



# Guide d'enseignement

**Chirurgie**

**Blépharite**

## Qu'est-ce que c'est ?

Près de la base des cils se trouvent des glandes qui produisent une couche de larme huileuse. La blépharite est l'inflammation de ces glandes. Les sécrétions produites épaissent et bloquent ces glandes. Le rebord des paupières devient donc enflé et rouge et cause un inconfort de l'œil. C'est une maladie chronique qui est similaire à l'acné. C'est un problème oculaire fréquent qui touche les gens de tous les âges.

## Les symptômes

- Yeux rouges;
- Yeux irrités et qui démangent;
- Avoir l'impression d'avoir une graine dans l'œil;
- Yeux qui coulent;
- Paupières collées le matin au réveil;
- Rebord des paupières rouge et enflé;
- Croûtes au niveau des cils.

## Les facteurs de risques

- Ceux qui font de l'acné rosacée;
- Les gens avec la peau huileuse et qui ont tendance à faire des pellicules (dermatite séborrhéique).

## Quelques conseils

### Sécheresse oculaire

Les gens atteints de blépharite ont souvent les yeux secs. Le fait de traiter la blépharite améliore souvent la sécheresse oculaire en même temps. N'hésitez pas à mettre des larmes artificielles jusqu'à quatre à cinq fois par jour pour être plus confortable! Si vous

ressentez le besoin d'en mettre plus souvent, parlez-en à votre optométriste ou ophtalmologiste. Il vous conseillera sur la marche à suivre.

## Alimentation

La consommation d'oméga-3 (un acide gras essentiel) peut améliorer certains types de blépharite. Les oméga-3 se retrouvent dans :

- Les poissons gras (hareng, saumon, thon, truite, sardine, maquereau);
- Les noix de Grenoble;
- Les graines de lin, de chia et de chanvre;
- L'huile de lin et de canola;
- Les suppléments alimentaires.

## Le traitement

Il n'existe pas de médicaments pour cette problématique mais un traitement que l'ophtalmologiste proposera et qui doit se faire à long terme. Si le patient cesse le traitement qui lui est prescrit, la blépharite reviendra. La base de tous les traitements comporte :

Des compresses chaudes (à faire une à deux fois par jour)

- Imbibez une débarbouillette propre d'eau tiède-chaude;
- Appliquez-la sur les paupières fermées pour une durée de cinq à dix minutes. Cette étape permettra de ramollir les sécrétions des glandes et les croûtes.

## L'hygiène des cils

- Retirez la compresse d'eau chaude;
- Nettoyez le rebord des paupières et la base des cils avec une boule de ouate ou un tampon démaquillant imbibé de shampoing pour bébé dilué (non irritant pour les yeux) ou une lingette désincrustante pré-imbibée, en vente libre dans les pharmacies;
- Rincez ensuite la solution utilisée à l'eau tiède-chaude.

## Notes personnelles :

Ce guide émet des recommandations conformes aux informations scientifiques disponibles au moment de sa parution, soit le 23 janvier 2019. Toutefois, ces recommandations n'ont aucunement pour effet de remplacer le jugement d'un clinicien. Si vous avez des questions, nous vous invitons à communiquer avec votre professionnel de la santé. Si d'une façon ou d'une autre vous faisiez une mauvaise utilisation de l'information contenue dans ce document, le CHU de Québec ne pourra être tenu responsable des dommages de quelque nature que ce soit à cet égard.



## Droits d'auteur

Aucune reproduction complète ou partielle de ce document n'est permise sans l'autorisation écrite du CHU de Québec-Université Laval et autre(s) au besoin. © CHU de Québec ou autre(s) au besoin, 2018. Toutefois, vous pouvez l'imprimer et l'utiliser pour un usage professionnel.