

Povedzte stop zápalu očných viečok



POSIFORLID®

Koncept pre zdravé očné viečka



EvoTears®
OMEGA

OBSAH

Blefaritída	3
Príznaky	3
Vývoj	5
Príčiny	6
Diagnóza	7
Liečba	8
Prehľad produktov	12
POSIFORLID® maska na oči	14
POSIFORLID® čistiace obrúsky na hygienu očných viečok	16
POSIFORLID® očný sprej	18
EvoTears® OMEGA	20



BLEFARITÍDA: ZÁPAL OČNÝCH VIEČOK

Rozpoznanie a riešenie príznakov

ČO JE ZÁPAL OČNÝCH VIEČOK?

Zápal očných viečok, v lekárskej terminológii blefaritída, zahŕňa zápalové ochorenia okrajov očných viečok. Jedná sa o časté ochorenie vyskytujúce sa v akútnej alebo chronickej forme. Na rozdiel od akútneho zápalu očných viečok, ktorý môže prebiehať súčasne s jačmenným zrnom (medicínsky hordeolum), chronický zápal očných viečok začína pomaly a postupne.



Obr. 1: Opuchnuté začervenané očné viečko
s jačmenným zrnom

PRÍZNAKY

Pri chronickom zápale očných viečok sa postupom času vyvíjajú nasledujúce typické príznaky:

- opuchnuté, začervenané, zlepené a svrbíace okraje očných viečok
- zlepené očné riasy so šupinkami
- bolestivé oči
- rozmazané videnie
- precitlivosť na svetlo

Oči slzí, sú suché a unavené, spojovka je začervenaná.

PRÍZNAKY

Ochorenie obvykle pretrváva niekoľko týždňov až mesiacov a liečba antibiotikami alebo kortikoidmi často nedosahuje požadovanej trvalej úľavy od príznakov. Medzi najdôležitejšie liečebné opatrenia patrí každodenná hygiena a starostlivosť o očné viečka.



Obr. 2: Horné viečko so slepenými riasami
(zdroj: Dr. Thomas Kaercher)

AKÚTNE JAČMENNÉ ZRNO:

Jačmenné zrno je akútny zápal žliaz v okraji očného viečka vyvolaný baktériami. Za vznik jačmenného zrna sú obvykle zodpovedné stafylokoky, ktoré spôsobujú nahromadenie hnisu, tzv. absces.



Obr. 3: Zápal

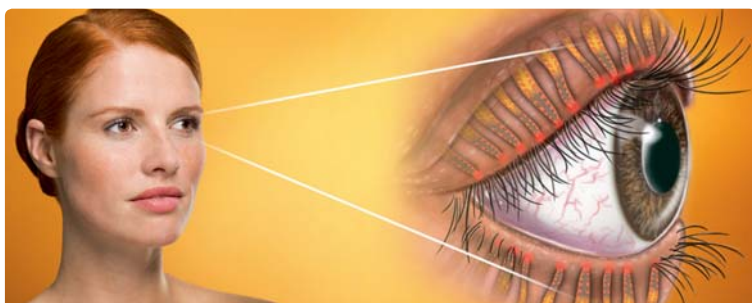
ZÁPAL OČNÝCH VIEČOK

Vývoj

VÝVOJ

Mazové žľazy v očných viečkach, tzv. Meibomové žľazy, ústia na povrch na okraji očných viečok a sú dôležitou súčasťou ochranného aparátu oka.

Produkujú maz, ktorý tvorí ochrannú vrstvu na povrchu slzného filmu a chráni pred odparovaním pod ňou ležiacu vodnú vrstvu.



Obr. 4: Očné viečka – ochranný aparát oka

Pri narušení tvorby mazu z Meibomových žliaz nie je zloženie slzného filmu optimálne a vedie k podráždeniu povrchu oka a očných viečok. Zvyšuje sa prietok krvi do oka a očných viečok a spojovka sa začervena. Počas tohto procesu dochádza k hromadeniu mastných usadenín, ktoré vytvárajú bielavo-žlté krusty. Tento jav sa nazýva dysfunkcia Meibomových žliaz a občas ho sprevádza zápal očných viečok.

