

Définition :

En cas de blessure, de douleur ou de diminution de l'acuité visuelle, consulter un médecin le plus rapidement possible. En dehors de ces cas, il peut s'agir :

- **D'une conjonctivite** : correspondant à l'inflammation d'une membrane de l'œil appelée la conjonctive. Les conjonctivites touchent souvent les deux yeux et peuvent avoir différentes origines:

Allergique : saisonnière, avec démangeaisons, larmoiments, gonflement des paupières et sensation de "grains de sable".

Virale : sécrétions claires, l'œil peut être très rouge.

Bactérienne : sécrétions purulentes, paupières collées

- **D'une sécheresse oculaire**: baisse de la production de larmes (physiologique, liée à l'âge ou à la prise de certains médicaments), donnant une impression de « grains de sable ».
- **D'une hémorragie sous conjonctivale**: saignement spontané d'un vaisseau conjonctival, guérison en 10 à 15 jours.

Traitements proposés :

- Quelque soit l'origine, toujours réaliser 3 à 4 fois par jour un lavage oculaire, à l'aide d'une **solution de nettoyage ou de sérum physiologique**.
- Essuyer l'excédent par tamponnement à l'aide d'une **compresse non tissée** (pas de coton).
- Privilégier les **unidoses** pour diminuer le risque de contamination.
- Après le **lavage oculaire**, attendre **10 minutes** avant d'instiller un autre collyre.
- En fonction de vos symptômes, le pharmacien vous conseillera un collyre pour traiter spécifiquement votre pathologie (collyre antiseptique, antiallergique, cicatrisant, larmes artificielles, ...).

Conseils associés

- Ne pas frotter vos yeux
- Se laver les mains avant et après l'instillation des gouttes
- Porter des lunettes de soleil et retirer les lentilles de contact jusqu'à guérison
- Appliquer une compresse d'eau tiède durant quelques minutes sur les yeux fermés si les paupières sont gonflées.
- Éviter le maquillage des yeux (mascara, crayons) et le jeter si l'origine est infectieuse
- Traiter les deux yeux en cas de conjonctivite.
- En cas de conjonctivite infectieuse, l'hygiène est primordial pour éviter la transmission des germes à l'entourage, utiliser des mouchoirs jetables, et du linge de toilette personnel.

Quand consulter le médecin ?

Dans les cas suivants, une consultation médicale est urgente :

- **Douleur**, maux de tête, gêne à la lumière
- **Diminution de l'acuité visuelle**, troubles de la vision
- Accident, blessure.