

SZEMHÉJ TOILETTE

A szemhéjgyulladás egy visszatérő állapot, melyet a szemhéj bőrén élő baktériumok és felrakódások okoznak.

Amennyiben a szempillák tövében elhelyezkedő mirigyek működésében bármilyen okból zavar támad (pl.: fertőzés, külső környezeti hatások, bedörzsölt szennyeződések, betegségek, a szemhéj mirigyek kóros működése) akkor a szemhéj bepirosodik, duzzadtta, fájdalmassá válik.

Milyen betegségekben alkalmazható a kezelés?

- visszatérő árpa, jégárpa
- Szemhéj gyulladás
- Szemhéjszéli gyulladás
- szemhéji mirigyek kóros működése

Hogyan csináljuk?

Az egyszerű, otthon is könnyen elvégezhető folyamatot megelőzésre, és a kialakult elváltozások kezelésére is alkalmazhatjuk.

- Vásároljunk az üzletben babasampon (ez a szembe kerülve nem csíp)
- Egy- két ujjnyi kézmeleg vizet öntünk a pohárba és jól összekeverjük a samponnal
- kb. 5 percig melegítjük a szemhéjakat (melegíthető zselépárnákkal, vagy meleg vizes borogatással)
- Sima egészségügyi vattapamacsot áztatunk az oldatba, kicsit kinyomjuk, majd a zárt
- felső szemhéjat a szemöldök felől a szempillák felé, majd
- az alsó szemhéjat az arc felől a szempillák felé masszírozzuk és
- ugyanezt a masszírozási technikát belülről kifelé is alkalmazzuk.

A folyamatot 8-10- szer ismételjük szemenként, jól rányomva a vattapamacsot, határozott mozdulatokkal.

Milyen gyakran érdemes csinálni?

A szemhéj napi rendszeres tisztítása segít a szemhéjszéli gyulladás tüneteinek megfékezésében azáltal, hogy a szemhéj bőrén élő baktériumok és felrakódások eltávolításra kerülnek és a szempillák tövében tapadó váladékot is le lehet mosni.

Fontos, hogy továbbra is tisztítsa szemhéját, még akkor is, ha a tünetek javulnak vagy teljesen elmúlnak.

A tisztító kezelést erősebb **gyulladásos panaszok esetén naponta** végezzük. A gyulladások **megelőzésként hetente egy- kétszer is**. A kezelésre akár éveken át is szükség lehet.