

Řekněte stop zánětu očních víček



POSIFORLID®

Koncept pro zdravá oční víčka



EvoTears®
OMEGA

OBSAH

Blefaritida	3
Příznaky	3
Vývoj	5
Příčiny	6
Diagnóza	7
Léčba	8
Přehled produktů	12
POSIFORLID® oční maska	14
POSIFORLID® čistící ubrousky na hygienu očních víček	16
POSIFORLID® oční sprej	18
EvoTears® OMEGA	20



BLEFARITIDA: ZÁNĚT OČNÍCH VÍČEK

Rozpoznání a řešení příznaků

CO JE ZÁNĚT OČNÍCH VÍČEK?

Zánět očních víček, v lékařské terminologii blefaritida, zahrnuje zánětlivá onemocnění okrajů očních víček. Jedná se o časté onemocnění vyskytující se ve formě akutní či chronické. Na rozdíl od akutního zánětu očních víček, který může probíhat současně s ječným zrnem (medicínsky hordeolum), chronický zánět očních víček začíná pomalu a postupně.



Obr. 1: Oteklé zarudlé oční víčko s ječným zrnem

PŘÍZNAKY

U chronického zánětu očních víček se v průběhu času rozvíjejí následující typické příznaky:

- oteklé, zarudlé, slepené a svědící okraje očních víček
- slepené oční řasy se šupinkami
- bolestivé oči
- rozmazané vidění
- přecitlivělost na světlo

Oči slzí, jsou suché a unavené, spojivka je zarudlá.

PŘÍZNAKY

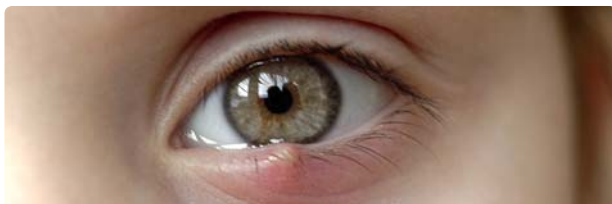
Onemocnění obecně přetrvává několik týdnů až měsíců a léčba antibiotiky nebo kortikoidy často nedosahuje požadované trvalé úlevy od příznaků. Mezi nejdůležitější léčebná opatření patří každodenní hygiena a péče o oční víčka.



Obr. 2: Horní víčko se slepenými řasami
(zdroj: Dr. Thomas Kaercher)

AKUTNÍ JEČNÉ ZRNO:

Ječné zrno je akutní hnisavý zánět žláзки v okraji očního víčka vyvolaný bakteriemi. Za ječná zrna jsou obecně zodpovědné stafylokoky, které způsobují nahromadění hnisu, tzv. absces.



Obr. 3: Zánět

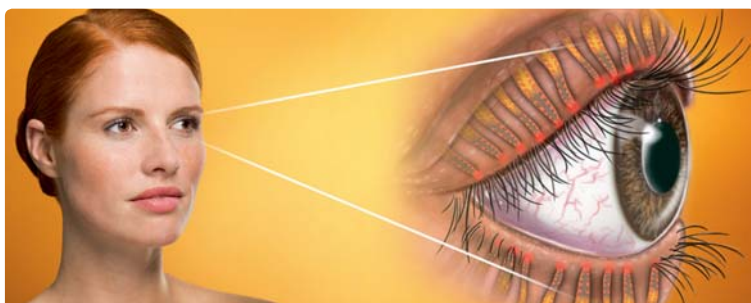
ZÁNĚT OČNÍCH VÍČEK

Vývoj

VÝVOJ

Mazové žlázy v očních víčkách, tzv. Meibomovy žlázy, ústí na povrch na okraji očních víček a jsou důležitou součástí ochranného aparátu oka.

Produkují maz, který tvoří ochrannou vrstvu na povrchu slzného filmu a chrání před odpařováním pod ní ležící vodnou vrstvu.



Obr. 4: Oční víčka – ochranný aparát oka

Při narušení tvorby mazu z Meibomových žláz není složení slzného filmu optimální a vede k podráždění povrchu oka a očních víček. Zvýší se přítok krve do oka a očních víček a spojivka zčervená. Během tohoto procesu dochází k hromadění mastných usazenin, které vytvářejí bělavo-žluté krusty. Tomuto jevu se říká dysfunkce Meibomových žláz a občas jej doprovází zánět očních víček.

Pokud dysfunkce způsobí neprůchodnost mazových žláz, sekret se hromadí a může vzniknout tzv. vlíčí zrno (chalazion). Bakteriální infekce povrchových mazových žlázek vyvolává vznik ječného zrna (hordeolum).

