

Øjenbetændelse

Et udbredt øjenproblem

Øjenbetændelse kan være ubehagelig af flere årsager. Betændelsen kan påvirke synet og være til gene. For forældre kan det lede til stor frustration og usikkerhed omkring, hvorvidt deres børn skal holdes hjemme eller ej. Få svarene her, hvor vi ser nærmere på dette udbredte øjenproblem.



Jasmine Andersson

Læge og ph.d.-studerende



Mikael Hofslī

Afdelingslæge



Steffen Heegaard

Professor, overlæge, dr.med.

Illustrationer: Mediafarm



ØJENBETÆNDELSE (infektios conjunktivitis) er kort og godt en betændelse i øjets bindehinde/slimhinde (conjunktiva), og skyldes enten en infektion eller en inflammation (irritation). Infektion kan forårsages af virus, bakterier eller svampe og er ofte smitsom. Inflammation kommer i forbindelse med andre faktorer som for eksempel irritation, allergi og andre sygdomme og er som oftest ikke smitsom.



Øjenbetændelse kommer ofte, når mange mennesker er samlet som for eksempel i en daginstitution, hvor det kan være svært at styre de små hænder.

Der kan være mange årsager til, at man får betændelse i øjet, og behandlingen afhænger selvfølgelig af årsagen. I de fleste tilfælde er øjenbetændelse forårsaget af bakterier eller virus. Andre tilfælde kan skyldes allergi eller irritation af øjet ved for eksempel fremmedlegemer, støv, kemikalier eller stærkt lys. Forsinket udvikling af tårekanalen hos spædbørn kan også være en årsag, der kan udvikle sig til en reel bakteriel infektion.

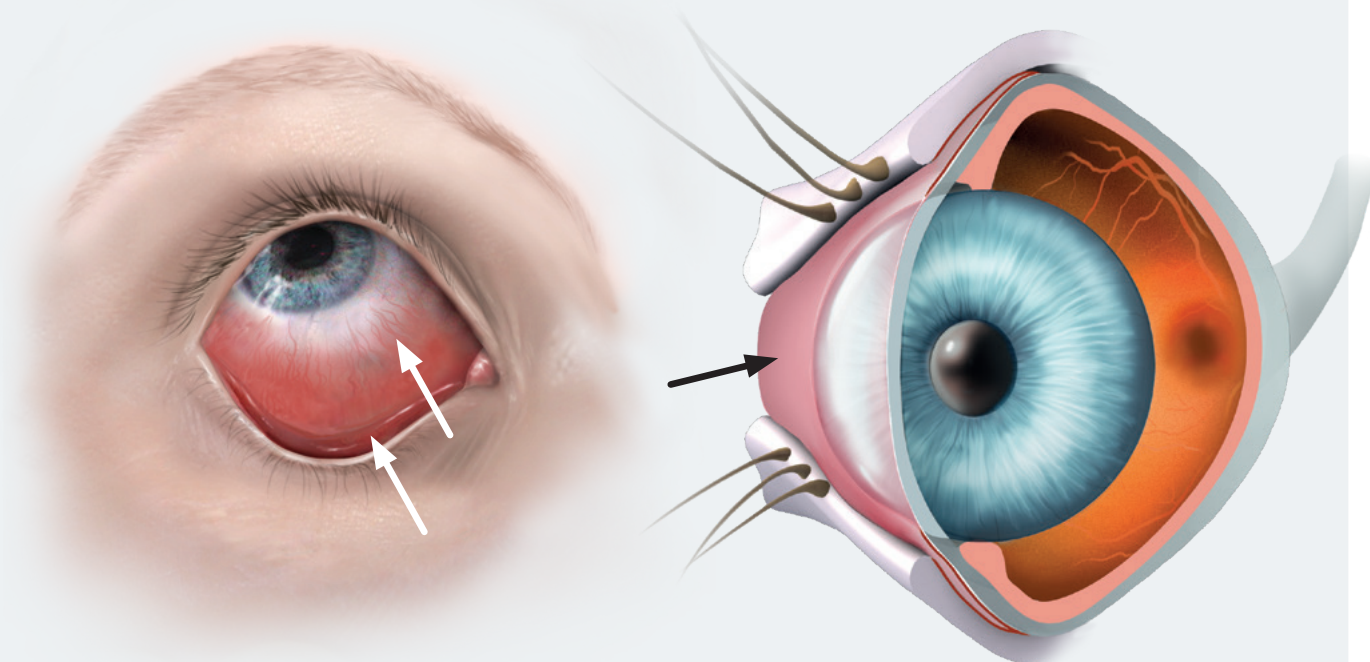
Øjenbetændelse kan opstå hos børn såvel som voksne og skyldes som regel, at virus eller bakterier bliver overført gennem direkte kontakt med for eksempel hænderne fra en smittet person. I det følgende ser vi nærmere på, hvad øjenbetændelse er og guider dig til, hvordan du skal forholde dig, hvis du eller dit barn får det.

