magazín pro zdravý životní styl, www.vimcojim.cz

O zdraví 30. 12. 2020 | Mgr. Eva Kloučková

Oči červenají únavou, ale i v případě závažných onemocnění

URL článku: magazin/clanky/o-zdravi/Oci-cervenaji-unavou,-ale-i-v-pripade-zavaznych-onemocneni__s10012x19887.html

Je samozřejmé, že při zánětu spojivek nebo dlouhodobém zčervenání, pálení a řezání očí navštívíme očního lékaře. Co nám mohou červené oči naznačovat a kdy nás naopak nevarují včas? Zánět spojivek je běžným onemocněním. Při makulární degeneraci hrozí i slepota.

Chybí nám slzy

Pláčeme, když jsme smutní, něco nás bolí nebo jsme naopak šťastní a dojatí. Slzy ale k našemu oku patří zcela přirozeně 24 hodin denně. Pokud je slzný film

narušený, objeví se tak zvaný **syndrom suchého oka**, nejčastější příčina akutní návštěvy očního lékaře.

- Syndrom suchého oka se projevuje zčervenáním, únavou očí, pálením, řezáním i pocitem písku pod víčky.

Příznaky zhoršují

- sledování obrazovky mobilu nebo počítače
- suchý vzduch v místnosti
- kontaktní čočky
- klimatizace
- smog

Už dávno přitom neplatí, že unavené a červené oči trápí pouze lidi v kancelářích. Digitální zařízení jsou běžnou součástí života.

> **Co radí odborník:** "Příznaky syndromu suchého oka není vhodné přehlížet, úlevu přinese aplikace zvlhčujících očních kapek (tzv. umělých slz), ideálně bez konzervačních látek. Našim pacientům doporučujeme **pravidelné kapání 3–5x denně**. V případě intenzivních potíží je důležité nezapomínat na kapky před spaním,

eventuálně aplikovat i gely či masti." MUDr. Věra Trnková, Ph.D.

Co může způsobit zánět?

Zánět spojivek je běžným onemocněním, které je způsobené nejčastěji bakteriální nebo virovou infekcí, případně alergií.

Projevuje se opět zarudnutím, dále slzením, svěděním, otokem víčka a v případě bakteriálního zánětu výtokem.

Zánětu je možné předcházet

- omezením dotyku očí;
- dostatečnou hygienou;

- užíváním vlastního ručníku a kosmetiky (včetně dekorativní);
- ochranou očí v prašném prostředí nebo při plavání.

> **Co radí odborník:** "V případě podezření na zánět spojivek je určitě správné kapat často a vydatně zvlhčující oční kapky a kapky s dezinfekčním účinkem. Vhodné je vyvarovat se slunečnímu záření a větru a **používat sluneční brýle**.
>
> Pokud do 2 dnů nedojde ke zlepšení stavu, případně se obtíže zhorší, doporučuji návštěvu očního lékaře. Ten na základě nálezu a diagnózy doporučí cílenou léčbu očními kapkami a/nebo mastí s antibiotiky, virostatiky, případně s protialergickým účinkem." MUDr. Věra Trnková, Ph.D. z oční kliniky Lexum.

Když zůstává nemoc skryta

Oči se dokážou bránit a dát nám najevo, že něco není v pořádku. Bohužel toto neplatí u všech onemocnění. Postupného zhoršování zraku si nemusíme všimnout při zeleném zákalu, šedém zákalu ani u věkem podmíněné makulární degenerace.

Zatímco **u šedého zákalu je možné zrak vrátit** při běžném několikaminutovém zákroku pomocí umělé nitrooční čočky, u makulární degenerace, tedy onemocnění sítnice, bohužel léčba takto jednoduchá není.

- Onemocnění se může projevit buď tzv. **suchou formou** spojenou s postupnou ztrátou zraku, závažnější vlhká formou znamenající při odkládání léčby praktickou slepotu v řádu týdnů.

V případě, že onemocnění není spojené s viditelnými, nepříjemnými příznaky, je jediným způsobem, jak očím pomoci, **pravidelná preventivní prohlídka**. Na tu je čas jednou za 2 roky, ve věku nad 40 let i častěji.

Co radí odborník: "Častým příznakem věkem podmíněné makulární

degenerace je pokřivené vidění, při čtení písmenka jakoby poskakují. Subjektivní potíže u tohoto onemocnění mohou být zpočátku minimální mimo jiné proto, že je vidění postiženého oka kompenzováno obrazem zdravého oka.

Biologická léčba vlhké formy makulární degenerace je zaměřena na potlačení růstu nových cév v sítnici. I když dnes nelze vlhkou formu plně vyléčit, dokážeme u příbuzných pacientů s věkem podmíněnou makulární degenerací pomocí genetického testu stanovit míru rizika vzniku tohoto onemocnění." MUDr. Tomáš Jurečka, Ph.D. - Lexum.

Copyright © 2026
Vím, co jím a piju, o.p.s., www.vimcojim.cz