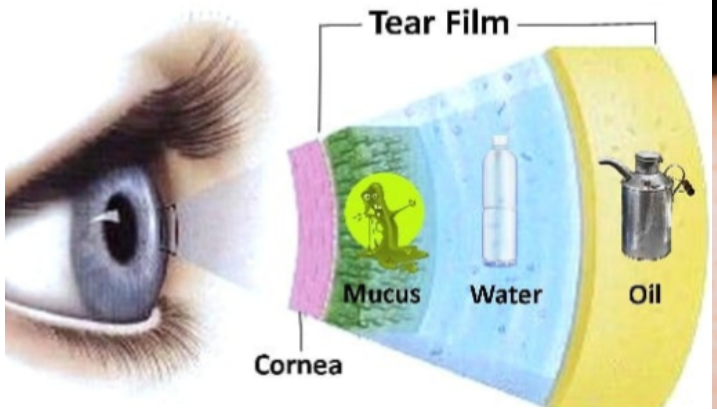
Tu Tratamiento Personalizado

- Lágrimas Artificiales-Marca _____
  Use lágrimas artificiales _____ veces/día
  ____Añadir gel/unguento a la hora de acostarse
- Aciete de pescado Omega 3 o suplementos de semillas des lino
  Dosis recomendada 2000 - 4000 mg de Omega-3/día
- Terapia de calor húmeda/Expresión de glándulas
  Recomendado para aplicar calor calído/húmedo a los párapados durante 10 minutos/día seguido de párpado masaje (máscara de ojos Bruder - 20 segundoa en mircroondas)
- Mibo Thermoflow
  Tratamiento profesional de glándulas sebáçeas en consultorio
- Restasis/Xiidra
  Usar dos veces al día (uno en ambos ojos cada mañana y noche) para disminuir la inflamación de los ojos y ayudar produces más de tus propias lágrimas
- Tapones Puntuales (Temporales/Permanentes)
  Oclusión si se recomienda retener el conducto lagrimal más de tus lágrimas naturales
- Exfoliantes de párapados/Masaje de párapado
  Con los ojos cerrados, limpiar suavemente a lo largo de la base de las pestañas (OcuSoft o Avenona)
- Hidratar
  Beba mucha agua, el doble de agua de bebidas con cafeína o alocólias

Filme Normal Del Lagrimal

De Que Están Hechas Las Lágrimas?



- Lípido (aceite): Suaviza la superficie y evita que las lágrimas se sequen demasiado rápido. Las glándulas de Meibomo producen esta capa.
- **Acuoso (agua):** Nutre y protege la córnea. La mayor parte de la película lagrimal es acuosa y es producia por ia glándula lagrimal.
- **Mucina (mucosa):** Ayuda a propagar la capa acuosa en la superficie y ayuda la lágrima se adhiere a los ojos.

OJO RESECO

Enfermedad de la superficie ocular del ojo seco

Jacquie Bowen, OD, FAAO
Ronald Mearsha, OD

Mejorando su visión no solo por hoy, pero para toda la vida

2867 35th Avenue
Greeley, CO 80634

Sigue nuestro Blog

970.346.1411

SEE LIFE family VISION SOURCE

¿*Qué* es el ojo seco?

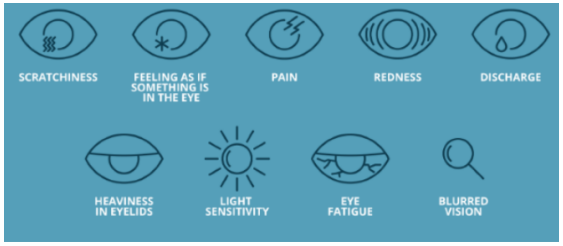
El ojo seco ocurre cuando el ojo no produce lágrimas correctamente o cuando las lágrimas se evaporan demasiado rápido.

Tipos de: Ojo Reseco

1. *Ojo reseco acuoso:* Un trastorno en el que las glándulas lagrimales no producen suficiente cantidad del componente acuoso de las lágrimas para mantener los ojos húmedos.
2. *Ojo reseco evaporativo:* resultados de la inflamación de las glándulas de Meibomio. Estos forman la parte aceitosa de las lágrimas que ralentiza la evaporación y mantiene estables las lágrimas.
3. *Desequilibrio del consumo de lágrimas:* Ocurre en cualquiera de las 3 capas del filme lagrimal

Simptomas de: Ojo Reseco

- Sensación de picazón o ardor
- Sensación arenosa, como si tuviera algo en el ojo
- Ojos llorosos
- Descarga fibrosa
- Fluctuaciones de la visión y / o visión borrosa intermitente
- Incapacidad para llorar cuando está estresado emocionalmente
- Lentes de contacto incómodos
- Disminución de la tolerancia a la lectura.
- Disminución de la atención visual sostenida en la computadora
- Fatiga ocular



¿*Por qué* tengo los ojos resecos?

Enviromental and Lifestyle Changes

- Dry climates, high altitude, and frequent wind
- Infrequent blinking, as a result of staring at video screens
- Following LASIK surgery (usually temporary)
- Allergies
- Pregnancy

Medications and Supplements

- Can be a side effect of some medications, including allergy or cold medicine, tranquillizers, blood-pressure medicines, birth control, and antidepressants.
- Both excessive and isnufficient dosages of vitamins

Eyelid Conditions

- Skin disease on or around the eyelids, e.g. rosacea
- Symptom of chronic inflammation of the conjunctiva or lacrimal glad

Other Conditions

- Immune system disorders such as Sjogren's Syndrome, lupus, and rheumatoid arthritis have higher risk
- If the surface area of the eye is increased, as in thyroid disease, ehen they protrudes forward

www.seelifevision.com

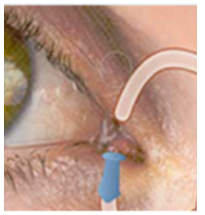
¿*Como* se trata el ojo reseco?

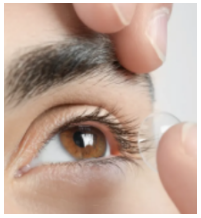
Supplements: Omega-3 fatty acids (DHA and EPA) may decrease symptoms of irritation. The use and dosage of nutritional supplements/vitamins should be discussed with your primary care physician.

Prescription Eye Drops: Restasis and Xiidra are prescription drops availible to treat dry eye. They decrease corneal damage, increase basic tear production, and reduces symptoms.

Gland Treatments: A regular regime of warm, moist heat followed by eyelid massage can help unblock clogged oil glands. Your doctor will recommend a treatment that best fits your needs.

Tear Duct Plugs: We can temporarily or permanently plug your tear ducts, which normally serve to drain tears away. This is done to reduce tear loss, by keeping your tears from leaving your eyes too quickly.





Special Contact Lenses: Some with severe dry eye may opt for special contact lenses, called scleral lenses. Their design protects the surface of your eyes and traps mopisture.

Dry eye is a chronic condition that requires a custom prescribed treatment program. These treatments take time and require diligent follow up care to manage and control.