



## SILMÄTULEHDUKSEN KOTIHOITO-OHJE

- Silmäluomissa, kyynelelimissä, silmämunan eri osissa ja näköhermoissa esiintyy eri syistä johtuvia tulehduksia.
- Yleisimmin tulehduksen aiheuttaa virus tai bakteeri silmässä tai muualla elimistössä.
- Tulehdus voi olla myös erilaisten allergeenien aiheuttama. Tavallisimpia silmätulehduksen oireita ovat silmien rähmiminen, kyynelvuoto, kirvely, kutina, kipu, valonarkuus ja rikan tunne.

### Hoito

- pese kädet huolellisesti
- puhdista silmät puhtaalla vedellä kostutetulla taitoksella silmän ulkonurkasta sisänurkkaan
- vedä sormella ja taitoksella alaluomea alaspäin
- pidä tippapullon, salvatuubin tai pipetin kärkeä 1 -2 cm:n etäisyydellä silmästä, älä kosketa sillä silmää
- tiputa tai purista lääkettä silmään lääkemääräyksen mukaan
- paina silmän sisänurkkaa kevyesti taitoksella minuutin ajan, jottei lääke huuhtoudu kyynelkanavaan
- jatka hoitoa vielä muutama päivä oireiden häviämisen jälkeen
- säilytä lääke pakkauksen ohjeen mukaan, avattu lääke säilyy noin yhden kuukauden ajan.

### Ota yhteys lääkäriin tai oman terveysasemasi henkilökuntaan jos

- hoito pahentaa oireita
- oireet eivät huolellisesta hoidosta huolimatta häviä viikossa.