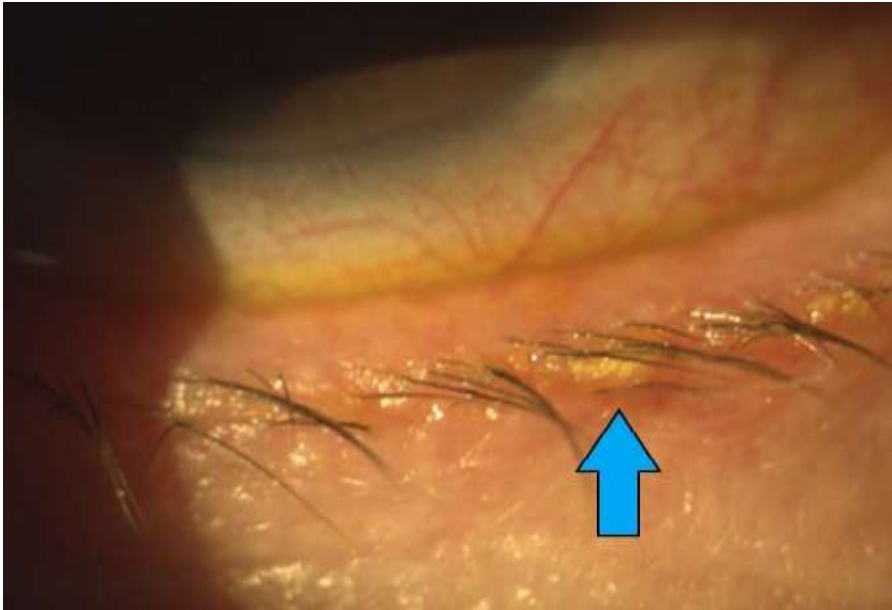


Lidrandhygiene und Lidrandpflege



am Rand der Lidkanten befinden sich mehr als 100 Talgdrüsen (Meibomsche Drüsen). Sie bilden das ölige Sekret, das den Tränenfilm vor dem Verdunsten schützt. Wenn der Ausgang einer dieser Drüsen verstopft ist schwillt sie an. Es bilden sich dadurch Talgpfröpfe und Krusten in der Haut. Wenn sich in die

verstopften Drüsen Bakterien einnisten entsteht eine Lidrandentzündung, ein Hagelkorn oder ein Gerstenkorn, das auch die Augenoberfläche entzündet. Eine plötzliche Entleerung der Verstopfung oder Bakterienkrusten die auf die Augenoberfläche gelangen reizen ebenfalls das Auge. Um dies zu vermeiden sind folgende Schritte notwendig:

1.) Wärme

Rotlicht, Traubenkernkissen oder Gelkissen

verwenden Sie etwa 8 Minuten das Rotlicht oder die wärmenden Kissen bzw Masken. Dadurch wird das ölige Sekret in den verstopften Drüsen verflüssigt.

2.) Reinigung

Säubern Sie die Lidränder und entfernen Sie alle Verkrustungen im Bereich der Augenlider, insbesondere auch zwischen den Wimpern. Verwenden Sie dafür ein mit Wasser benetztes Wattestäbchen– immer ein Wattestäbchen pro Auge. Reinigen Sie nur die Außenseite der Lider. Halten Sie die Augen dabei geschlossen. Die Reinigung sollte mit etwas Druck durchgeführt werden um die verstopften Drüsen auszudrücken. Durch diese mechanische Reinigung wird das durch die Wärme verflüssigte Sekret ausgedrückt und den Bakterien und damit der Entzündung die Grundlage entzogen.