

1. Warme Umschläge

Legen Sie eine handwarme, feuchte Kompresse für 3-5 Minuten auf die geschlossenen Lider. Dies führt zu einer Aufweichung des eingetrockneten Talges in den Drüsen.

2. Massage

Massieren Sie bei geschlossenen Lidern mit dem Zeigefinger das Unterlid von unten nach oben und das Oberlid von oben nach unten. Dadurch werden die Talgdrüsen ausgepresst.

3. Reinigung

Feuchten Sie ein Wattestäbchen mit Wasser an. Ziehen Sie das Unterlid mit dem Zeigefinger vom Augapfel ab. Reiben Sie vorsichtig mit dem Wattestäbchen über die Lidkante. Am Oberlid kann dies ein wenig schwierig sein, verzichten Sie im Zweifelsfall auf die Reinigung im Oberlidbereich.

4. Medikamente

Applizieren Sie, falls verordnet, zusätzlich die entsprechenden Augentropfen oder reiben Sie die empfohlene Salbe im Wimpernbereich ein



Videoanleitung im Web: www.augenzentrumsissach.ch/lidrandpflege