Ak dysfunkcia spôsobí nepriechodnosť mazových žliaz, sekrét sa hromadí a môže vzniknúť tzv. vlčie zrnko (chalazion). Bakteriálna infekcia povrchových mazových žliaz vyvoláva vznik jačmenného zrna (hordeolum).

ZÁPAL OČNÝCH VIEČOK

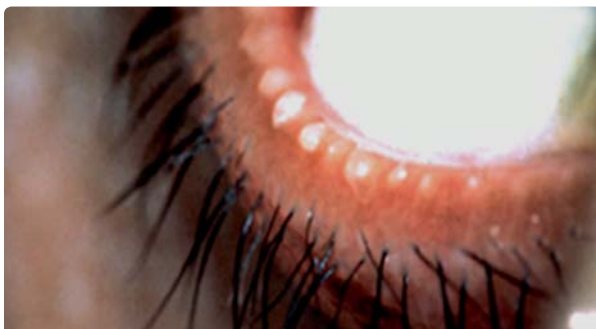
Príčiny

FAKTORY

Niektorí ľudia majú od narodenia sklon k mastnej pokožke a upchatým pórom. Tieto vrodené vlastnosti kože môžu byť zosilnené pôsobením vnútorných aj vonkajších faktorov a spôsobiť poruchu funkcie Meibomových žliaz.

Medzi vnútorné a vonkajšie faktory môžu patriť:

- proces starnutia
- hormóny
- kožné ochorenia
- niektoré produkty z kategórie kozmetiky a starostlivosti o pleť
- niektoré lieky
- faktory životného prostredia (napr. prach, suchosť alebo vietor)
- fajčenie
- vzduch z vykurovania a klimatizácie
- výživa
- niektoré celkové ochorenia (napr. reumatizmus, poruchy štítnej žľazy a diabetes)
- očné ochorenia



Obr. 5: Očné viečko s blokádou Meibomových žliaz a hustým sekrétom

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

DIAGNÓZA

Diagnózu zvyčajne stanovujú oční lekári. Na objasnenie príčin môže byť navyše užitočná návšteva praktického lekára alebo kožného lekára.

Dysfunkcia Meibomových žliaz je obvykle dlhodobý proces.

Avšak správnym ošetrovaním je možné ju regulovať, čo môže viesť k významnému zmierneniu alebo dokonca k vymiznutiu príznakov.



VHODNÁ LIEČBA

zápalu očných viečok

Okrem trpezlivosti a dôslednosti je možné menovať tri základné faktory úspešného riešenia zápalu očných viečok:

1. Ošetrovanie zápalu

V prípade akútneho zápalu sa odporúča návšteva očného lekára, pretože na začiatku liečby môže byť nevyhnutná antibakteriálna alebo iná protizápalová terapia. Chronický zápal očných viečok (blefaritída) však tiež vyžaduje pravidelné lekárske kontroly u oftalmológa.

2. Každodenná hygiena očných viečok

Každodenná hygiena očných viečok sa skladá z dvoch častí: ošetrovanie teplom, na ktoré je vhodná maska na oči POSIFORLID®, a čistenie a starostlivosť o očné viečka, ktoré je možné vykonávať pomocou čistiaceho obrúsku POSIFORLID® a očného spreja POSIFORLID®.

Vid' časť „Každodenná hygiena okrajov očných viečok“ (str. 10–11), kde nájdete ďalšie informácie.

3. Pravidelné zvlhčovanie očí

Zásadne sa odporúča používať očné kvapky, ktoré neobsahujú žiadne konzervačné látky, fosfáty ani emulgátory, a dočasne sa vyhnúť používaniu očnej kozmetiky a kontaktných šošoviek.



ROVNAKO DÔLEŽITÉ AKO ČISTENIE ZUBOV

Pre dosiahnutie efektívneho riešenia zápalu očných viečok sa musí každodenná starostlivosť o očné viečka stať trvalou súčasťou života, porovnateľnou s pravidelným čistením zubov.

