

ALLERGIES -> Headache - Eye Pain - Conjunctivitis

Alergias: Dolor de Cabeza, Dolor Ocular y Conjuntivitis

Acute sinusitis can cause pain & pressure around the eyes or behind the eyes, forehead and cheeks. Light sensitivity, blurred vision, loss of side vision, watery eyes, headache, ear-ache, sinus drainage & scratchy throat may also occur with sinusitis. When the sinuses are inflamed, the eyes can have a dull aching, throbbing, and bulging sensation and be particularly light-sensitive. It may be very uncomfortable to wear contact lenses during this time. Sinusitis can cause the eyes to also get dry and have a reddish tinge or glassy appearance. Sinus medications may clear sinuses, but may also make ocular dryness worse.

Allergies to environmental factors can directly affect the eyes, causing allergic conjunctivitis. Symptoms include redness, swelling, stringy mucus, itching, foreign body sensation, and light sensitivity.

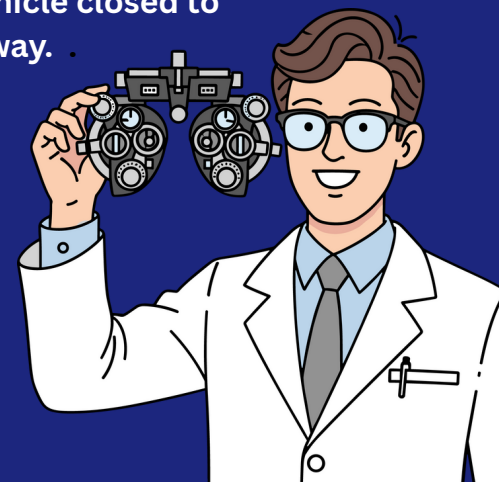
Some patients may exhibit signs of either sinusitis or allergic conjunctivitis, while others have both conditions.

TREATMENT

:

Sinusitis is typically caused by allergies to environmental factors. You will need to determine the items you are allergic to. See an allergist for testing. Then, you can work on avoiding those items or your allergist can help you overcome your sensitivity to them.

Pets, smoke, dust mites, fungal spores and pollens are regular offenders. To make your home (and vehicle!) safer, it is advised to avoid cloth furniture, carpeting and rugs, or to shampoo items regularly. Keep pets away from the bedrooms and main living areas. Purchase air purifiers and use allergen-reducing air conditioning filters that are replaced monthly. Wash bedding / curtains regularly. Replace old pillows or old cloth-covered furniture. Avoid sleeping with stuffed animals. Shower and wash hair before bed, to remove pollens that get entrapped. Cover mattresses and pillows with plastic allergen barriers. Regularly toss pillows, blankets, stuffed animals in the dryer on high heat for 30 minutes to remove allergens. Remove dust from furniture, mop floors, steam clean carpets & bathe indoor pets. Keep windows in the home and vehicle closed to avoid excess pollens / dust from entering. Remove shoes at the doorway.



FAMILY EYE CARE & PEDIATRIC VISION, PLLC

1203 N EASTMAN RD – KINGSPORT, TN 37664 – (423) 247-3321

Avoid smoking in the home. Avoid going outdoors when the pollen counts are high, and adjust the air conditioning of your vehicle to recycle internal air rather than pull air from outside. Carefully check your home for water leaks or moisture build-up that may cause black fungus to grow. Remove house plants.

If you have allergies to pollens, eat one tablespoon of honey harvested locally daily, or add "bee pollen" to your food - this will help you build up a stronger tolerance to pollens.

Use of warm moist compresses such as Bruder Compresses, humidifiers, warm showers, sinus wash devices, and menthol products such as Boroleum and Vick's Salve may be comforting. Chicken soup & warm drinks are soothing. Cold compresses may also be helpful. You may find alternating hot and cold compresses to be the best treatment. However, if your eyes are swollen and red, you should only use cold compress on them, since heat may exacerbate swelling / redness.

Over-the-counter oral antihistamine & decongestant medications can be used per package directions. If you have high blood pressure, be sure to choose decongestants that are labelled as safe to use for hypertension. You may ask your pharmacist about these if you do not see them. In my experience, they are usually placed on the bottom shelf, or under the rest of the decongestants.

You may be prescribed an oral antibiotic to treat the infection. Use the full course of the antibiotic. Even if you start to feel better, you should not stop an antibiotic use before the treatment period is complete. If you tend to experience yeast infections or thrush due to antibiotic use, your doctor may also prescribe an oral anti-yeast medication.

