

## Πώς μπορείτε να το αντιμετωπίσετε

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



### Κριθαράκι Στα Μάτια

Ένα από τα από τα πιο συχνότερα προβλήματα που αντιμετωπίζουν οι περισσότεροι είναι το κριθαράκι στα μάτια. Το πρόβλημα αυτό ευθύνεται για τις πιο συχνές μολύνσεις στα μάτια με συνέπεια να ταλαιπωρούνται ένας στους τρεις συμπολίτες μας. Εμφανίζεται ξαφνικά και προκαλεί έντονο πόνο και τσούξιμο που απλώνεται σε όλη την περιοχή του ματιού.

Το έντονο πρήξιμο και το κοκκίνισμα στην περιοχή των βλεφάρων είναι τα πρώτα σημάδια που δείχνουν ότι πρόκειται για κριθαράκι ή χαλάζιο όπως ονομάζεται επιστημονικά

Σύμφωνα με έρευνες το κριθαράκι βγαίνει μέσα στα βλέφαρα και προκαλεί έντονο πόνο και φοβερή ενόχληση στους πάσχοντες.

Μάλιστα οι επιστήμονες επισημαίνουν κατηγορηματικά ότι αν βγάξετε κριθαράκι συχνά πυκνά τότε ίσως χρειάζεται να κάνετε εξετάσεις στα μάτια και μάλιστα οι ειδικοί επισημαίνουν ότι θα πρέπει οι ασθενείς να κάνουν καλλιέργεια στο έκκριμα του ματιού προκειμένου να εξακριβωθεί αν πρόκειται για κάποιο μικρόβιο όπως

έχει κάποιο Σταφυλόκοκκο ή η ύπαρξη σακχάρου

### **Τι να κάνετε**

Σε περίπτωση που αντιμετωπίζετε το πρόβλημα οι ειδικοί επιστήμονες αναφέρουν ότι οι πάσχοντες θα πρέπει να λαμβάνουν μέτρα για τη άμεση ανακούφιση τους.

Το ήμισυ του παντός είναι να τηρούν τους κανόνες υγιεινής και οι ασθενείς να πλένουν καλά τα χέρια σας πριν την επαφή τους με τα μάτια.

Αλλάζετε τακτικά μαξιλαροθήκες και πετσέτες προσώπου

Καθαρίζετε τα βλέφαρα με ειδικό καθαριστικό που υπάρχουν στα ράφια των φαρμακείων.

Βάζετε δάκρυα τα οποία ανακουφίζουν από τη βλεφαρίτιδα

Κάντε πλύσεις με χαμομήλι

Για να αποφύγετε το κριθαράκι στα μάτια καλό να καταναλώνετε τροφές πλούσιες σε βιταμίνη Α, όπως τα ψάρια, τα καρότα φρούτα και λαχανικά.

**Πηγές:** healthanddisease.com- [offsite.com.cy](http://offsite.com.cy)