

Eyelid Conditions > Various

Blepharitis is a chronic inflammation of the borders of the eyelids that is caused by bacterial infections, clogged oil glands, an allergic reaction, or demodex mites. It causes a pinkish eyelid margin, scaly or oily skin at the base of the eyelashes, dandruff flakes on the lashes, loss of lashes or ingrown lashes, crusty mucus at the base of the lashes, or recurrent styes. The eyelid margins may be swollen, tender, burning, or itchy. It may feel that something is in your eye when you blink. It can cause or exacerbate dry eye syndrome. Additional symptoms include excess tearing, blurred vision, and light sensitivity. Blepharitis is commonly managed by simple cleaning techniques. The use of special eyelid cleansers and wipes, rubbed carefully along the eyelash areas, can clean the area, kill bacteria or demodex mites and reduce symptoms. In some cases, your eye doctor can prescribe ointments or eyedrops to reduce the risk of infection and inflammation. Oral antibiotics are used on occasion. In-office topical treatment for stubborn cases may be recommended.

Demodex is a mite that resides inside the eyelash and hair follicles. While demodex is considered a normal skin flora, like many bacteria and yeast, an over-abundance of demodex may cause problems. Itching of the lids, especially at night, crusting along the base of the eyelashes or red, scaly lid margins are common symptoms. Demodex also causes enlarged pores, acne, backheads, macules, papules, eczema, and folliculitis. Applying hot compresses, clove oil, and getting exposure to sunlight, and use of tea tree oil shampoo and facial cleansers help control their populations. Special eyelid cleansers containing hypochlorous acid are also effective. Use Borax detergent to regularly wash bedding and clothes.

A **chalazion** is a blockage of oil flow out of one of the oil glands in the eyelid. It is sometimes tender, red, and swollen, but after a few days, it becomes a non-tender bump on the eyelid. Very large ones can cause blurred vision. These oil entrapments can be treated by applying special heated moist compresses, pressure and massage, and using oral antibiotic medication to thin secretions. Chalazions have the best outcomes when treatment begins early. Sometimes, they may last a few months before completely resolving, or one may be followed by another over several years. Chalazion resistant to treatment may be excised through an in-office surgical procedure or injected with corticosteroid medications. Patients that have repeat chalazions should consider taking an oral Omega 3 supplement to assist the oil glands in excretion.

Styes occur when the eyelid oil glands become clogged and infected with bacteria. The medical term for a stye is a "hordeolum." It presents as a red, painful pimple at

the base of an eyelash, called an external hordeolum, or can be further away from the eyelash margin (internal hordeolum). Visible swelling, eruption and discharge can occur. These infected glands should not be drained by pressing or squeezing them, but instead should be examined by an eye doctor who will prescribe the proper oral or topical eye medications to reduce the infection.

Rosacea causes dilated capillaries on the eyelid margins, nose, or cheeks. The redness may increase with exposure to heat or spicy foods. It may be accompanied by clogged oil glands. Demodex mites are associated with its development, so treatment often involves treating demodex. However, topical medications may be used to reduce redness, and oral antibiotics may be prescribed to combat clogged oil glands.

Eyelid conditions should be carefully examined by an eye doctor to reduce the risk of scarring of the eyelid margin, which can cause loss of eyelashes, ingrown eyelashes or brittle and thin eyelashes. Chronic blepharitis will lead to atrophied and permanently damaged meibomian glands and severe dry eye disease.

Contact our office with any significant vision changes or emergencies that you feel require immediate attention.

Your doctor may have recommended any combination of the treatments listed below. Please follow the recommendations that were discussed during your exam today.