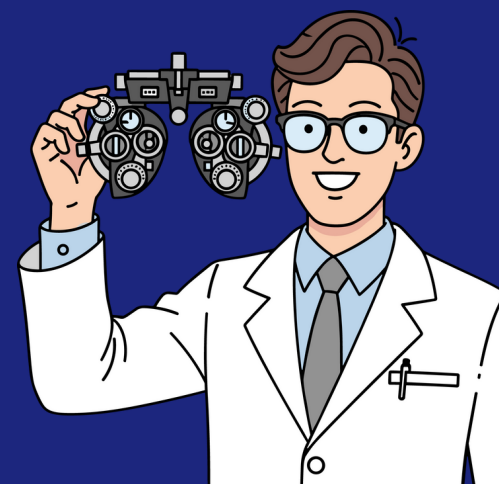
Steroid nasal sprays or sinus rinses can be helpful.

Topical antihistamine eye drops such as Patanol or Pataday can be used on the eyes for allergic conjunctivitis.

Lumify redness relief eye drops can quickly remove redness, but should be used in moderation.

Occasionally prescription steroid eye drops will be required.

You may alternate Tylenol and Advil (Aleve or Ibuprofen) every 4-6 hours for pain control.



FAMILY EYE CARE & PEDIATRIC VISION, PLLC

1203 N EASTMAN RD – KINGSFORT, TN 37664 – (423) 247-3321

Sunglasses are recommended for light sensitivity.

Avoid wearing contact lenses while you are ill.

Consider allergy testing and treatments if you have repeated attacks of sinusitis.

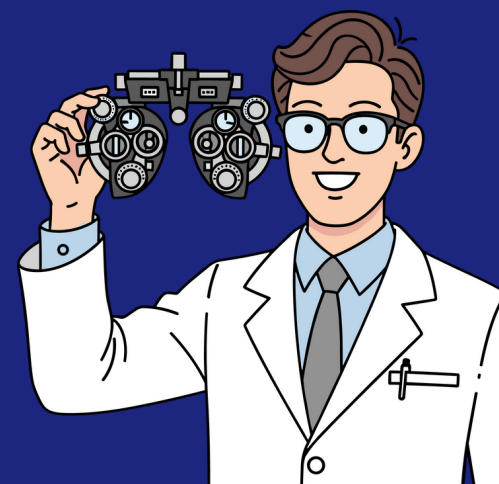
If additional symptoms develop, such as chest pain, cough, vomiting, etc. please contact your doctor. If symptoms do not resolve after the course of treatment, also contact your doctor. Some sinus infections may require two rounds of antibiotic or further testing for possible fungal etiology.

Español:

La sinusitis aguda puede causar dolor y presión alrededor de los ojos o detrás de ellos, en la frente y en las mejillas. Sensibilidad a la luz, visión borrosa, pérdida de la visión lateral, ojos llorosos, dolor de cabeza, dolor de oído, secreción sinusal y picazón en la garganta también pueden ocurrir con la sinusitis. Cuando los senos nasales están inflamados, los ojos pueden tener una sensación de dolor sordo, palpitante y abultado y ser particularmente sensibles a la luz. Puede ser muy incómodo usar lentes de contacto durante este tiempo. La sinusitis también puede hacer que los ojos se sequen y tengan un tinte rojizo o una apariencia vidriosa. Los medicamentos para los senos nasales pueden despejar los senos nasales, pero también pueden empeorar la sequedad ocular.

Las alergias a factores ambientales pueden afectar directamente a los ojos, causando conjuntivitis alérgica. Los síntomas incluyen enrojecimiento, hinchazón, mucosidad fibrosa, picazón, sensación de cuerpo extraño y sensibilidad a la luz.

Algunos pacientes pueden presentar signos de sinusitis o conjuntivitis alérgica, mientras que otros tienen ambas afecciones.



FAMILY EYE CARE & PEDIATRIC VISION, PLLC

1203 N EASTMAN RD – KINGSPORT, TN 37664 – (423) 247-3321

TRATAMIENTO:

La sinusitis suele ser causada por alergias a factores ambientales. Deberá determinar a qué elementos es alérgico. Consulte a un alergólogo para que le haga pruebas. Luego, puede intentar evitar esos elementos o su alergólogo puede ayudarlo a superar su sensibilidad a ellos.