ZÁNĚT OČNÍCH VÍČEK

Příčiny

FAKTORY

Někteří lidé mají od narození sklon k mastné pokožce a ucpaným póřům. Tyto vrozené vlastnosti kůže mohou být vystupňovány působením vnitřních i vnějších faktorů a způsobit poruchu funkce Meibomových žláz.

Mezi vnitřní a vnější faktory mohou patřit:

- proces stárnutí
- hormony
- kožní onemocnění
- některé produkty z řad kosmetiky a péče o kůži
- některé léky
- faktory životního prostředí (např. prach, sucho nebo vítr)
- kouření
- vzduch z topení a klimatizace
- výživa
- některá celková onemocnění (např. revmatismus, poruchy štítné žlázy a diabetes)
- oční onemocnění



Obr. 5: Oční víčko s blokádou Meibomových žláz a vazkým sekretem

(Zdroj: Nicholls KK at al. IOVS 2011;52: 1917-2085.)

DIAGNÓZA

Diagnózu všeobecně stanovují oční lékaři. Pro objasnění příčin může být navíc užitečná návštěva praktického lékaře nebo kožního lékaře.

Dysfunkce Meibomových žláz je obvykle dlouhodobý proces.

Lze ji však regulovat správným ošetřením, které může vést k významnému zmírnění nebo dokonce k vymizení příznaků.



VHODNÉ OŠETŘENÍ

zánětu očních víček

Kromě trpělivosti a důslednosti lze jmenovat tři základní faktory úspěšného řešení zánětu očních víček:

1. Ošetření zánětu

V případě akutního zánětu se doporučuje návštěva očního lékaře, jelikož na počátku léčby může být nezbytná antibakteriální nebo jiná protizánětlivá terapie. Chronický zánět očních víček (blefaritida) však také vyžaduje pravidelné lékařské kontroly u oftalmologa.

2. Každodenní hygiena očních víček

Každodenní hygiena očních víček se skládá ze dvou částí: léčba teplem, pro kterou je vhodná oční maska POSIFORLID®, a čištění a péče o oční víčka, kterou lze provádět pomocí čistících ubrousků POSIFORLID® a očního spreje POSIFORLID®.

Viz část „Každodenní hygiena okrajů očních víček“.
(str. 10–11), kde najdete další informace.

3. Pravidelné zvlhčování očí

Zásadně se doporučuje používat oční kapky, které neobsahují žádné konzervační látky, fosfáty ani emulgátory, a dočasně se vyhnout používání oční kosmetiky a kontaktních čoček.



STEJNĚ DŮLEŽITÉ JAKO ČIŠTĚNÍ ZUBŮ

Pro dosažení efektivního řešení zánětu očních víček se musí každodenní péče o oční víčka stát trvalou součástí života, srovnatelnou s pravidelným čištěním zubů.

U většiny pacientů dojde při dodržování tohoto pravidelného režimu ke zlepšení již po několika týdnech. Původní příznaky se mohou znovu objevit, pokud je hygiena očních víček zanedbána nebo zcela přerušena.

KAŽDODENNÍ HYGIENA OČNÍCH VÍČEK

Mezi důležité součásti každodenní hygieny okrajů očních víček patří:

1. Léčba teplem

Nahromaděný sekret v postižených Meibomových žlázách zahřátím zkapalní. Póry lze po zahřátí snadněji vyčistit.

Je důležité dosáhnout stálé teploty cca 45 °C po dobu až 10 minut. Vzhledem k riziku popálení by teplota neměla být vyšší.

Jelikož klasické metody (např. zahřátí očních víček pomocí teplé žínky nebo obkladů) toto nemohou zajistit, doporučuje se použití speciálních zahřívacích masek na oční víčka, jakou je POSIFORLID® oční maska, která zaručuje požadovanou teplotu po nezbytnou dobu.

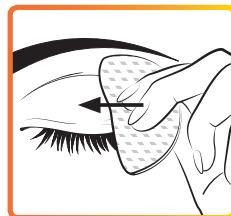


2. Masáž a čištění okrajů očních víček

Po zahřátí očních víček může být tekutý sekret vytlačen opatrnou masáží, nejlépe pomocí navlhčené vatové tyčinky.

Masáž usnadňuje odstranění sekretu.

- **Masírujte** horní víčko 5 až 10krát po celé jeho šířce shora dolů.
- Poté masírujte spodní víčko 5 až 10krát odspodu nahoru, opět po celé šířce víčka.
- Nakonec očistěte okraje očních víček vlhkou vatovou tyčinkou nebo POSIFORLID® čistícím ubrouskem na hygienu očních víček.
- K očištění okrajů víček vždy pohybujte vatovou tyčinkou/čistícím ubrouskem na hygienu očních víček od vnějšího k vnitřnímu koutku.



