

Dbanie o powieki – podstawa leczenia okulistycznego

Zaczerwienione powieki, gradówka, jęczmień czy zasznięta wydzielina na rzęsach to popularne dolegliwości, podobnie jak alergię oczne, objawy suchego oka, zakaźne zapalenie spojówek itd. Problemy te stanowią wskazanie do profesjonalnego dbania nie tylko o gałkę oczną, ale również o powieki.

Powieki są śluzówkowo-skórną osłoną składającą się z czterech elementów:

- niezwykle delikatnej skóry;
- brzegu przedniego, z którego wystają rzęsy;
- brzegu tylnego przytwierdzonego do wewnętrznej części oka, zawierającego elementy gruczołowe i mieszki włosowe zgrupowane u podstawy rzęs: gruczoły Zeissa (łojowe), gruczoły Molla (potowe) i kanaliki wydzielnicze gruczołów Meiboma, które wytwarzają lipidy budujące warstwę lipidową filmu łzowego, zabezpieczającego przed odparowaniem łez;
- spojówki powiek (wewnętrzne).

Powieki są niezbędnym elementem ochrony oka. Stanowią mechaniczną barierę zabezpieczającą przed ciałami obcymi, światłem i zmianami temperatury. Dzięki mruganiu umożliwiają rozprowadzanie filmu łzowego po oku. Nieprawidłowości brzegów powiek często są przyczyną problemów w postaci ich swędzenia i podrażnienia, pieczenia oraz łzawienia oczu, uczucia obecności ciała obcego, zasychającej wydzieliny (na rzęsach, w rogu oka, na powiekach), suchości i zaczerwienienia brzegów powiek, a także przewlekłych, nawracających stanów zapalnych brzegów powiek i spojówek. Regularna higiena powiek jest bardzo ważna, ponieważ wymienione objawy charakteryzują się tendencją do nawrotów i rzadko ustępują całkowicie.

Odpowiednia higiena powiek jest podstawowym elementem każdego po-

stępowania leczniczego w okulistyce w następujących stanach:

- nawracające dolegliwości oczne, tj. zaczerwienienie, obrzęk, swędzenie brzegów powiek – regulując prawidłową homeostazę powierzchni oka, zmniejsza nasilenie objawów;
- objawy suchego oka – zwiększa skuteczność sztucznych łez, hamując odparowywanie;
- alergia oraz stany zapalne narządu wzroku – m.in. usuwa zalegające alergeny, bakterie oraz zaszniętą wydzielinę, jednocześnie zmniejszając nasilenie stanu zapalnego/alergii;
- choroby skóry, np. trądzik różowaty lub łojotokowe zapalenie skóry – regulując wydzielanie gruczołów na brzegach powiek, redukuje zaczerwienienie i podrażnienie;
- profilaktyka okołozabiegowa – redukuje naturalną florę bakteryjną powiek, a tym samym zmniejsza ryzyko nadkażenia oka.

Spośród wymienionych problemów okulistycznych najpowszechniejszym, a zarazem niezwykle dokuczliwym – na który skarżą się pacjenci gabinetów okulistycznych i aptek – jest uczucie obecności piasku pod powiekami, zmęczenie oczu, pieczenie, klucie lub przekrwienie spojówek.

Dolegliwości te mogą być następstwem tzw. zespołu suchego oka – choroby wynikającej z niedostatecznego nawilżenia powierzchni gałki

ocznej. Do rozwoju schorzenia nie rzadko przyczynia się niewłaściwy styl życia, a zwłaszcza długotrwałe:

- spędzanie czasu przed monitorem komputera,
- przebywanie w suchych pomieszczeniach z centralnym ogrzewaniem lub klimatyzacją,
- prowadzenie samochodu,
- przebywanie w zadymionych pomieszczeniach,
- czytanie, szczególnie przy niedostatecznym oświetleniu.

Wymienione sytuacje wiążą się ze zmniejszoną częstotliwością mrugania, które zapewnia właściwy stopień nawilżenia i oczyszczenia gałki ocznej. Regularne mruganie (co 5-10 sekund) umożliwia właściwe rozprowadzanie filmu łzowego na powierzchni spojówki, chroniącego gałkę oczną przed brudem, kurzem i bakteriami. Dzięki niemu zdrowe spojówki są wilgotne i czyste. Przerwy w mruganiu trwające powyżej 10 sekund powodują powstawanie suchych punktów, które stają się źródłem dyskomfortu i prowadzą do podrażnienia i rozwoju zespołu suchego oka. Odruchowe ocieranie oka w tej sytuacji nie przynosi ulgi, a wręcz przeciwnie, jeszcze nasila dolegliwości. Dodatkowo, oczy „wysuszone” są w czasie długich jesienno-zimowo-wiosennych miesięcy centralnego ogrzewania, a latem – klimatyzacją, coraz częściej w biurach, zakładach pracy i samochodach.

