

La scheda salute

Gli occhi secchi



Le lacrime sono indispensabili per i nostri occhi: in loro assenza l'occhio si irrita, brucia oppure si infetta. Soluzioni per contrastare la secchezza oculare.

Come reagisce il corpo

Le diverse sostanze che compongono il liquido lacrimale contengono, in particolare, acidi grassi e sostanze antibatteriche. Questo liquido complesso, che si distribuisce sulla superficie dell'occhio grazie ai frequenti movimenti delle palpebre, ne assicura l'idratazione e la pulizia nutrendo, al contempo, la cornea. Indispensabile per la salute dell'occhio, migliora la visione e protegge da infezioni e infiammazioni. Numerose sono le cause della secchezza oculare o "sindrome secca". I principali responsabili: lenti a contatto, lavoro prolungato al computer (ci si dimentica di aprire e chiudere gli occhi), la menopausa, l'invecchiamento, l'inquinamento (fumo compreso), la guida notturna, diverse malattie gravi, l'assunzione di alcuni farmaci. Contrariamente a quanto comunemente ritenuto, gli occhi che lacrimano continuamente non sono affatto idratati nel modo giusto: in questo caso, la composizione del liquido lacrimale è squilibrata e contiene soprattutto acqua anziché muco e acidi grassi. Risultato: gli occhi sono affaticati, sensibili alla luce e alle condizioni atmosferiche (vento, freddo), prudono e si ha la sensazione di avere un corpo estraneo nell'occhio...

Cosa potete fare

- Chiedete consiglio al vostro farmacista. Egli dispone di numerosi trattamenti ad hoc, fra cui le lacrime artificiali più o meno viscosi e adatte alle esigenze del paziente, oltre a diversi preparati in grado di idratare l'occhio e da usare a breve o a lungo termine.
- Scegliete preferibilmente lacrime artificiali senza conservanti. Le monodosi, pratiche e igieniche, sono utilizzabili secondo necessità e si conservano fino alla scadenza. Sono ormai disponibili nuove generazioni di colliri in flaconi, studiati per un preciso dosaggio, che possono essere usati fino a 6 mesi dall'apertura.
- Completate il trattamento assumendo vitamina A, cicatrizzante, oppure un preparato a base di piante come l'eufrasia o il mirtillo.
- Molto apprezzata in oftalmologia, l'omeopatia consente all'occhio di ricreare le lacrime naturali e di rimettersi al lavoro.

Il consiglioplus

Un'affezione dell'occhio deve essere presa sul serio e, in caso di disturbi della vista, è opportuno consultare immediatamente un oftalmologo... È quindi indispensabile definire la causa della secchezza oculare prima di stabilire la terapia. Essa può, infatti, rivelare una malattia degli occhi o altre patologie come l'artrite reumatoide o il diabete.

Non praticate l'automedicazione senza consultare il vostro farmacista e, se seguite un trattamento, non esitate a chiedergli consiglio.

Consultate www.pharmacieplus.ch per prendere visione di tutte le specialità delle pharmacieplus.