K navlhčení vatových tyčinek nebo tamponů je ideální teplá, předem převařená voda z kohoutku nebo speciální roztoky, jako je oční sprej POSIFORLID®, který rovněž pečuje o oční víčka a zklidňuje je.

K závěrečnému čištění (odrážka 3) můžete použít buď vlhčené vatové tampony, nebo POSIFORLID® čistící ubrousky na hygienu očních víček. Výhodou čistících ubrousků POSIFORLID® je šetrné čištění okrajů víček. Zároveň jemně odstraňují odolné krusty a pečují o citlivou oblast kolem očí.

Na každé oko by měla být použita nová vatová tyčinka či čistící ubrousek na hygienu očních víček.



POSIFORLID®

Koncept pro zdravá oční víčka



POSIFORLID®

nabízí kompletní péči o oční víčka
se zánětem na základě ošetření teplem
a hygieny očních víček.



Jednoduchá a účinná léčba
teplem



Ke každodennímu čištění
a péči o oční víčka

Léčba teplem

Hygiena očních víček

POSIFORLID® čistící ubrousky na hygienu očních víček lze použít k čištění bezprostředně po aplikaci hřejivé oční masky POSIFORLID®.



EvoTears®
OMEGA



Navštivte **www.posiforlid.cz**
nebo jednoduše přes QR kód
zamiřte na web, kde najdete
video s návody, jak tyto
výrobky nejlépe používat.



K péči o podrážděná oční
víčka a pro každodenní
hygienu okrajů víček

Hygiena očních víček

Oční sprej POSIFORLID®
doplňuje hygienu očních víček.



Při poruše lipidové vrstvy slzného
filmu doprovázené zarudnutím očí

Doplňková léčba



POSIFORLID® oční maska

Jednoduchá a účinná léčba blefaritidy
a dysfunkce Meibomových žláz pomocí tepla.

Jedním z hlavních problémů blefaritidy je tuhnutí sekretu v Meibomových žlázách. Léčba teplem tento sekret zkapalňuje a podporuje prokrvení okrajů víčka, a je proto nesmírně důležitá pro obnovení funkce Meibomových žláz.

Zahřátí očních víček napomáhá zkapalnění sekretu a podporuje krevní oběh na okrajích očních víček, což je velmi důležité pro obnovení funkce Meibomových žláz. Zahřátí očních víček je účinné pouze tehdy, pokud je teplé vlhké prostředí udržováno ve stále teplotě cca 45 °C po dobu nejméně 5 minut.

POSIFORLID® oční maska je samozahřívací oční maska, která ideálně splňuje tyto požadavky a může být opakovaně použita přibližně 90krát.



Teplo masky

- změkčuje krusty na okrajích očních víček,
- zlepšuje prokrvení očních víček a
- změkčuje sekret v Meibomových žlázách.

Masírování očních víček umožňuje odstranit sekret z mazových žláz.

POSIFORLID® oční maska je obzvláště vhodná při ošetření:

- zánětu očních víček,
- funkční poruchy žláz v očních víčkách,
- ječného a včelího zrna.

Výhody:

- konstantní teplota kolem 45 °C po dobu až 10 minut,
- samozahřívání aktivované jednoduchým „kliknutím“,
- při doporučeném použití nehrozí nebezpečí popálení.

Zahřívání očních víček by mělo být prováděno dvakrát denně. Po použití je třeba POSIFORLID® oční masku vyvařit ve vroucí vodě, aby se obsah samozahřívacích polštářků zkapalnil a maska na oči byla připravena k dalšímu použití.



Navštivte www.posiforlid.cz nebo jednoduše přes QR kód zamiřte na web, kde najdete videa s návody, jak tyto výrobky nejlépe používat.





POSIFORLID® čistící ubrousky na hygienu očních víček

Pro každodenní čištění a péči o oční víčka.

Ucpané žlázy na okrajích očních víček způsobují typické příznaky blefaritidy, jako jsou začervenání očí, oteklá víčka a slepené řasy. Pravidelná hygiena okrajů očních víček prováděná dvakrát denně může tyto příznaky zmírnit, odstraněním nahromaděného sekretu v mazových žlázách.

POSIFORLID® čistící ubrousky na hygienu očních víček jsou navlhčené sterilní jednorázové ubrousky pro jemné čištění a péči o citlivé okraje očních víček. Z očních víček a mezi řasami lze jemně odstranit i odolné usazeniny, jako je prach, pyl nebo krusty. Proto jsou POSIFORLID® čistící ubrousky na hygienu očních víček vhodné i pro dodatečné čištění při blefaritidě.



