

Problemi s očima kod odraslih



Postoje razne vrste problema s očima.

Sledeći simptomi su obično bezazleni i prolaze bez dodatnih intervencija:

Imate suve oči.

Kod suvih očiju, između ostalog, imate osećaj stranog tela u oku, oči vas peku ili vam je crvena vežnjača.

Šta možete sami da preduzmete u slučaju suvih očiju?

- Oči uvek treba da budu čiste.
- Kada radite za računarom, pravite pauze kako biste opustili oči.
- Povećajte vlažnost vazduha u prostorijama (npr. pomoću ovlaživača vazduha).
- Pružite sebi dovoljno sna.
- Nemojte nositi kontaktna sočiva, odn. nosite naočare kako biste smirili oči.
- Izbegavajte zadimljene, prašnjave i klimatizovane prostorije, kao i one sa suvim vazduhom.
- Nemojte pušiti i nemojte piti previše alkohola.

Oči vam suze.

Tipični uzročnici suznih očiju su, između ostalog, zadimljene prostorije, spoljni uticaji (npr. hladnoća, vetar), povreda oka, strano telo u oku (npr. trepavica), alergije ili suve oči. Ako vam suzne oči ne prave problem, često nije potrebno nikakvo lečenje.

Kada treba potražiti medicinski savet?

Obratite se svom porodičnom lekaru u sledećim slučajevima:

- Oči vam suze toliko da vas sprečavaju ili ometaju u vašim svakodnevnim aktivnostima.
- Vaš vid se promenio (npr. slabljenje ili gubitak vida).
- Oko oka se nalaze čvorići ili otoci.
- Vaše oči su upaljene ili vas bole.
- Vaš kapak je okrenut ka unutra ili se opustio.

→ nastavak na poleđini!

Da li je ordinacija vašeg porodičnog lekara trenutno zatvorena?

Obično je dovoljno ako ordinaciju pozovete narednog radnog dana.

**Niste sigurni? Onda pozovite 1450,
telefonsko Savetovalište za zdravstvena pitanja.**

Više informacija naći ćete na www.wobinichrichtig.at.



**GESUND
WERDEN.**
Wo bin ich
richtig?

Oko vam je crveno.

Ako vas oko ne boli i ako nije došlo do promene vida, onda je crveno oko obično bezazleno i nakon nekoliko dana proći će samo od sebe.

Šta možete sami da preduzmete ako vam je oko crveno?

- Nemojte nositi kontaktna sočiva.
- Nemojte trljati oči.

Kada treba potražiti medicinski savet?

Obratite se porodičnom lekaru u sledećim slučajevima:

- Vaše oko je nakon nekoliko dana i dalje crveno.

Odmah se obratite se svom porodičnom lekaru:

- Vaše oko je crveno i boli vas.
- Oko vam je crveno i nosite kontaktna sočiva.

Kada je neophodno odmah potražiti medicinski savet?

Odmah potražite medicinsku pomoć ako vam je oko crveno I:

- ako primećujete promene vida (npr. talasaste linije, žmirkanje, gubitak vida)
- ako vam smeta svetlost
- ako je boja oka izrazito tamnocrvena
- ako vas boli glava i osećate da ste bolesni
- ako ste povredili oko ili se nešto nalazi u vašem oku (npr. parče stakla)

Da li je ordinacija vašeg porodičnog lekara trenutno zatvorena?

Obično je dovoljno ako ordinaciju pozovete narednog radnog dana.

Niste sigurni? Onda pozovite 1450, telefonsko Savetovalište za zdravstvena pitanja.

Više informacija naći ćete na www.wobinichrichtig.at.



**GESUND
WERDEN.**
Wo bin ich
richtig?