

## Luomirauhasen ja luomireunatulehduksen hoito

---

Silmäluomien reunassa on runsaasti rauhasia, jotka tuottavat silmän pinnalle talimaista eritettä. Näitä Meibomin rauhasia on sekä ylä- että alaluomen reunassa ja ripsien tyvessä. Kun rauhanen tukkeutuu, silmän pinnan voitelu ei toimi normaalisti ja silmäluomet ovat usein karstaiset ja kutiavat. Luomeen voi myös muodostua turvonnut, kipeä ja punainen patti. Akuutin tulehduksen rauhoittumisen jälkeen ihon alle voi myös jäädä kivuton patti. Se on vaaraton ja suurin osa niistä häviää itsestään kuukausien kuluessa. Luomirauhasen tulehdus saattaa uusia.

### Hoito

Tulehdusvaiheessa luomia hoidetaan lämpökäsittelyllä. Laita luomille lämmin, kostea pyyhe 5-10 minuutin ajaksi. Heti hautomisen jälkeen hiero luomia esimerkiksi pumpulitikulla. Hiero tai rullaa aina luomien reunoja kohti suuntautuvien liikkein (yläluomea ylhäältä alaspäin ja alaluomea alhaalta ylöspäin). Pidä silmät kiinni hieromisen aikana. Hieronnan on tarkoitus pehmittää eritettä rauhasen sisällä ja avata tukkeutunut rauhanen.

Pyyhi luomireunat huolellisesti hieronnan jälkeen. Voit ostaa apteekista erikseen luomien puhdistukseen tarkoitettuja lappuja tai puhdistaa luomet veteen kostutetulla lapulla. Laita lopuksi lääkärin määräämiä silmätippoja tai silmävoidetta. Tarvittaessa saat lääkäriltä suun kautta otettavan antibioottikuurin.

### Hoidon kesto

Tee lämpöhoitoa ensimmäiset 2 viikkoa 1-2 kertaa joka päivä. Tulehdusoireet helpottavat yleensä muutamassa viikossa. Jatka lämpökäsittelyä, hierontaa ja luomen reunojen puhdistusta ylläpitohoitona vähintään 1-2 kertaa viikossa. Tämä estää rauhasen tukkeutumista uudelleen.

Ellei luomen tulehdus ole hävinnyt itsekseen tai mahdollinen patti vaivaa, voi lääkäri määrätä antibioottikuurin pidemmäksi aikaa. Tarvittaessa patti voidaan leikkauksella avata ja tyhjentää. Toimenpide on polikliininen

### Yhteystiedot

Silmätaudit M2, Puhelin 02 627 7841  
Maanantaista perjantaihin kello 08.00 – 15.00