

## Crvene oči - uzroci i liječenje



Postoji mnogo mogućih uzroka efekta **crvenih očiju**. Neki od njih su sasvim bezopasni, bez ozbiljnijih posljedica. No, u nekim slučajevima crvene oči mogu biti razlog za zabrinutost i **medicinski hitan slučaj**. Pri tome, ozbiljnost situacije obično ne korelira stupnju crvenila već **popratnim simptomima**, kao što su **bol u očima** ili oštećenja vida.

### Uzroci crvenih očiju

**Crvene oči** mogu biti posljedica **raznih podražaja**, kao što su:

- iznimno suh zrak
- izlaganje suncu
- prašina
- strano tijelo
- alergijske reakcije
- traume ili drugi uvjeti.

Također, jedan od čestih uzroka crvenih očiju je **naprezanje ili kašalj**. To može dovesti do pojave svijetlo crvenih, jednako gustih krvavih područja na bjeloočnici.

Ovo stanje naziva se **subkonjunktivalno krvarenje** ili **hiposfagma** i obično nema ozbiljnijih posljedica, no, kada je praćeno oštećenjima vida ili boli u očima, ono može biti pokazatelj alarmantne situacije.

Ako popratni simptomi izostanu, krvave mrlje obično **nestaju same** u roku od **7 do 14 dana**. Stavljanje toplih **obloga od kamilice** može vam pomoći kod ublažavanja crvenila. Dvije vrećice čaja stavite u 2 dl vruće vode. Nakon pet minuta ih izvadite i mlake stavite na oči te držite tako **dvadesetak minuta**.

Jednako čest uzrok crvenih očiju mogu biti i razne **infekcije ili upale oka**, koje se mogu pojaviti na različitim mjestima. One uzrokuju crvenilo, kao i mogući svrbež, iscjedak, bol ili oštećenja vida.

### **Drugi potencijalni uzroci crvenila oka su:**

- [Prehlada](#) ili alergije
- Strano tijelo u oku
- [Akutni glaukom](#) - nagli porast očnog tlaka koji može biti vrlo bolan i uzrokovati ozbiljne smetnje vida.
- **Ogrebotine rožnice** uzrokovane pijeskom, prašinom i sličnim podražajima.
- **Problemi s krvarenjem**, primjerice, zbog prekomjernog korištenja lijekova za razrjeđivanje krvi.

### **Infekcije i upale oka**

Infekcije ili upale oka često se mogu manifestirati kao **crvene oči** uz razne druge simptome o kojima će ovisiti ozbiljnost situacije. Neke od najčešćih **infekcija ili upala oka** koje uzrokuju crvenilo su:

#### **Blefaritis**



**Blefaritis** je upala ruba kapaka koja izaziva uporno i ružno crvenilo te **ljuštenje kože** na rubovima oka i oko njih. U nekim slučajevima može doći i do **bakterijske infekcije** zahvaćenog područja pa se stanje pogoršava.

Ponekad se mogu javiti i mali **čirevi** na rubovima kapaka. Česta posljedica čireva je **otpadanje trepavica**. Ljuskice kože s ruba kapaka zbog treptanja najčešće završe u oku te uzrokuju **konjuktivitis**. Blefaritis je **recidivan** te najčešće zahtijeva ponovno liječenje.

#### **Ako imate Blefaritis:**

- Stavljajte **tople obloge** na oči najmanje dva puta dnevno po pet minuta.
- Ljuskice pokušajte ispirati **slanom vodom**.
- Pamučnom krpicom duž kapaka nježno utrljajte dječji šampon bez suza, pomiješan s toplom vodom. Postupak ponavljajte svakodnevno prije i nakon spavanja.



- Ako se stanje ne poboljša ili se pogorša u roku od dva tjedna, javite se liječniku koji će vam propisati antibiotičku i **kortikosteroidnu mast** koju će biti potrebno utrljavati na zahvaćena mjesta.

## Konjuktivitis



**Konjuktivitis** je upala ili infekcija očne spojnice koja spaja unutrašnju površinu vjeđe i očnu jabučicu. Može biti posljedica virusa, bakterija, alergija ili različitih **iritacija**.

Simptomi konjuktivitisa su crvenilo, otečenost i **suzenje očiju**, a ovisno o tipu konjuktivitisa mogu se javiti i **svrbež**, osjećaj žuljanja, bol, stvaranje čvrste kore na zahvaćenom oku i okolnoj koži te **iscjedak**.

Ako je konjuktivitis uzrokovan **živim organizmima**, može biti vrlo zarazan. Više o konjuktivitisu možete pročitati u našem članku o [konjuktivitisu](#).

**Ako imate konjuktivitis:**

- Izbjegavajte dodirivanje **zaraženog oka** jer se infekcija može proširiti putem dodira i na zdravo oko.
- Stavljajte hladne ili tople obloge tijekom dana
- **Nemojte koristiti make-up** ili nositi kontaktne leće za vrijeme trajanja infekcije, a u slučaju da su takvi proizvodi bili u kontaktu sa zaraženim okom, trebali biste ih baciti.
- Često perite ruke.

## Uveitis

**Uveitis** je upala **srednje ovojnice oka**, koja se sastoji od **šarenice oka**, zrakastog tijela i žilnice. Uveitis je najčešće posljedica **autoimunih poremećaja**, infekcija ili izloženosti toksinima. Simptomi uveitisa su crvenilo oka, **zamućenje vida**, osjetljivost na svjetlo, tamne putujuće **mrlje uzduž vidnog polja** i bol.