Hvorfor opstår øjenbetændelse?

Øjenbetændelse opstår, når der kommer en betændelsestilstand i øjets bindehinde, der er en

Figur 1

Øjenbetændelse opstår i øjets bindehinde, der er en tynd, gennemsigtig slimhinde. Den strækker sig fra kanten af den klare hornhinde, beklæder den forreste del af øjeæblet, slår en fold over på øjenlågene og dækker øjenlågenes indersider.



Slimhinden/bindehinden dækker det hvide i øjet (senehinden) og det indre af begge øjenlåg.

slimhinde, der dækker det hvide i øjet og indersiden af begge øjenlåg (figur 1). Årsagen til øjenbetændelse kan deles i to grupper: Smitsom og en ikke-smitsom.

Smitsom øjenbetændelse

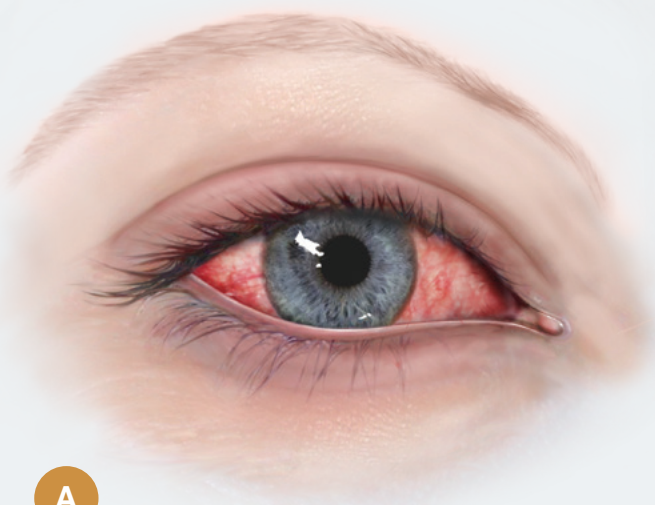
De smitsomme øjenbetændelser skyldes oftest virus eller bakterier. I sjældne tilfælde kan det også skyldes svampe. Virus og bakterier bliver

overført ved direkte kontakt med en smittet person gennem for eksempel hænderne, og derfor er en god håndhygiejne det mest effektive for at mindske smittespredningen. Som regel smitter øjenbetændelse ikke mere end en almindelig forkølelse, men kommer ofte, når mange mennesker er samlet som for eksempel i en daginstitution, hvor det kan være svært at styre de små hænder.

Figur 2

Symptomer på øjenbetændelse

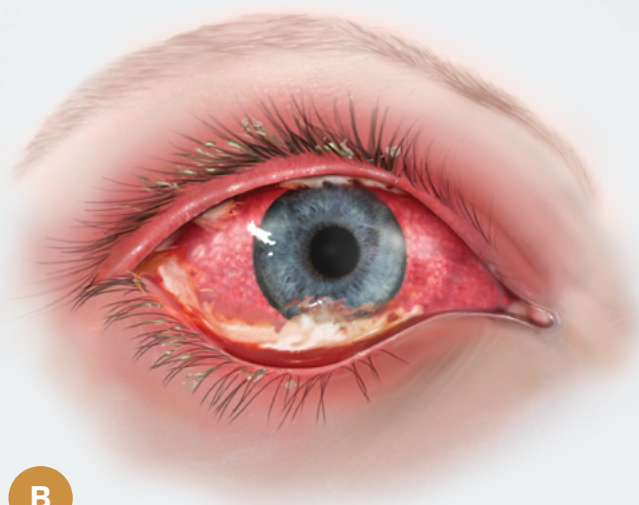
Det kan være svært at vurdere, om øjenbetændelsen skyldes virus eller bakterier. Dog er en viral øjenbetændelse karakteriseret ved tåreflåd og optræder ofte på begge øjne. Viral øjenbetændelse kan være relateret til en forkølelse, og lymfekirtlen foran øret kan her være øm og hævet, mens en bakteriel øjenbetændelse ofte er ledsaget af pus.



A

Let grad

Rødme i bindehinden ses ved både viral og bakteriel øjenbetændelse.



