

# CONJUNTIVITE

Denise

# O que é?

- A **conjuntivite** é uma inflamação da conjuntiva ocular, membrana transparente e fina que reveste a parte da frente do globo ocular (o branco dos olhos) e o interior das pálpebras. Em geral, ataca os dois olhos, pode durar de uma semana a quinze dias e não costuma deixar seqüelas.



# CAUSAS

- A causa da conjuntivite pode ser infecciosa, alérgica ou tóxica.
- A conjuntivite infecciosa é transmitida por vírus ou bactérias e pode ser contagiosa. O contágio se dá, nesse caso, pelo contato: uso de objetos contaminados, contato direto com pessoas contaminadas ou até mesmo pela água da piscina. Quando ocorre uma epidemia de conjuntivite, pode-se dizer que é do tipo infecciosa.

# CAUSAS

- A conjuntivite alérgica é aquela que ocorre em pessoas predispostas a alergias (como quem tem rinite ou bronquite, por exemplo) e geralmente ocorre nos dois olhos.
- A conjuntivite tóxica é causada por contato direto com algum agente tóxico, que pode ser algum colírio medicamentoso ou alguns produtos de limpeza, fumaça de cigarro e poluentes industriais.

# PRINCIPAIS SINTOMAS

- Olhos vermelhos;
- Lacrimejamento;
- Pálpebras inchadas;
- Sensação de ter areia nos olhos;
- Incômodo causado pela luz;
- Em alguns casos, até dor de garganta e febre.

# TRATAMENTO

- Limpeza constante dos olhos;
- Colírio e pomada recomendados por médico especialista.



# EVOLUÇÃO

- O período de incubação é de 4 a 7 dias.  
Geralmente começa por um dos olhos e, com 3-4 dias, passa para o outro também.
- A fase aguda dura de mais 7 a 10 dias (maior risco de passar para outras pessoas).
- A vermelhidão pode ficar até 2 a 3 semanas (principalmente se houve hemorragia conjuntival)

# O QUE FAZER?

ANTES (Tentando escapar do contágio):

- Evitar ambientes fechados e com muita gente;
- Não ir à sauna e piscina, nestes tempos de epidemia;
- Não tocar objetos antes tocados por portadores da doença. Se o fizer, lavar logo as mãos e não passá-las no rosto por algum tempo;
- Lavar o rosto e as mãos com mais frequência que o comum.

# O QUE FAZER?

DURANTE (Deu azar e pegou conjuntivite):

- Evite propagar a doença, poupando contato com outras pessoas;
- Se tem horror à luz forte, usar óculos escuros;
- Não coçar os olhos com os dedos, use lenços de papel e não esfregue fortemente os olhos. Lave as mãos em seguida;
- Separar travesseiro, toalha, sabonete;
- Lavar os olhos com água fervida;

# O QUE FAZER?

DEPOIS (Avaliando os estragos):

Procurar um oftalmologista para:

- Saber se a pressão intraocular está normal ou precisa de tratamento para reduzir;
- Saber como está a córnea, pois podem ficar pontinhos esbranquiçados que embaçam a visão;
- Verificar se não ficaram cicatrizes que podem restringir o movimento dos olhos.