Ako se liječi rano uveitis nije ozbiljna tegoba, međutim ako ne zatražite liječniku pomoć mogu se razviti **komplikacije**. U očnoj vodici može se nakupiti toliko **bijelih stanica** da one **blokiraju otvor** kroz koji se tekućina odvodi iz oka uzrokujući pritom vrstu **glaukoma**.

Ta se komplikacija također može razviti ako **stražnji dio** upaljene šarenice prianja uz prednji dio leće, a posljedica toga je zaustavljanje **očne vodice iza šarenice**.

## Liječenje

Potrebno je hitno javiti se liječniku kako ne bi došlo do daljnjih komplikacija. Liječnik će preporučiti **kortikosteroidnu mast** ili kortikosteroidne **kapi za oči**.

U težim slučajevima daje se **injekcija kortikosteroida** između očne spojnice i bjeloočnice uz **lokalnu anesteziju**. Također ćete dobiti i kapljice za **proširenje zjenica** kako bi se spriječilo prianjanje šarenice uz prednji dio leće. Ako se uz adekvatan liječnički tretman izliječi, uveitis se uglavnom ne vraća.

[Doznajte više o uveitisu!](#)

## Ulkus rožnice



**Ulkus rožnice** je upalno, **zarazno stanje rožnice**, koje je obično izazvano **bakterijskim** ili **virusnim infekcijama**. Simptomi ulkusa rožnice su smetnje ili bol u oku, crvenilo, **slabljenje oštine vida**, a ponekad može doći i do pojave bjelkastih mrlja ili čira, koji se naziva **razgranati ulkus**.

Nakon pojave ulkusa (čira) na rožnici slijedi infekcija i obratno. Ako se najprije stvori **ulkus**, obično se radi o posljedici udarca i **ogrebotine** rožnice stranim tijelom.

Kada se najprije pojavi infekcija uzrok je obično virus, često isti onaj koji uzrokuje [\*\*herpes simplex\*\*](#) oko usta. Gotovo uvijek je zahvaćeno **samo jedno oko**.

Ponekad se ulkus može primijetiti u zrcalu. Zanemareni ulkus može rezultirati **gubitkom vida**.

Ulkus se liječi **antibioticima** u obliku kapi za oči, tabletama te ponekad i injekcijama. U težim slučajevima potrebna je i **operacija**. Vrlo je bitno naglasiti da se za ovakvu vrstu infekcije ne pokušavate sami skrbiti jer ako je u pitanju **virusna infekcija** možete samo pogoršati stvar.

## Kada kontaktirati stručno medicinsko osoblje u bolnici?

Stručno medicinsko osoblje u bolnici trebali biste kontaktirati:

- Kada je crvenilo oka izazvano težom ozljedom
- Kada su popratni simptomi crvenih očiju glavobolja uz zamagljen vid ili zbunjenost
- Ako vidite aureole oko svjetla
- Ako imate mučninu ili povraćate

## Kada posjetiti doktora opće prakse?

Doktora opće prakse trebali biste posjetiti:

- Kada su oči crvene dulje od **1-2 dana**
- U slučaju da **osjećate bol** u području oka
- Ako su crvene oči posljedica **korištenja lijekova** za razrjeđivanje krvi
- Ako ste osjetljivi na svjetlost
- U slučaju **žutog** ili **zelenkastog iscjetka**

## Što mogu očekivati na prvom pregledu?

Vaš liječnik će obaviti fizički pregled, uključujući i **ispitivanje oka**. Također, može postaviti neka pitanja o medicinskoj povijesti, primjerice:

1. Jesu li oba oka zaražena?
2. Koji je dio oka zahvaćen?
3. Je li crvenilo nastalo postupno ili naglo?
4. Jeste li ikada prije imali takve simptome?
5. Osjećate li bol kod pomicanja očiju?
6. Imate li druge simptome kao što su: iscjedak, peckanje, svrbež, glavobolja, mučnina i povraćanje?

## Kako ublažiti crvenilo oka

Uz liječnički tretman svakako možete pokušati i neke manje agresivne prirodne metode koje mogu **umanjiti crvenilo očiju**.

- **Koristite hladne obloge**, stavite kockicu leda u gazu, zatvorite oči te potom prislonite gazicu s ledom na kapke. Oblog na očima držite barem **dva puta** dnevno po **5 minuta**. Ako vam je rožnica oka nadražena, ovo bi svakako trebalo smiriti peckanje i nelagodu.

- Dva puta dnevno po **15 minuta** možete na kapke staviti i **ružinu vodicu** koja također ima umirujuće djelovanje.
- **Krastavac** - osim što je dobar u borbi protiv **podočnjaka**, kriške krastavca umiruju crvenilo u očima. Tretman možete ponavljati **jednom dnevno** svaki dan u trajanju od **15 minuta**.
- **Zeleni čaj** - vrećice zelenog čaja stavite u vruću vodu i ostavite **2 minute**, potom ih izvadite i stavite u frižider kako bi se ohladile, Stavite ih na kapke i ostavite da tako djeluju **15 minuta**.
- Ako patite od bilo koje od navedenih infekcija nastojte priuštiti svojim očima odmor, nemojte se prenaprezati čitanjem, gledanjem TV-a, već spavajte ili jednostavno odmarajte oči držeći ih sklopljenima.