Øjenbetændelse

Øjenbetændelse er en betændelse i øjets slimhinde, den tynde hinde, der dækker det hvide i øjet og indersiden af øjenlågene. Det skyldes oftest virus og sjældnere bakterier. Det smitter let, især i børneinstitutioner, men går i de fleste tilfælde over af sig selv.

1
Går oftest selv over
I løbet af 5–10 dage.

2
Rens øjnene
Med lunkent vand og en ren vatrondel.

3
Vask hænder
Det smitter ved berøring.

4
Institution er ok
Medmindre der er meget pus eller feber.

Sådan mærker du det

- **Rødt øje**, kløe og irritation
- Tåreflåd og **klistrede øjenlåg** om morgenen
- Evt. pus og hævede øjenlåg
- Starter ofte i ét øje og breder sig til det andet

Hvad med øjendråber med antibiotika?

- De virker **ikke på virus**, som er den hyppigste årsag
- Selv ved bakterier bliver de fleste bedre af sig selv i løbet af **2–5 dage**, og dråberne gør kun lille forskel
- Vi bruger dem ved **meget pus**, feber, eller hvis det ikke går over

Sådan renser du øjnene

1 · Vask hænder
Før du rører ved øjnene.

→

2 · Lunkent vand
Brug en ren vatrondel eller en engangsvaskeklud.

→

3 · Tør forsigtigt
Fjern skorper og pus fra øjenlåg og vipper.

→

4 · Ny til hvert øje
Brug aldrig den samme vatrondel til begge øjne. Vask hænder bagefter.

Undgå at smitte andre

- Vask hænder ofte
- Brug dit **eget håndklæde**
- Rør så lidt som muligt ved øjnene
- **Ingen kontaktlinser**, før øjet er helt raskt

Børn og institution

- Barnet kan komme i institution, **medmindre der er meget pus eller feber**
- Det er ikke et krav, at barnet får øjendråber for at komme i institution
- Får barnet øjendråber, kan det komme tilbage med det samme

Kontakt os samme dag, hvis …

- synet bliver **sløret eller dårligere**
- du får **stærke smerter** i øjet
- du bliver **meget lysfølsom**
- du bruger kontaktlinser og får et rødt, ømt øje

Kontakt klinikken, hvis …

- der ikke er bedring efter **3 dage**
- der kommer meget pus, eller barnet får feber

Kort fortalt: oftest virus → rens med lunkent vand, ny vatrondel til hvert øje → vask hænder → dårligt syn eller stærke smerter: kontakt os samme dag.

Kilder: Lægehåndbogen, sundhed.dk: *Conjunktivitis, infektiøs* · Patienthåndbogen, sundhed.dk: *Øjenbetændelse*.