U väčšiny pacientov dôjde pri dodržiavaní tohto pravidelného režimu k zlepšeniu už po niekoľkých týždňoch. Pôvodné príznaky sa môžu opäť objaviť, ak je hygiena očných viečok zanedbaná alebo úplne prerušená.

KAŽDODENNÁ HYGIENA OČNÝCH VIEČOK

Medzi dôležité súčasti každodennej hygieny okrajov očných viečok patrí:

1. Liečba teplom

Nahromadený sekrét v postihnutých Meibomových žľazách sa zahriatím skvapalňuje. Póry je potom možné po zahriatí ľahšie vyčistiť.

Je dôležité dosiahnuť stálu teplotu približne 45 °C po dobu až 10 minút. Vzhľadom na riziko popálenia by teplota nemala byť vyššia.

Keďže klasické metódy (napríklad zahriatie očných viečok pomocou teplého uteráku alebo obkladov) toto nemôžu zabezpečiť, odporúča sa použitie špeciálnych zahrievacích masiek na očné viečka, ako je maska na oči POSIFORLID®, ktorá zabezpečuje požadovanú teplotu na potrebnú dobu.



2. Masáž a čistenie okrajov očných viečok

Po zahriatí očných viečok môže byť tekutý sekrét vytlačený opatrnou masážou, najlepšie pomocou navlhčenej vatovej tyčinky.

Masáž uľahčuje odstránenie sekrétu.

- **Masírujte** horné viečko 5 až 10-krát po celej jeho šírke zhora nadol.
- Potom masírujte dolné viečko 5 až 10-krát zdola nahor, opäť po celej šírke viečka.
- Nakoniec očistite okraje očných viečok vlhkou vatovou tyčinkou alebo POSIFORLID® čistiacim obrúskom na hygienu očných viečok.
- Pri čistení okrajov viečok vždy pohybujte vatovou tyčinkou alebo čistiacim obrúskom na hygienu očných viečok od vonkajšieho k vnútornému kútiku.



K navlhčeniu vatových tyčiniek alebo tampónov je ideálna teplá, vopred prevarená voda z kohútika alebo špeciálne roztoky, ako je očný sprej POSIFORLID®, ktorý sa tiež stará o očné viečka a upokojuje ich.

Pri záverečnom čistení (odrážka 3) môžete použiť buď navlhčené vatové tampóny, alebo POSIFORLID® čistiace obrúsky na hygienu očných viečok. Výhodou čistiacich obrúskov POSIFORLID® je šetrné čistenie okrajov viečok. Zároveň jemne odstraňujú odolné krusty a starajú sa o citlivú oblasť okolo očí.

Na každé oko by mala byť použitá nová vatová tyčinka alebo čistiaci obrúsok na hygienu očných viečok.



POSIFORLID®

Koncept pre zdravé očné viečka



POSIFORLID®

ponúka kompletnú starostlivosť o očné viečka so zápalom na základe ošetrovania teplom a hygieny očných viečok.



Jednoduchá a účinná liečba
teplom



Na každodenné čistenie
a starostlivosť o očné viečka

Liečba teplom

Hygiena očných viečok

POSIFORLID® čistiacie obrúsky na hygienu očných viečok možno použiť na čistenie bezprostredne po aplikácii hrejivej masky na oči POSIFORLID®.



EvoTears®
OMEGA



Navštívte **www.posiforlid.sk**
alebo jednoducho cez QR kód
zamierte na web, kde nájdete
videá s návodmi, ako tieto
výrobky najlepšie používať.



Na starostlivosť o podráždené
očné viečka a na každodennú
hygienu okrajov viečok

Hygiena očných viečok

Očný sprej POSIFORLID®
doplňa hygienu očných viečok.



Pri poruche lipidovej vrstvy
slzného filmu sprevádzanej
začervenáním očí

Doplnková liečba



POSIFORLID® maska na oči

**Jednoduchá a účinná liečba blefaritídy
a dysfunkcie Meibomových žliaz pomocou tepla.**

Jedným z hlavných problémov blefaritídy je tuhnutie sekrétu v Meibomových žľazách. Liečba teplom tento sekrét skvapalňuje a podporuje prekrvenie okrajov viečka, a preto je nesmierne dôležitá pre obnovenie funkcie Meibomových žliaz.

Zahriatie očných viečok napomáha skvapalneniu sekrétu a podporuje krvný obeh na okrajoch očných viečok, čo je veľmi dôležité pre obnovenie funkcie Meibomových žliaz. Zahriatie očných viečok je účinné iba vtedy, ak je teplé vlhké prostredie udržiavané v stálej teplote cca 45 °C po dobu najmenej 5 minút. POSIFORLID® maska na oči je samozahrievacia očná maska, ktorá ideálne spĺňa tieto požiadavky a môže byť opakovane použitá približne 90-krát.



Teplo masky

- zmäkčuje krusty na okrajoch očných viečok,
- zlepšuje prerušenie očných viečok a
- zmäkčuje sekrét v Meibomových žľazách.

Masírovanie očných viečok umožňuje odstrániť sekrét z mazových žliaz. POSIFORLID® očná maska je obzvlášť vhodná pri ošetrovaní:

- zápalu očných viečok,
- funkčné poruchy žliaz v očných viečkach,
- jačmenného a vlčieho zrna.

Výhody:

- konštantná teplota okolo 45 °C po dobu až 10 minút,
- samozahrievanie aktivované jednoduchým „kliknutím“,
- pri odporúčanom použití nehrozí nebezpečenstvo popálenia.

Zahrievanie očných viečok by malo byť vykonávané dvakrát denne. Po použití je potrebné POSIFORLID® masku na oči vyvariť vo vriacej vode, aby sa obsah samozahrievacích vankúšikov skvapalnil a maska na oči bola pripravená na ďalšie použitie.



Navštívte www.posiforlid.sk alebo jednoducho cez QR kód zamierte na web, kde nájdete videá s návodmi, ako tieto výrobky najlepšie používať.



POSIFORLID® čistiace obrúsky na hygienu očných viečok

Na každodenné čistenie a starostlivosť
o očné viečka.

Upchaté žľazy na okrajoch očných viečok spôsobujú typické príznaky blefaritídy, ako sú začervenanie očí, opuchnuté viečka a zlepené riasy. Pravidelná hygiena okrajov očných viečok vykonávaná dvakrát denne môže tieto príznaky zmierniť, odstránením nahromadeného sekrétu v mazových žľazách.

POSIFORLID® čistiace obrúsky na hygienu očných viečok sú navlhčené sterilné jednorazové obrúsky určené na jemné čistenie a starostlivosť o citlivé okraje očných viečok. Z očných viečok a medzi riasami je možné jemne odstrániť aj odolné usadeniny, ako je prach, peľ alebo krusty. Preto sú POSIFORLID® čistiace obrúsky na hygienu očných viečok vhodné aj na dodatočné čistenie pri blefaritíde.



Výhody:

- jemné čistenie citlivej pokožky očných viečok,
- šetrné odstránenie usadenín na očných viečkach a medzi riasami,
- špeciálna kombinácia kyseliny hyalurónovej, praslíčky roľnej a očianky Rostkovovej,
- veľmi dobrá znášateľnosť,
- bez prídavku konzervačných a vonných látok,
- vhodné na trvalé používanie, odporúča sa 2× denne, raz ráno a večer.

POSIFORLID® čistiace obrúsky na hygienu očných viečok sú navlhčené, sterilné a balené jednotlivo, takže sú veľmi vhodné na každodenné čistenie očných viečok, či už doma alebo na cestách.

Pre
každodenné
čistenie okrajov
očných viečok

Balenie
obsahuje
20 kusov
obrúskov





POSIFORLID® očný sprej

Na každodennú hygienu okrajov očných viečok a podpornú starostlivosť pri zápaloch a podráždení očných viečok.

Hygiena okrajov očných viečok by mala byť rovnako dôležitou súčasťou vašej každodennej starostlivosti ako čistenie zubov. Starostlivé a pravidelné čistenie a starostlivosť o okraje viečok udržiava funkčnosť Meibomových žliaz, a tým zabraňuje zápalom viečok.

