίτιδας.



## Θεραπεία στα παιδιά

### *Υγιεινή βλεφάρων*

Είναι σημαντική η καθιέρωση ρουτίνας στον καθαρισμό των βλεφάρων για την αντιμετώπιση της βλεφαρίτιδας. Καλό θα ήταν να καθαρίζετε τα βλέφαρα του παιδιού σας κάθε βράδυ είτε έχει συμπτώματα, είτε όχι. Καλό είναι να είναι μέρος της καθημερινής ρουτίνας, όπως το μπάνιο ή το πλύσιμο δοντιών. Η καλή υγιεινή βλεφάρων ελαττώνει την σοβαρότητα και την συχνότητα των συμπτωμάτων.



Εφαρμόστε ζεστή κομπρέσσα (δίσκοι ντεμακιγιάζ ή γάζα) βουτηγμένα σε νερό βραστό που έχει κρυώσει στο οποίο έχουν διαλυθεί 2-3 σταγόνες johnsons baby shampoo πάνω στα κλειστά βλέφαρα του παιδιού για 5 λεπτά. Ελαφρά καθαρίστε κατά μήκος των βλεφάρων τρίβοντας ώστε να διαλυθούν τυχόν ξηρές εκκρίσεις. Αν το παιδί το ανέχεται χρησιμοποιήστε και μπατονέττα εμβυθισμένη σε ζεστό νερό με johnsons baby shampoo και καθαρίστε κατά μήκος του βλεφαρικού χείλους πάνω και κάτω, όπως φαίνεται στην παραπάνω εικόνα.

Μετά τον καθαρισμό εφαρμόστε λίγη αντιβιοτική οφθαλμική αλοιφή στα χείλη των βλεφάρων.

### *Αντιβιοτική αγωγή από το στόμα*

Σε κάποιες περιπτώσεις μπορεί να χορηγηθούν αντιβιοτικά από το στόμα που το παιδί θα πρέπει να λαμβάνει μια φορά την μέρα. Η αγωγή συνήθως δίνεται για 2-3 μήνες αν και η βλεφαρίτιδα βελτιώνεται εμφανώς μετά τις πρώτες 2 εβδομάδες της αγωγής. Οι παρενέργειες δεν είναι σοβαρές και περιλαμβάνουν ναυτία, εμετό, κοιλιακό άλγος, διάρροια και στις γυναίκες κολπίτιδα κυρίως λόγω μυκήτων.