



sjónlag

augnlækningar  
laseraðgerðir

HVARMABÓLGA

(Blepharitis)



## Hvað er hvarmabólga og hvað þarf að vita um þennan sjúkdóm?

Hvarmabólga er líklega einn algengasti augnsjúkdómurinn á Íslandi. Erfitt er að meta hlutfall fólks með hvarmabólgu, þar sem sjúkdómurinn veldur oft litlum einkennum. Á hinn bóginn getur hann valdið einkennum sem eru afar óþægileg og hafa ríkuleg áhrif á daglegt líf fólks.

Um ástæður sjúkdómsins er lítið vitað en talið er að um sé að ræða ofnæmi fyrir bakteríum sem við erum öll með á hvörmum. Ofnæmið veldur langvinnri bólgu í hvörmum, með roða og þrota sem truflar oft starfsemi fitukirtla í hvörmunum. Fitukirtlar þessir búa til fitu sem myndar brák ofan á tárunum, þannig að þau haldist á augunum og smyrji þau nægilega. Ef gæði þessarar fitubrákar eru ekki nægilega mikil gufar meira upp af tárum og þau renna niður. Því eru þurr augu oft fylgiskur hvarmabólgu.

Hvarmabólga getur einnig valdið augnloksþrymlum (*chalazion*) sem í börnum kemur oft fram sem vogris (*stye*).

Hvort tveggja eru stíflaðir fitukirtlar sem blása út og valda oft miklum óþægindum.



Hvarmabólga

## Helstu einkenni:

- Sviði, "súrnar í augum"
- Óskýr sjón
- Aðskotahlutstíflingur, píringur
- Smákláði
- Roði í hvörmum og augum
- Óþægindi í augum eftir tölvuvinnu, lestur eða eftir að horft er á sjónvarp
- Bjúgur á hvörmum

Oft er erfitt að greina á milli einkenna hvarmabólgu og þurra augna. Þó má segja að sviði sé meira áberandi í hvarmabólgu en aðskotahlutstíflingur í augum meira áberandi í þurrum augum. Þó ber að leggja áherslu á að þurr augu og hvarmabólga koma oft fram saman og þarf því oft að meðhöndla hvort tveggja.

Hvarmabólga er yfirleitt fremur góðkynja sjúkdómur en getur þó í undantekningartilfellum valdið augnskaða og jafnvel varanlegu sjóntapi. Í þeim tilvikum verður erting frá hvörmum svo mikil á augnu að slímhimna augans vex inn á hornhimnu eða að hornhimna augans þynnist og skemmist.



Augnloksþrymill (Chalazion)

## Hvað veldur?

Líkt og áður segir er margt á huldu hvað varðar orsök og tilurð þessa sjúkdóms. Hann virðist vera algengari í ljóshærðu fólki og er rauðhærðum einstaklingum sérstaklega hætt við að fá hvarmabólgu. Líklega kemur ofnæmi inn í tilurð sjúkdómsins á einhverju stigi, sennilega gegn bakteríum sem við erum öll með á hvörmum okkar.

## Lyfjanotkun

Flestar gerðir hvarmabólgu eru ekki vegna sýkingar og eru því jafnan ekki smitandi.

Gagnslítið er að bera sýklalyf á hvarmana, þar sem bakteríur þessar eru alls staðar í umhverfi okkar og setjast aftur á hvarmana þegar notkun sýklalyfsins lýkur.

Sum lyf geta stuðlað að hvarmabólgu, s.s. sum krabbameinslyf og húðþrymlalyfið *Roaccutane*.

Hvarmabólga er afar algeng í ýmsum húðsjúkdómum, s.s. flösuexemi (*seborrhoic dermatitis*) og rósaroða (*rosacea*), enda eru hvarmarnir einungis húðfellingin í kringum augun.

Jafnframt hafa rannsóknir sýnt fram á fylgni hvarmabólgu við heilkenni Downs.

## Meðferð

Meðferð hvarmabólgu er oftast ekki flókin en hún krefst töluverðrar natni og reglusemi. Fyrsta meðferð og oft sú sem ber mestan árangur er að meðhöndla augu með heitum bókstrum.

Þvottapoki er bleyttur upp úr vel heitu vatni og lagður yfir augu (má gera t.d. yfir vaskinum eða í sturtu) í 1-2 mínútur.

Síðan eru hvarmarnir skrúbbaðir með þvottapokanum, líkt og þegar maskari er þvegin af augnhárum.



Þvottur hvarma er mikilvægur

### Þetta þarf að gera a.m.k. einu sinni á dag.

Stundum er þynnt barnasjampó (einn hluti sjampó á móti tíu hlutum af vatni) sett í þvottapokann áður en hvarmarnir eru þvegnir. Sjampóið er talið drepa bakteríurnar sem vekja ofnæmið.



Lýsi er ríkt af Omega-3

Jafnframt er mælt með því að taka lýsi eða Omega-3 fitusýruperlur.

Einstaka sinnum þarf að beita öðrum meðferðarmöguleikum, s.s. sýklalyfjum, bólgueyðandi smyrslum o.fl. en í flestum tilvikum nægja heitu bakstrarnir og hvarmaþvotturinn.

# SÉRFRÆÐINGAR Í ÞÍNUM AUGUM

Öryggi ofar öllu | Reynsla og sérþekking | Nákvæm skoðun | Góð eftirfylgni

Tímapantanir í síma  
577 1001 eða á  
[www.sjonlag.is](http://www.sjonlag.is)

  
**sjónlag**  
augnlækningar  
laseraðgerðir



Glæsibær

Álfheimar 74

5. hæð

104 Reykjavík

Sími 577 1001

Fax 577 1021

[sjonlag@sjonlag.is](mailto:sjonlag@sjonlag.is)

[www.sjonlag.is](http://www.sjonlag.is)