**Oční poradna: Jak vyléčit ječné zrno?**

**PRAHA, 7. ZÁŘÍ 2022 – Ječné zrno patří k nejčastějším onemocněním oka. S akutním hnisavým zánětem očního víčka v podobě drobné bulky se během života setká téměř každý. Jak se ječného zrna zbavit a co naopak určitě nedělat?**

Ječné zrno se objevuje zejména při oslabení obranyschopnosti organismu, nedostatečné hygieně, při používání nevhodné kosmetiky nebo v souvislosti s hormonálními změnami či jinými onemocněními, jako je například cukrovka nebo kožní záněty, mezi které patří například seborea. „Ječné zrno vzniká zanícením řasové cibulky a přilehlé žlázky ve víčku. Nejprve se projevuje pocitem svědění a napětí na okraji víčka nebo bolestí při mrkání. Poté se na okraji víčka objeví zduření a žluté zrnko, které vzniká nahromaděním hnisu postižené žlázky a řasové cibulky. Nejčastější původce je stafylokok,“ uvedl Pavel Stodůlka, přednosta sítě očních klinik [Gemini](http://www.gemini.cz/).

Ječné zrno není pro zrak nebezpečné. „Ječné zrno často zmizí i samo, ale antibiotika v očních kapkách nebo masti urychlí hojení. Lze aplikovat i teplý obklad. Někdy se provádí epilace řasy se zanícenou cibulkou. Pokud je ječné zrno na okraji víčka pod kůží a ta se ztenčuje, udělá se drobný řez, kterým se uvolní obsah zanícené žlázky. Ječné zrno jako takové zrak neohrožuje. Vzácnou komplikací ječného zrna může být hlouběji se šířící zánět víčka (flegmóna), která by mohla zrak poškodit, pokud by se neléčila,“ popsala Zuzana Frisová, lékařka zlínské oční kliniky Gemini.

Onemocnění je infekční, proto je třeba při jeho výskytu dbát na zvýšenou hygienu. „Lidé by si v průběhu onemocnění neměli půjčovat předměty osobní hygieny či kosmetiku, naopak je žádoucí často měnit ručníky. Nositelům kontaktních čoček doporučuji používat jednodenní čočky, nejlépe je po dobu nemoci nahradit brýlemi. Dobré je vyvarovat se pobytu v prašném prostředí a v klimatizovaném prostoru,“ doporučil Pavel Stodůlka

Existují způsoby, jak léčbu ječného zrna urychlit. „Co uleví velmi často je teplý obklad přiložený na postižené víčko. Pomoci může i odvar ze světlíku lékařského, což je bylina, která dobře působí na oční choroby. Od svědění mohou pomoci také umělé slzy. Na trhu se dají sehnat i takové, které světlík lékařský obsahují. Vhodné je zařadit také dezinfekční oční kapky. Některé zdroje doporučují jako dezinfekci šampón – ten se na okraj víčka použít může. Musí to ale být dětský silně zředěný šampon. Ječné zrno by si člověk nikdy neměl snažit sám vymáčknout,“ uzavřel Pavel Stodůlka.

**KONTAKT PRO MÉDIA:**

**Mgr. Petra Ďurčíková\_mediální konzultant**

**pear_media logo_fin rgb_bez okraju.jpg**

**+420 733 643 825,** [**petra@pearmedia.cz**](mailto:petra@pearmedia.cz)**,** [**pearmedia.cz**](http://www.pearmedia.cz)

**SOUKROMÁ OČNÍ KLINIKA GEMINI,** [**www.gemini.cz**](http://www.gemini.cz/)

Soukromá oční klinika Gemini rozvíjí dlouholetou tradici zlínské oční chirurgie. První klinika byla otevřena ve Zlíně v roce 2003 a v současnosti provozuje klinika v České republice deset pracovišť: ve Zlíně, v Průhonicích u Prahy, Praze-Krči, Českých Budějovicích, Ostravě, Vyškově, Brně, Novém Jičíně a Liberci. Jako jediná česká oční klinika otevřela pracoviště také ve Vídni. Vedle operací zbavujících pacienty potřeby nosit brýle a operací šedého zákalu se na klinikách provádějí i estetické zákroky, jako například plastika horních a dolních víček. V čele týmu operatérů stojí světově uznávaný oční chirurg prim. MUDr. Pavel Stodůlka, Ph.D., FEBOS-CR.

**prim. MUDr. PAVEL STODŮLKA, Ph.D., FEBOS-CR,** [**www.lasik.cz**](http://www.lasik.cz/cs/zivotopis/)

Studium medicíny na Univerzitě Palackého v Olomouci ukončil v roce 1989 s vyznamenáním a pochvalou rektora. V roce 2000 absolvoval postgraduální studium na Lékařské fakultě Univerzity Karlovy v Hradci Králové s tématem disertace metoda LASIK, kterou v ČR zavedl. Zkušenosti s oční chirurgií sbíral i po světě, hlavně v Kanadě. Působil jako přednosta očního oddělení Baťovy nemocnice ve Zlíně. V roce 2003 založil soukromou oční kliniku Gemini – největší soukromou oční kliniku v Česku. Několik očních operací, například centraci vychýlené lidské čočky nebo implantaci presbyopické fakické čočky, provedl jako první oční chirurg na světě a řadu očních operací zavedl jako první v Česku. Vyvíjí nové lasery pro oční chirurgii, jako např. CAPSULaser. Přednáší na prestižních mezinárodních očních kongresech, vyučuje v kurzech pro zahraniční oční lékaře a byl zvolen prezidentem AECOS – Americko–evropského kongresu oční chirurgie. V roce 2019 si Pavel Stodůlka na své konto připsal další dvě světová prvenství – jako první oční chirurg na světě provedl operaci šedého zákalu novým femtomatrixovým laserem, který jako jediný disponuje robotickým ramenem a zároveň je nejrychlejším na světě. Druhým prvenstvím byla operace, takzvaná rotace lentikuly, která sníží astigmatismus oka pacienta (nesprávné zakřivení rohovky). Pravidelně se umisťuje v žebříčku nejoblíbenějších lékařů v Rakousku, v roce 2021 byl zvolen již potřetí. Jako první oční chirurg provedl laserovou operaci očí metodou CLEAR v Česku a Rakousku.