



magazín pro zdravý životní styl, [www.vimcojim.cz](http://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](http://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.