

## INFORMASJON OM TØRT-ØYE BEHANDLING

Du har ved undersøkelse hos øyelege fått påvist tørt-øye-syndrom. Tørt øye kan skyldes for lav produksjon av tårevæske, eller ustabil tårefilmkvalitet hvor tårevæsken fordamper for raskt. Tilstanden kan være forbigående i perioder, eller kronisk.

### Symptomer på tørt øye kan være:

- Svie, stikking, ruskfølelse og kløe i øynene
- Røde øyne
- Lysskyhet
- Varierende grad av uklart syn
- Slitenhet og brennende følelse
- Rennende øyne

### Plagene kan lindres og holdes i sjakk med følgende tiltak:

1. Systematisk bruk av fuktgivende øyedråper/gele og eller salve

Anbefalt preparatnavn:

Antall ganger daglig:

2. Vask og rens av øyelokk og øyevipper

Vi anbefaler BlephaClean servietter som fås kjøpt resepsfritt på apotek. Benytt disse til rens av øyenvipper og øyelokk morgen/kveld.

3. Varmebehandling/massasje

For å stimulere fettproduksjonen som holder tårefilmen stabil anbefaler vi først oppvarming og deretter massasje av øyelokkene/vippekannten. Du benytter da en ren vaskeklut som du varmer opp i varmt vann (ikke så varmt at du brenner deg) og legger over øynene når du har lukket dem. La denne ligge til den såvidt begynner å kjølnes, masser deretter øyelokk og vippekant med rene hender, mens huden enda er varm. Det finnes også egnede øyemasker som kan benyttes som alternativ.

Anbefalt intervall for behandling: