

Blepharite

Une blépharite est une inflammation chronique du bord des paupières (à la racine des cils).

Le bord libre est la partie située à la jonction de la peau et de la conjonctive. La conjonctive est une muqueuse qui tapisse les faces internes des paupières et le blanc de l'œil.

Le bord libre comprend la racine des cils, ainsi qu'un certain nombre de glandes, et parmi elles les glandes de Meibomius. Ces sécrétions grasses entrent dans la composition des larmes.

Le film lacrymal joue un rôle essentiel pour la protection et la nutrition des yeux.

Les croûtes Lors d'une BLEPHARITE, le bord des paupières devient rougeâtre et gonfle légèrement. Dans certains cas des desquamations et des croûtes peuvent apparaître à la base des cils. Quand les glandes de Meibomius ne fonctionnent pas correctement, ou sont bouchées, le film lacrymal est atteint. Une sécheresse oculaire se développe, caractérisée par des yeux rouges, irrités. Une glande obstruée peut entraîner un chalazion, une boule dure dans la paupière.

Appliquez des compresses chaudes. En dilatant les vaisseaux, la chaleur stimule la circulation sanguine et accélère la guérison.

De plus, la chaleur aidera à purger les glandes palpébrales lorsqu'elles sont bouchées, en liquéfiant leur contenu.

Placez une compresse chaude sur vos deux yeux fermés, pendant 3 à 5 minutes. Attention tout de même à ne pas vous brûler.

Pour déboucher les glandes, il est recommandé de masser les paupières.

Regardez vers le haut pour le massage des paupières inférieures, vers le bas pour celui des paupières supérieures.

Placez votre index parallèlement au bord des paupières tout près des cils. Tout en appuyant, frottez délicatement les paupières par de petits mouvements latéraux.

La base du traitement est une bonne hygiène journalière des paupières.

En gardant le bord des paupières le plus propre possible, les orifices des glandes sont libérées, le risque de surinfection diminué, et l'inflammation calmée.

Il est recommandé de se nettoyer les paupières tous les jours, matin et soir afin de prévenir les rechutes.

Utilisez des produits adaptés (lotion ou gel). Demandez conseil à votre spécialiste. La clé de la réussite tient dans l'attention et la régularité que vous apporterez à votre traitement.

Lors d'yeux secs, des larmes artificielles sont recommandées. Utilisez de préférence des collyres sans conservateur, pour prévenir des réactions allergiques ou toxiques.

Lors d'une infection, votre spécialiste peut, en accompagnement de ces mesures d'hygiène, vous prescrire des antibiotiques. Lors d'une inflammation sévère, il passera pendant des périodes courtes à un corticostéroïde.