Výhody:

- jemné čištění citlivé pokožky očních víček,
- šetrné odstranění usazenin na očních víčkách a mezi řasami,
- speciální kombinace kyseliny hyaluronové, přesličky rolní a světlíku lékařského,
- velmi dobrá snášenlivost,
- bez přídavku konzervačních a vonných látek,
- vhodné pro trvalé používání, doporučuje se 2× denně, jednou ráno a večer.

POSIFORLID® čistící ubrousky na hygienu očních víček jsou navlhčené, sterilní a balené jednotlivě, takže jsou velmi vhodné pro každodenní čištění očních víček, ať už doma nebo na cestách.

Pro
každodenní
čištění okrajů
očních víček

Balení
obsahuje
20 kusů
ubrousků





POSIFORLID® oční sprej

Pro každodenní hygienu okrajů očních víček
a podpůrnou péči při zánětech a podráždění
očních víček.

Hygiena okrajů očních víček by měla být stejně důležitou součástí vaší každodenní péče jako čištění zubů. Pečlivé a pravidelné čištění a péče o okraje víček udržuje funkčnost Meibomových žláz, a tím zabraňuje zánětům víček.

Kromě POSIFORLID® čistících ubrousků na hygienu očních víček poskytuje další péči také oční sprej POSIFORLID®. Ten usnadňuje odstranění usazenin na očních víčkách a mezi řasami. Zároveň pečuje o podrážděná oční víčka a zklidňuje je.

I v případě absence příznaků doporučujeme pokračovat v pravidelném ranním a večerním čištění a péči o oční víčka, abyste udrželi a zlepšili funkci Meibomových žláz v očních víčkách.



Výhody:

- jemné čištění a zklidnění podrážděných a citlivých očních víček,
- speciální kombinace kyseliny hyaluronové, světlíku lékařského a kyseliny salicylové,
- velmi dobrá snášenlivost,
- bez přídavku vonných látek,
- typ obalu umožňuje vyloučit použití konzervačních látek,
- pro každodenní použití,
- vysoká efektivita, až 250 aplikací na lahvičku (15 ml),
- praktické použití podle potřeby a na cestách.

Díky snadnému použití očních spreje POSIFORLID® se každodenní péče o oční víčka stává rutinou. Stačí aplikovat na zavřené oči a vychutnat si pocit zklidnění.



Navštivte www.posiforlid.cz nebo jednoduše přes QR kód zamiřte na web, kde najdete videa s návody, jak tyto výrobky nejlépe používat.

Může se
používat až
6 měsíců
po prvním
otevření

Pro
každodenní
péči o oční
víčka





EvoTears® OMEGA

Proč omega-3?

Omega-3 mastné kyseliny jsou přirozenou součástí slz.¹ Suché oči jsou často spojeny s nedostatkem omega-3 mastných kyselin v slzném filmu. Čím větší je nedostatek omega-3 mastných kyselin, tím více je ovlivněn slzný film a tím závažnější je poškození rohovky.¹

EvoTears® **OMEGA** obsahuje omega-3 mastné kyseliny rostlinného původu, je proto vhodný i pro vegany.

Kdy Vám EvoTears® OMEGA pomůže?

Jsou Vaše suché oči **podrážděné** nebo **zarudlé**?

Tyto příznaky mohou být projevem **dysfunkce Meibomových žláz**. To má vliv na lipidovou (tukovou) vrstvu slzného filmu.

Porušená lipidová vrstva již nedokáže slzný film na povrchu oka účinně ochránit před odpařováním.