B

Svær grad

Kraftig rødme og hævelse af bindehinden. Der kan forekomme lysskyhed og meget tåreflåd eller pus. Øjenlågene kan være røde og hævede, der kan forekomme feber, og den almene tilstand kan være påvirket. Pusedannelse er mest karakteristisk for bakteriel øjenbetændelse.

Andre symptomer

Samtidige luftvejssymptomer såsom forkølelse. Lymfekirtlen foran øret kan være hævet og øm. Synet kan være påvirket af tåreflåd og pus, men synet skal være upåvirket, når 'snasket' er tørret væk.

Ikke-smitsom øjenbetændelse

Årsagen til ikke-smitsom øjenbetændelse kan være en allergisk reaktion på for eksempel pollen, kosmetik og husstøvmider. Øjet kan også blive irriteret af fremmedlegemer, forskellige kemikalier og stærkt lys fra sne, svejsning og solarie.

Hvem får det?

Alle kan få øjenbetændelse, børn som voksne. Er der tale om smitsom øjenbetændelse, er en god håndhygiejne en vigtig faktor for, om man bliver smittet eller ej. Små børn, og voksne omkring dem, er derfor særligt udsatte, da det smitter direkte fra hænderne og ved for eksempel deling af håndklæde. Derudover kan smitte også overføres via hoste og nys.

Hvor mange får det?

Øjenbetændelse er den hyppigste sygdom i øjet og dets omgivelser. En til fire pct. af alle henvendelser hos egen læge i almindelig praksis skyldes et akut opstået rødt øje og er oftest smitsom øjenbetændelse. De fleste vil på et tidspunkt i livet opleve at få øjenbetændelse i en eller anden grad.

Hvad er symptomerne på øjenbetændelse?

Symptomerne starter typisk med rødme i øjet eller på indersiden af øjenlågene, svie, irritation, fremmedlegemefornemmelse, at øjnene løber i vand (tåreflåd) og/eller at øjenlågene er sammenklistrede af pus efter søvn og hævede (figur 2). Ved allergisk øjenbetændelse vil øjet typisk klø. Lysskyhed og påvirket syn kan være mere alvorlige

Cirka 50-75 pct. af øjenbetændelser hos små børn skyldes en bakteriel infektion.

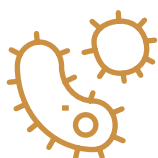


FOTO: GETTY IMAGES / STANISLAW PYTEL

Børn og øjenbetændelse

BØRN MÅ GERNE komme i institution eller skole, når de har lette grader af øjenbetændelse, da der ikke er nogen grund til at holde børnene hjemme på grund af smitterisiko. Kun ved svær øjenbetændelse skal de holdes hjemme. Når barnet har været i behandling med antibiotika i to dage og ikke længere er alment påvirket, lyssky eller har kraftig pusdannelse, må det komme tilbage i skolen eller institutionen.

Barnet skal tilses af en læge, hvis det:

- Har symptomer på svær øjenbetændelse. Lægen kan her vurdere, om der skal behandles med antibiotika.
- Får synsnedsættelse, oplever lysfølsomhed, har smerter eller kraftig rødme.
- Ikke oplever bedring efter to til tre dages symptomer med eller uden behandling med antibiotika.
- Nyfødte børn under fire uger skal **altid** tilses af lægen, hvis de har symptomer.

FOTO: GETTY IMAGES / FG TRADE

Øjenbetændelse hos nyfødte

SPÆDBØRN under fire uger skal podes for at udelukke, at de er blevet smittet med herpes simplex-virus, klamydia eller gonokokker i fødselsvejen. Infektioner med disse mikroorganismer kan være synstruende, og du bør altid opsøge en læge, hvis dit nyfødte barn har øjenbetændelse. Symptomerne er her kraftig rødme og meget pus. Dog er det her værd at bemærke, at nogle nyfødte kan have medfødte lukkede tårekanaler, så der derfor ophober sig pus og væske i øjenkrogen. I de tilfælde skal barnet behandles efter lægens anvisning, hvilket ikke nødvendigvis kræver antibiotika, medmindre der er mistanke om en infektion.

symptomer på smitsom øjenbetændelse, ligesom andre alvorlige symptomer kan være feber, påvirkning af almentilstanden eller påvirkning af luftvejene. Symptomerne starter som regel i det ene øje og spredt sig hurtigt til det andet – typisk fordi man gnider sig i øjnene med hænderne og får overført smitten. Alle spædbørn under fire uger skal undersøges af en læge, hvis de får symptomer.

Hvornår skal du søge læge?

