

## Merkblatt für Patientinnen und Patienten zur Lidrandhygiene Hilfsdokument (DL)

### Hintergrundinformation

Sie haben eine Veränderung der Augenlider die Blepharitis (Lidrandentzündung) genannt wird. Dieser Zustand bedroht nicht Ihr Sehvermögen, aber kann sehr unangenehm sein und häufig wiederkehrende oder dauerhafte Beschwerden verursachen.

Die Entzündung der Lidränder geht einher mit einer Verstopfung der sogenannten Meibomdrüsen. Diese Talgdrüsen produzieren einen Fettfilm als wichtigen Anteil der Tränen, der sich verhärtet und so die Drüsenöffnungen an den Lidrändern verstopfen kann.

Die hier beschriebene Behandlung wird Ihre Beschwerden lindern. Sie kann diese jedoch nicht vollständig heilen, da es sich um eine chronische Erkrankung handelt. Die Anwendung sollte täglich und vor der Anwendung eventuell verordneter Augentropfen oder -salben erfolgen (nicht alle Patientinnen und Patienten benötigen Medikamente).

**Erfolgsentscheidend und die einzig wirksame Therapie ist die regelmässige und langfristige Anwendung der Lidrandpflege.**

### Schritt 1: Liderwärmung

Ziel ist die Verflüssigung des Talgs in den verstopften Meibomdrüsen

- Hot/Cold-Pack Physiopack oder mehrere Waschlappen auf 47 Grad (lauwarm) erhitzen
- Für 5 bis 10 Minuten auf die geschlossenen Augenlider legen, Waschlappen alle 2 Min wechseln, da diese schneller abkühlen

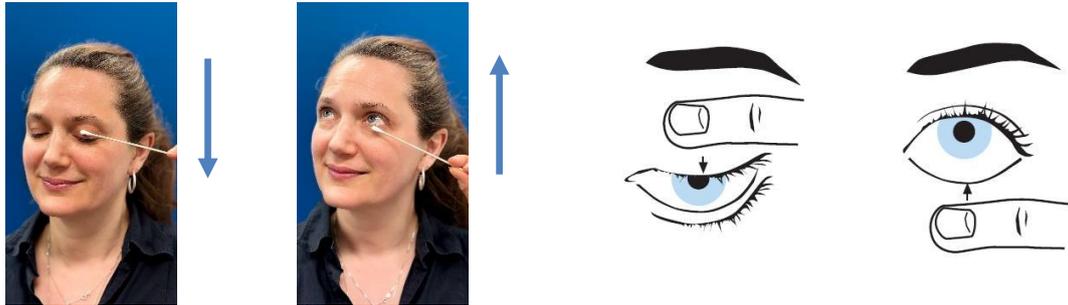


### Schritt 2: Lidmassage

Ziel ist eine Verbesserung der Lidranddurchblutung und Exprimieren der Meibomdrüsen

- Hände waschen
- Sanftes Ausstreichen der Lider in Richtung der Wimpern mit Wattestäbchen / Finger
- d.h. die Unterlider von unten nach oben
- d.h. die Oberlider von oben nach unten
- Druck entlang der Lidkante im Bereich der Meibomdrüsen zum mechanischen Ausmassieren der Drüsen

Dokumentenname Merkblatt für Patienten Lidrandhygiene.docx	Ansprechperson / Kontakt Shojaati, Golnar Dr. med., XJO	Dokumentenart Hilfsdokument (DL)	Version 1.0
Geltungsbereich Augenklinik	Freigegeben von Bänninger, Philipp Dr. med., B2N	Gültig bis 03.04.2026	Seite 1 von 2



### Schritt 3: Lidrandreinigung

Diese dient der Entfernung gelöster Sekrete, Ablagerungen und Keime

- Reinigung der Lidkante: z.B. mit Naviblef Augenlidschaum oder Blephaclean
- Alternativ in einem sauberen Glas mit warmem Wasser sauberes Wattestäbchen eintauchen und über beide Lidkanten fahren.
- Die Lidreinigung ist jeweils separat durchzuführen, d.h. ein frisches Tüchlein/Wattestäbchen pro Auge



### Weitere Massnahmen

- Je nach ärztlicher Verordnung und nach erfolgter Lidrandpflege Augentropfen/-salbe applizieren
- Evtl. Nahrungsergänzung mit Omega 3 Fettsäuren (z.B. Fischöl- oder Leinölkapseln)