Okrem POSIFORLID® čistiacich obrúskov na hygienu očných viečok poskytuje ďalšiu starostlivosť tiež očný sprej POSIFORLID®. Ten uľahčuje odstránenie usadenín na očných viečkach a medzi riasami. Zároveň sa stará o podráždené očné viečka a upokojuje ich.

Aj v prípade absencie príznakov odporúčame pokračovať v pravidelnom rannom a večernom čistení a starostlivosti o očné viečka, aby ste udržali a zlepšili funkciu Meibomových žliaz v očných viečkach.



Výhody:

- jemné čistenie a upokojenie podráždených a citlivých očných viečok,
- špeciálna kombinácia kyseliny hyalurónovej, očianky Rostkovovej a kyseliny salicylovej,
- veľmi dobrá znášanlivosť,
- bez prídavku vonných látok,
- typ obalu umožňuje vylúčiť použitie konzervačných látok,
- na každodenné použitie,
- vysoká efektivita, až 250 aplikácií na fľaštičku (15 ml),
- praktické použitie podľa potreby a na cestách.

Vďaka jednoduchému použitiu očného spreja POSIFORLID® sa každodenná starostlivosť o očné viečka stáva rutinou. Stačí aplikovať na zatvorené oči a vychutnať si pocit upokojenia.

Pre
každodennú
starostlivosť
o očné
viečka



Môže sa
používať až
6 mesiacov
po prvom
otvorení



Navštívte www.posiforlid.sk alebo jednoducho cez QR kód zamierte na web, kde nájdete videá s návodmi, ako tieto výrobky najlepšie používať.



EvoTears® OMEGA

Prečo omega-3?

Omega-3 mastné kyseliny sú prirodzenou súčasťou slz.¹ Suché oči sú často spojené s nedostatkom omega-3 mastných kyselín v slznom filme. Čím väčší je nedostatok omega-3 mastných kyselín, tým viac je ovplyvnený slzný film a tým závažnejšie je poškodenie rohovky.

EvoTears® **OMEGA** obsahuje omega-3 mastné kyseliny rastlinného pôvodu, je preto vhodný aj pre vegánov.

Kedy vám EvoTears® OMEGA pomôže?

Sú vaše suché oči **podráždené** alebo sú **boľavé**?

Tieto príznaky môžu byť prejavom **dysfunkcie Meibomových žliaz**. To má vplyv na lipidovú (tukovú) vrstvu slzného filmu.

Porušená lipidová vrstva už nedokáže slzný film na povrchu oka účinne ochrániť pred odparovaním.

Výhody EvoTears® OMEGA

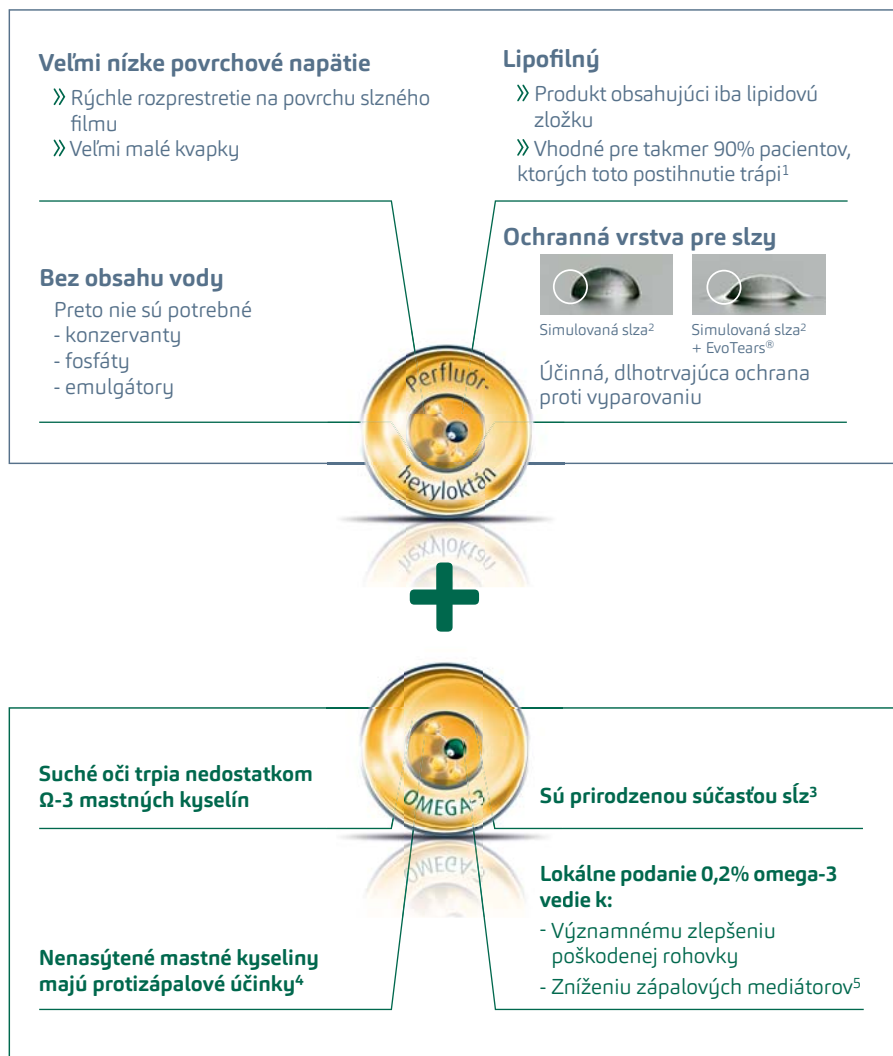
Cielené ošetrovanie suchých a podráždených očí.