Inne czynniki negatywnie wpływające na oczy to:

- kąpiele w basenie lub morzu bez okularów ochronnych, kiedy chlor lub sól morską drażnią spojówki,
- dni o zmniejszonej wilgotności powietrza,
- zbyt intensywne oświetlenie (promienie słoneczne, światło jarzeniówek, solarium).

Zazwyczaj na wizytę w gabinecie okulistycznym trzeba poczekać, dlatego

aptekarz może w tym czasie polecić pacjentowi lek dostępny bez recepty. Przemysł farmaceutyczny oferuje wiele preparatów w postaci kropli, maści i żeli, a nawet sprayu, które przynoszą ulgę w stanach podrażnienia oczu. Preparaty te zawierają substancje polimerowe syntetyczne (np. carbomer, alkohol poliwinylowy) lub półsyntetyczne (np. hydroksypropylometyloceluloza HPMC, karboksymetyloceluloza CMC, guar hydroksypropylowy).

Poza substancjami zastępującymi łzy, w preparatach do oczu stosuje się takie, które powodują obkurczenie naczyń krwionośnych i zmniejszają przekrwienie oka. Krople na tzw. „czerwone oko” można stosować tylko doraźnie, zaraz po wystąpieniu objawów i niezbyt często. Ich regularne przyjmowanie powoduje tzw. „efekt z odbicia”, czyli nawrót dolegliwości z większą siłą i może doprowadzić do niebezpiecznych powikłań.

W preparatach przeznaczonych do oczu znajdują się środki konserwujące. Wszystkie leki okulistyczne w opakowaniach wielodawkowych muszą zawierać konserwanty, co w przypadku oczu podrażnionych, wysuszonych, zaczerwienionych, piekących, może stanowić źródło dodatkowych problemów. Z tego względu korzystniejsze jest stosowanie preparatów bez konserwantów, w tzw. minimsach, czyli opakowaniach jednodawkowych, które muszą być zużyte w ciągu 24 godzin. Umożliwia to aplikowanie za każdym razem jałowego leku ze świeżo otwartego pojemniczka.

Alternatywą dla minimsów mogą być krople w postaci sprayu. Dzięki temu, że aplikacja odbywa się z odległości kilkunastu centymetrów, niemożliwe jest zainfekowanie leku czy urządzenia do rozpylania. Z tego względu to samo opakowanie może być stosowane przez większą liczbę osób. Ponieważ

preparatu nie otwiera się, kolejne porcje nie mają kontaktu z otoczeniem, a tym samym nie mogą ulec nadkażeniu, co, niestety, jest możliwe w przypadku tradycyjnych opakowań. Aplikacja kropli w postaci sprayu odbywa się nie bezpośrednio na gałkę oczną, ale na powiekę, co stanowi ważny element higieny powiek.

Aptekarz powinien pamiętać, że należy niezwłocznie odesłać pacjenta do okulisty, jeśli dokuczliwe objawy w obrębie oczu:

- są nagłe, bardzo nasilone, pojawiają się jednostronnie lub wystąpiły po urazie oka (np. zaczerwienienie, ból, pieczenie),
- utrzymują się dłużej niż trzy dni,
- towarzyszą im inne zmiany, np. świąd, wydzielina, silny ból, zaburzenia widzenia i ogólne objawy chorobowe (mdłości, gorączka, wysypka, bóle stawów).

dr n. farm. Anna Gajos

TEARS AGAIN®

Liposomalny spray do oczu

Łagodzi i kompensuje objawy „suchego oka” oraz zmęczenia oka i powiek.

 pharm supply

Pharm Supply Sp. z o.o.
www.pharmsupply.com.pl
tel./fax: +48 22 642 33 31
ul. Marconich 2/9
02-954 Warszawa

Wytwórca:
Optima Pharmazeutische GmbH
D-85361 Moosburg/Wang

Wyrób medyczny  0482



Zrób to
z zamkniętymi
oczami

**PREPARAT DO STOSOWANIA
NA ZAMKNIĘTE POWIEKI**

Skład: Zawiera liposomy, witaminę A, witaminę E. Szczegółowe informacje w ulotce dołączonej do opakowania.

Dawkowanie i sposób podawania: Tears Again® należy rozpylić 1-2 razy na zamknięte oczy.

Przed zastosowaniem należy dokładnie zapoznać się z ulotką dołączoną do pakowania lub zasięgnąć porady lekarza lub farmaceuty.