- Consistently warm, moist compresses applied to the eyelids for 15 minutes, 4 times per day. Wash your hands and follow compresses with massage and pressure to the eyelid margin, to assist in expression of the oil glands. We offer our preferred brands of moist compresses for purchase at the front desk.
- Use the recommended medicated eyelid cleanser 2 times per day, scrubbing each eyelid individually from the inside to the outside corner in a horizontal, left and right motion. To scrub the top lid, close your eye. To scrub the bottom lid, look up and be careful to avoid scratching the ocular surface. Use a mirror to assist. For Demodex infection, also clean the eyebrows and any facial hair, and use shampoo with tea tree oil for the rest of your hair. If you have acne or rosacea (dilated capillaries around your eyelids, nose or cheeks), you should use the cleanser on the whole face, chest or back, depending on affected areas. Some of our recommended brands are available for sale at the front desk.
 - Blephadex • Ocusoft • Bruder Eyelid Cleanser • Sterilid • Oasys Lid and Lash
- Apply medicated eye drops or ointment as directed, usually after any recommended eye compresses, lid massage and / or eyelid cleanser.
- Start oral Omega 3 supplements. Brands we recommend and often sell at the front desk are Ultra Dry Eye and Maxivision tears. If you are taking blood thinners or bruise easily, notify your doctor, since Omega 3 supplements may also cause thinning of the blood and may be contraindicated.

Afecciones de los Párpados > Varios

La blefaritis es una inflamación crónica de los bordes de los párpados causada por infecciones bacterianas, glándulas sebáceas obstruidas, una reacción alérgica o ácaros demodex. Provoca un borde palpebral rosado, piel escamosa o grasosa en la base de las pestañas, caspa en las pestañas, pérdida de pestañas o pestañas encarnadas, mucosidad costrosa en la base de las pestañas u orzuelos recurrentes. Los márgenes de los párpados pueden estar hinchados, sensibles, ardorosos o picando. Puede sentir que tiene algo en el ojo cuando parpadea. Puede causar o exacerbar el síndrome del ojo seco. Otros síntomas incluyen lagrimeo excesivo, visión borrosa y sensibilidad a la luz. La blefaritis se controla comúnmente con técnicas de limpieza simples. El uso de limpiadores y toallitas especiales para párpados, frotados con cuidado a lo largo de las áreas de las pestañas, puede limpiar el área, matar bacterias o ácaros demodex y reducir los síntomas. En algunos casos, su oftalmólogo puede recetar ungüentos o gotas para los ojos para reducir el riesgo de infección e inflamación. En ocasiones se utilizan antibióticos orales. Se puede recomendar un tratamiento tópico en el consultorio para casos persistentes.

El demodex es un ácaro que reside dentro de las pestañas y los folículos pilosos. Si bien el demodex se considera una flora cutánea normal, al igual que muchas bacterias y levaduras, una sobreabundancia de demodex puede causar problemas. La picazón de los párpados, especialmente por la noche, la formación de costras a lo largo de la base de las pestañas o los márgenes de los párpados rojos y escamosos son síntomas comunes. El demodex también causa poros dilatados, acné, erupciones en la nuca, máculas, pápulas, eczema y foliculitis. La aplicación de compresas calientes, aceite de clavo y la exposición a la luz solar, así como el uso de champú y limpiadores faciales con aceite de árbol de té, ayudan a controlar sus poblaciones. Los limpiadores especiales para párpados que contienen ácido hipocloroso también son eficaces. Utilice detergente Borax para lavar la ropa de cama y la ropa de forma regular.

Un chalazión es un bloqueo del flujo de aceite que sale de una de las glándulas sebáceas del párpado. A veces es sensible, rojo e hinchado, pero después de unos días, se convierte en un bulto indoloro en el párpado. Los muy grandes pueden causar visión borrosa. Estas acumulaciones de aceite se pueden tratar aplicando compresas húmedas calientes especiales, presión y masajes, y usando antibióticos orales para diluir las secreciones. Los chalaziones tienen los mejores resultados cuando el tratamiento comienza temprano. A veces, pueden durar unos meses antes de resolverse por completo, o uno puede ser seguido por otro durante varios años. El chalazión resistente al tratamiento se puede extirpar mediante un procedimiento quirúrgico en el consultorio o inyectar medicamentos corticosteroides. Los pacientes que tienen chalaziones repetidos deben considerar tomar un suplemento oral de Omega 3 para ayudar a las glándulas sebáceas en la excreción.