Oplever du, at synet er påvirket, kraftig rødme af bindehinden og pus samt generel sygdomsfølelse med eventuel feber, skal du kontakte din egen læge, der, på baggrund af sin vurdering til årsagen af øjenbetændelsen, kan udskrive en relevant behandling eller henvise videre til praktiserende øjenlæge eller nærmeste øjenafdeling. Langt de fleste øjenbetændelser kan behandles af egen læge. I tilfælde med spædbørn under fire uger eller ved mistanke om særlig årsag til øjenbetændelsen, som for eksempel herpes simplex-virus, gonokokker eller klamydia, skal der podes fra slimhinden og konfereres med en øjenlæge eller børnelæge.



Du bliver ikke immun over for øjenbetændelse, selvom du har haft det tidligere.

Hvordan udvikler øjenbetændelse sig?

Øjenbetændelse med virus går over af sig selv efter fem til ti dage. Skyldes betændelsen bakterier, går den typisk over af sig selv i løbet af to til fem dage, men den kan også vare op til to uger. Antibiotika kan mindske en bakteriel betændelse, men effekten er dog beskedent. Har du fået udskrevet antibiotika, og er der ikke sket en bedring inden for to til tre dage, eller oplever du, at dit syn bliver påvirket, skal du kontakte din egen læge.

Øjenbetændelse giver normalt ikke komplikationer, men kan i sjældne tilfælde udvikle sig

5 ting du kan gøre, når du har øjenbetændelse



Undgå smittespredning med hyppig håndvask og desinfektion. Gnid ikke øjnene med hænderne.



Skift pudebetræk ofte og undgå at dele håndklæde.



Bruger du normalt **kontaktlinser**, skal du tage dem ud, indtil øjenbetændelsen er ovre. Brug briller i stedet for.



Rengør øjenlåget flere gange dagligt. Fjern pus med vatrondeller vædet i kogt og afkølet vand eller saltvandspipetter fra apoteket. Brug én vatrondel til hvert øje for at hindre smittespredning imellem øjnene. Bevæg vatrondellen inde fra øjenkrogen og ud i retning mod øret.



Fugtgivende øjendråber kan lindre symptomerne. Undgå at berøre øjnene med spidsen af flasken, og smid den ud, når behandlingen er slut.

Øjendråber og creme

Skal du bruge øjendråber eller creme, mens du har øjenbetændelse, skal du være opmærksom på:



Ikke at ramme selve øjet

med spidsen af flasken eller tuben, da det kan ridse hornhinden samt sprede bakterier via spidsen fra et øje til det andet.



Ikke at dele øjendråber eller

creme med andre for dermed at undgå smitte.



Ikke at gemme creme eller

øjendråber. Når behandlingen er slut, skal produkterne smides ud.



til betændelse i hornhinden (keratitis), øjenlågsbetændelse (blefaritis) eller kronisk øjenbetændelse (kronisk conjunktivitis).

Hvordan stilles diagnosen?

Den praktiserende læge vil undersøge øjet, hvor der ofte vil være pus, rødme og sammenklustrede øjenlåg. I svære tilfælde, ved manglende bedring på behandling eller hvis atypiske bakterier mistænkes at være årsag til øjenbetændelsen, kan lægen tage en podning af øjet for at finde ud af, hvilken bakterie eller virus der er årsag til betændelsen. Ved synsnedsettelse, svære tilfælde og tvivl om diagnose vil lægen henvise til eller konferere med en øjenlæge.

Hvordan behandles øjenbetændelse?

De fleste øjenbetændelser skal ikke behandles, da de går over af sig selv. Ved svære tilfælde eller manglende bedring kan lægen overveje at udskrive antibiotika i form af øjendråber eller øjensalve (figur 3). Behandlingen foregår ved, at øjet bliver dryppet eller smurt flere gange om dagen alt afhængig af præparat, og indtil der ikke har været symptomer i to dage. Dog må der højst behandles med antibiotika i 10 til 14 dage. Som regel er det ikke nødvendigt med en kontrol hos lægen, men opstår der synsnedsettelse, forværring eller manglende bedring efter to til tre dages behandling, skal lægen kontaktes med det samme! ■

Kilder:

Promedicin.dk, sst.dk, sundhed.dk og Andersson J, Hofslis M, Gade UL, Heegaard S, Pottegård A. Use of topical ocular antibiotics in young children: a Scandinavian drug utilization study. Acta Ophthalmol. 2018 Dec;96(8):789-794. doi: 10.1111/aos.13813. Epub 2018 Jun 9. PMID: 29885649.