

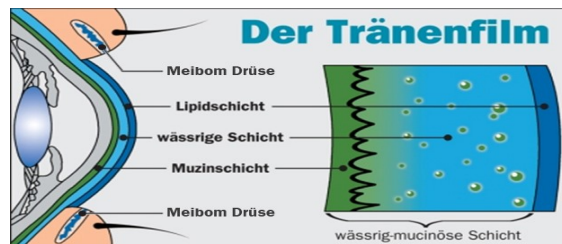
In der Schweiz leiden 3,2 Mio. Menschen unter trockenen Augen. In 80% der Fälle geschieht dies durch erhöhte Verdunstung als Folge eines defekten Lipidschutzfilms.

Häufige Ursachen für trockene Augen:

- Klimatisierte, überheizte Büros
- Kontaktlinsen
- Lange Computerarbeit
- Fernsehen

Mit zunehmendem Alter vermindert sich die Produktion von Lipiden, die Schutzfilmqualität nimmt ab.

Ein gesunder, stabiler Tränenfilm ist wichtig für ihre Augengesundheit; er reinigt und schützt die Augenoberfläche, verhindert Entzündungen und sorgt für eine klare Sicht.



Tägliche Pflege und Reinigung der Lidränder schützt und beugt vor:

1. Wärmebehandlung

Legen Sie einen feuchtwarmen Umschlag (ca. 38°C-45°C) für 5-10 Min. auf Ihre Augen um das zähe und verdickte Sekret in den Meibomschen Drüsen zu verflüssigen.



Verwenden Sie dazu z.B. einen feuchtwarmen Waschlappen oder eine Wärme Gel Maske mit unterlegten feuchtwarmen Watte pads.

2. Lidmassage

Führen Sie eine sanfte Lidmassage zum Ausstreichen der verflüssigten Sekrete aus.



Streichen Sie mit einem Finger mehrfach am Oberlid von oben nach unten und am Unterlid von unten nach oben, jeweils zum Lidspalt hin. Danach vom äusseren zum inneren Lidwinkel um das Sekret auszustreichen.

3. Reinigen

Reinigen Sie nun das Lid zur Entfernung der gelösten Sekrete, Ablagerungen und Keime.



Streichen Sie mit einem in Reinigungsflüssigkeit (idealerweise tensidfrei) getränkten Wattepad am Oberlid sanft von oben nach unten, beim Unterlid von unten nach oben, jeweils zum Lidspalt hin und danach horizontal vom äusseren zum inneren Lidwinkel.