Výhody EvoTears® OMEGA

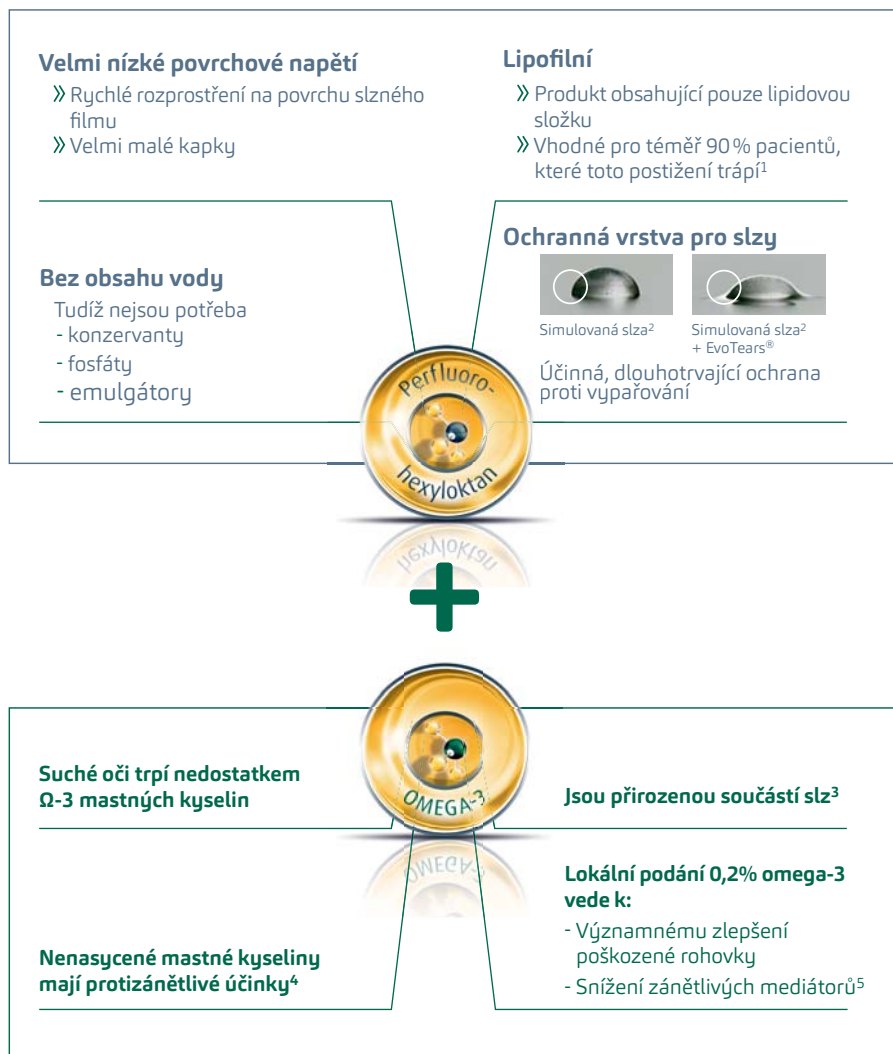
Cílené ošetření suchých a podrážděných očí.

- Obsahuje omega-3 mastné kyseliny z mořských řas ke stabilizaci lipidové vrstvy slzného filmu
- První omega-3 mastné kyseliny bez emulgátorů při léčbě suchých očí

¹ Walter, S. et al. IOVS, 2016. 57(6): 2472–2478



Perfluorohexyloktan + omega-3 mastné kyseliny z mořských řas pro cílenou léčbu suchého oka při poruše lipidové vrstvy slzného filmu



¹ Tong L. et al. Invest Ophthalmol Vis Sci. 2010. 51: 3449-3454.

² Isotonic saline solution

³ Walter, S. D. et al. Invest Ophthalmol Vis Sci. 2016. 57:2472-2478

⁴ Ng S. et al. Cochrane Database of Systematic Reviews 2014, Issue 3

⁵ Li, Z. et al. Curr Eye Res 2014. 39(9): 871-878

Formy suchého oka

Obecně se rozlišují dvě formy suchých očí:

- **Nedostatečné množství slz**
 - Příliš nízká produkce slz, tj. vodné vrstvy
 - Přibližně 42 % pacientů trpí touto formou suchého oka¹
- **Porucha lipidové vrstvy**
 - Je ovlivněna vnější vrstva lipidů (tuků)
 - Přibližně **90 %** pacientů trpí touto formou suchého oka¹

Základní příčiny poruchy lipidové vrstvy mohou být různé, např.:



¹ Tong L et al. Invest Ophthalmol Vis Sci, 2010. 51: 3449–3454



Jakou roli hraje dysfunkce Meibomových žláz u suchých očí?

Dysfunkce Meibomových žláz (MGD) je považována za jednu z hlavních příčin suchých očí.²

Meibomovy žlázy se nacházejí na okraji očních víček a produkují olejový sekret, ze kterého se skládá vnější lipidová (tuková) vrstva slzného filmu. Při MGD žlázy nefungují správně nebo jsou ucpané. Porušená lipidová vrstva pak již nemůže účinně chránit slzný film před předčasným odpařováním. Lipidová vrstva již navíc není schopna stabilizovat vodnou vrstvu slz. Výsledkem mohou být slzíci oči.

Typickými příznaky spojenými s MGD jsou suché oči, podrážděné oči a okraje víček nebo usazeniny na očních víčkách.

² Nichols K. et al. IOVS, Special Issue 2011. 52(4):1922–1929