- Obsahuje omega-3 mastné kyseliny z morských rias na stabilizáciu lipidovej vrstvy slzného filmu
- Prvé omega-3 mastné kyseliny bez emulgátorov pri liečbe suchých očí

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



Perfluórhexyloktán + omega-3 mastné kyseliny z morských rias pre cieleňú liečbu suchého oka pri poruche lipidovej 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

Všeobecne sa rozlišujú dve formy suchých očí

- **Nedostatočné množstvo slz**
 - Príliš nízka produkcia slz, tzn. vodnej vrstvy
 - Približne 42 % pacientov trpí touto formou suchého oka¹
- **Porucha lipidovej vrstvy**
 - Je ovplyvnená vonkajšia vrstva lipidov (tukov)
 - Približne 90 % pacientov trpí touto formou suchého oka¹

Základné príčiny poruchy lipidovej vrstvy môžu byť rôzne, napr.:



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



Akú úlohu hrá dysfunkcia Meibomových žliaz u suchých očí?

Dysfunkcia Meibomových žliaz (MGD) je považovaná za jednu z hlavných príčin suchých očí.²

Meibomove žľazy sa nachádzajú na okraji očných viečok a produkujú olejový sekrét, z ktorého sa skladá vonkajšia lipidová (tuková) vrstva slzného filmu. Pri MGD žľazy nefungujú správne alebo sú upchaté. Porušená lipidová vrstva potom už nemôže účinne chrániť slzný film pred predčasným odparovaním. Lipidová vrstva už navyše nie je schopná stabilizovať vodnú vrstvu slz. Výsledkom môžu byť slziace oči.

Typickými príznakmi spojenými s MGD sú suché oči, podráždené oči a okraje viečok alebo usadeniny na očných viečkach.

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

Povedzte stop zápalu očných viečok

POSIFORLID®

Koncept pre zdravé očné viečka



Liečba teplom

Hygiena očných viečok

Hygiena očných viečok

Doplnková liečba

POSIFORLID® maska na oči a **EvoTears® OMEGA očné kvapky** sú zdravotnícke pomôcky. **POSIFORLID® čistiaci obrúsky** na hygienu očných viečok a **POSIFORLID® očný sprej** sú kozmetické prípravky.

Pred ich použitím prečítajte pozorne návod na použitie, ktorý je priložený ku každému baleniu.

Návody na použitie a ďalšie užitočné informácie nájdete aj na webových stránkach:

URSAPHARM spol. s r. o.
Kubánské náměstí 1391/11
100 00 Praha 10

IČO: 61678139
tel.: +420 295 560 468
e-mail: info@ursapharm.cz
www.ursapharm.sk