Mascotas, humo, ácaros del polvo, esporas de hongos y polen son agresores habituales. Para que su hogar (¡y su vehículo!) sean más seguros, se recomienda evitar muebles de tela, alfombras o tapetes, o lavar artículos con champú con regularidad. Mantenga a las mascotas alejadas de los dormitorios y las áreas de estar principales. Compre purificadores de aire y use filtros de aire acondicionado que reduzcan los alérgenos y que se reemplacen mensualmente. Lave la ropa de cama y las cortinas con regularidad. Reemplace las almohadas viejas o los muebles viejos cubiertos con tela. Evite dormir con animales de peluche. Dúchese y lávese el cabello antes de acostarse para eliminar el polen que queda atrapado. Cubra los colchones y las almohadas con barreras plásticas contra alérgenos. Coloque almohadas, mantas y peluches en la secadora a temperatura alta durante 30 minutos para eliminar los alérgenos. Quite el polvo de los muebles, trapee los pisos, limpie con vapor las alfombras y bañe a las mascotas que vivan en el interior. Mantenga cerradas las ventanas de la casa y del vehículo para evitar que entren polen o polvo en exceso. Quítese los zapatos en la entrada. Evite fumar en el hogar. Evite salir al exterior cuando los niveles de polen sean altos y ajuste el aire acondicionado de su vehículo para reciclar el aire interno en lugar de extraer aire del exterior. Revise cuidadosamente su hogar para detectar fugas de agua o acumulación de humedad que puedan provocar el crecimiento de hongos negros. Retire las plantas de interior.

Si tiene alergia al polen, coma una cucharada de miel cosechada localmente todos los días o agregue "polen de abeja" a su comida; esto lo ayudará a desarrollar una mayor tolerancia al polen.

El uso de compresas húmedas tibias como las compresas Bruder, humidificadores, duchas tibias, dispositivos de lavado de senos nasales y productos mentolados como Boroleum y Vick's Salve pueden ser reconfortantes. La sopa de pollo y las bebidas calientes son calmantes. Las compresas frías también pueden ser útiles. Puede encontrar que alternar compresas frías y calientes es el mejor tratamiento. Sin embargo, si tiene los ojos hinchados y rojos, solo debe usar compresas frías en ellos, ya que el calor puede exacerbar la hinchazón / enrojecimiento.



FAMILY EYE CARE & PEDIATRIC VISION, PLLC

1203 N EASTMAN RD – KINGSPORT, TN 37664 – (423) 247-3321

Se pueden usar antihistamínicos orales y descongestionantes de venta libre según las instrucciones del paquete. Si tiene presión arterial alta, asegúrese de elegir descongestionantes que estén etiquetados como seguros para usar para la hipertensión. Puede preguntarle a su farmacéutico sobre estos si no los ve. En mi experiencia, generalmente se colocan en el estante inferior o debajo del resto de descongestionantes.

Es posible que le receten un antibiótico oral para tratar la infección. Utilice el tratamiento antibiótico completo. Aunque empiece a sentirse mejor, no debe dejar de usar un antibiótico antes de que finalice el período de tratamiento. Si tiende a sufrir infecciones por hongos o candidiasis debido al uso de antibióticos, su médico también puede recetarle un medicamento oral contra las levaduras.

Los aerosoles nasales con esteroides o los enjuagues nasales pueden ser útiles.

Se pueden usar gotas oftálmicas antihistamínicas tópicas como Patanol o Pataday en los ojos para la conjuntivitis alérgica.

Las gotas para aliviar el enrojecimiento de los ojos Lumify pueden eliminar rápidamente el enrojecimiento, pero deben usarse con moderación.

En ocasiones, será necesario recetar gotas para los ojos con esteroides.

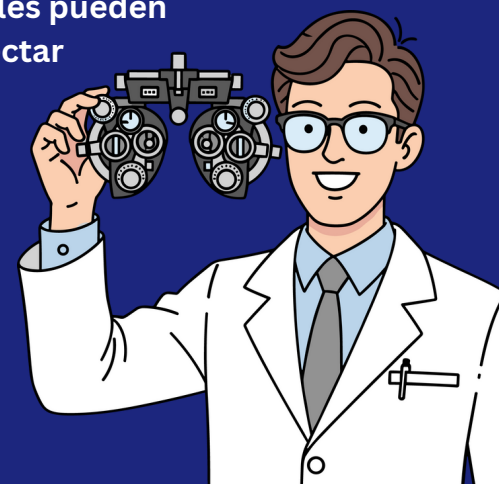
Puede alternar Tylenol y Advil (Aleve o Ibuprofeno) cada 4 a 6 horas para controlar el dolor.

Se recomiendan gafas de sol para la sensibilidad a la luz.

Evite usar lentes de contacto mientras esté enfermo.

Considere la posibilidad de hacerse pruebas y tratamientos de alergia si tiene ataques repetidos de sinusitis.

Si se presentan síntomas adicionales, como dolor en el pecho, tos, vómitos, etc., comuníquese con su médico. Si los síntomas no desaparecen después del tratamiento, también comuníquese con su médico. Algunas infecciones de los senos nasales pueden requerir dos rondas de antibióticos o pruebas adicionales para detectar posible etiología fúngica.



FAMILY EYE CARE & PEDIATRIC VISION, PLLC

1203 N EASTMAN RD – KINGSPORT, TN 37664 – (423) 247-3321