



Blepharitis Information Sheet

Ano ang Blepharitis?

Ang blepharitis ay ang kondisyon kung saan ang gilid ng iyong mga talukap ng mata ay nagiging iritado o namamaga. Minsan tinatawag itong “pamamaga ng talukap ng mata.” Maaari nitong gawin ang iyong mga mata na makati, may crust, o hindi komportable. Isa itong napakapangkaraniwang kondisyon.

Ano ang mga Sintomas?

Maaaring mapansin mo ang mga sumusunod:

- Pula o namamagang talukap ng mata
- Mga crust o mga natutuklap malapit sa mga pilikmata
- Maikli o sirang mga pilikmata, o pagkawala ng ilang pilikmata
- Makati, naglalagablab, o masakit na mga mata
- Parang may nakapasok sa iyong mata

Ano ang mga Sanhi Nito?

Maaaring mangyari ang blepharitis kapag:

- Ang maliliit na oil glands sa iyong mga talukap ng mata ay nabara
- Bacteria o patay na balat ay nag-ipon malapit sa iyong mga pilikmata
- May mga kondisyon sa balat tulad ng dandruff o rosacea
- Makeup o allergies na nakaka-irita sa talukap ng mata

Ito Ba ay Seryoso?

Ang blepharitis ay hindi mapanganib, ngunit maaari itong hindi komportable at madalas na bumalik.

Kung hindi maalis, maaaring magdulot ito ng:

- Tuyot o iritado na mga mata



- Namamagang pulang bukol sa talukap ng mata dulot ng baradong oil glands (tinatawag na styes o chalazia)

Paano Ito Ginagamot?

Maaaring hindi tuluyang mawala ang blepharitis, ngunit maaari mo itong i-manage sa pamamagitan ng mabuting pag-aalaga sa talukap ng mata. Maaaring imungkahi ng iyong doktor ang mga sumusunod:

- Mainit na kompres upang alisin ang mga crust at langis sa talukap ng mata
- Paglilinis ng iyong mga talukap ng mata araw-araw gamit ang banayad na sabon (tulad ng baby shampoo) o mga eyelid wipes
- Mga prescription ointments, drops, o oral medications kung ito'y mas malala
- Artificial tears kung tuyo ang iyong mga mata

Paano Linisin ang Iyong mga Talukap ng Mata sa Bahay

1. Hugasan ang iyong mga kamay
2. Ilagay ang mainit, basang damit sa saradong mga talukap ng mata nang ilang minuto
3. Dahan-dahang imasahe ang iyong mga talukap ng mata gamit ang mainit na tela at ilang patak ng baby shampoo para linisin malapit sa mga pilikmata
4. Banlawan gamit ang malinis na tubig at ulitin araw-araw o ayon sa rekomendasyon ng iyong doktor

Madalas na mga Tanong

Q: Nakakahawa ba ang blepharitis?

A: Hindi. Hindi mo ito makukuha mula sa ibang tao. Hindi ito impeksyon.

Q: Mawawala ba ito ng tuluyan?

A: Maaaring pabalik-balik ito sa paglipas ng panahon. Karaniwang nakokontrol ito sa pamamagitan ng araw-araw na paglilinis ng talukap ng mata.

Q: Maaari ba akong mag-makeup?

A: Oo, sa balat sa labas ng iyong mga pilikmata, pero maaaring imungkahi ng iyong doktor na iwasan ang eye makeup sa panahon ng pag-atake.



Ang dokumentong ito ay nirepaso ni Dr. Steve Arshinoff.