Los orzuelos ocurren cuando las glándulas sebáceas del párpado se obstruyen y se infectan con bacterias. El término médico para un orzuelo es "orzuelo". Se presenta como un grano rojo y doloroso en la base de una pestaña, llamado orzuelo externo, o puede estar más lejos del borde de la pestaña (orzuelo interno). Puede producirse hinchazón visible, erupción y secreción. Estas glándulas infectadas no deben drenarse presionándolas o apretándolas, sino que deben ser examinadas por un oftalmólogo que prescribirá los medicamentos orales o tópicos adecuados para los ojos para reducir la infección.

La rosácea causa capilares dilatados en los márgenes de los párpados, la nariz o las mejillas. El enrojecimiento puede aumentar con la exposición al calor o a alimentos picantes. Puede ir acompañada de glándulas sebáceas obstruidas. Los ácaros Demodex están asociados con su desarrollo, por lo que el tratamiento a menudo implica tratar el demodex. Sin embargo, se pueden usar medicamentos tópicos para reducir el enrojecimiento y se pueden recetar antibióticos orales para combatir las glándulas sebáceas obstruidas.

Las afecciones de los párpados deben ser examinadas cuidadosamente por un oftalmólogo para reducir el riesgo de cicatrices en el margen del párpado, que pueden causar pérdida de pestañas, pestañas encarnadas o pestañas quebradizas y delgadas. La blefaritis crónica provocará glándulas de Meibomio atrofiadas y dañadas permanentemente y enfermedad grave del ojo seco.

Comuníquese con nuestra oficina si tiene algún cambio significativo en la visión o emergencias que considere que requieren atención inmediata.

Es posible que su médico le haya recomendado una combinación de los tratamientos que se enumeran a continuación. Siga las recomendaciones que se analizaron durante su examen de hoy.

- Compresas húmedas y tibias aplicadas constantemente en los párpados durante 15 minutos, 4 veces al día. Lávese las manos y luego de las compresas, masajee y presione el margen del párpado para ayudar a exprimir las glándulas sebáceas. Ofrecemos nuestras marcas preferidas de compresas húmedas para comprar en la recepción.
- Use el limpiador de párpados medicado recomendado 2 veces al día, frotando cada párpado individualmente desde el interior hasta el exterior con un movimiento horizontal, de izquierda a derecha. Para frotar el párpado superior, cierre el ojo. Para frotar el párpado inferior, mire hacia arriba y tenga cuidado de no rayar la superficie ocular. Use un espejo para ayudarse. Para la infección por Demodex, limpie también las cejas y el vello facial, y use champú con aceite de árbol de té para el resto del cabello. Si tiene acné o rosácea (capilares dilatados alrededor de los párpados, la nariz o las mejillas), debe usar el limpiador en todo el

rostro, el pecho o la espalda, según las áreas afectadas. Algunas de nuestras marcas recomendadas están disponibles para la venta en la recepción.

Blephadex - Bruder Eyelid Cleanser - Sterilid - Oasys Lid and Lash

- **Aplice gotas o ungüentos oftálmicos medicinales según las indicaciones, generalmente después de las compresas oculares recomendadas, el masaje de párpados y/o el limpiador de párpados.**
- **Comience con suplementos orales de Omega 3. Las marcas que recomendamos y que a menudo vendemos en la recepción son Ultra Dry Eye y Maxivision tears. Si está tomando anticoagulantes o se le forman hematomas con facilidad, notifique a su médico, ya que los suplementos de Omega 3 también pueden causar dilución de la sangre y pueden estar contraindicados.**