

Salute + prevenzione 1-nov-2017

## Secchezza oculare – cosa fare quando gli occhi bruciano e causano prurito?

La secchezza oculare è un tipico motivo che induce le persone a consultare un medico oculista.

[Secchezza oculare o "sindrome dell'occhio secco", da cosa viene provocata?](#)

[Come si umidifica l'occhio?](#)

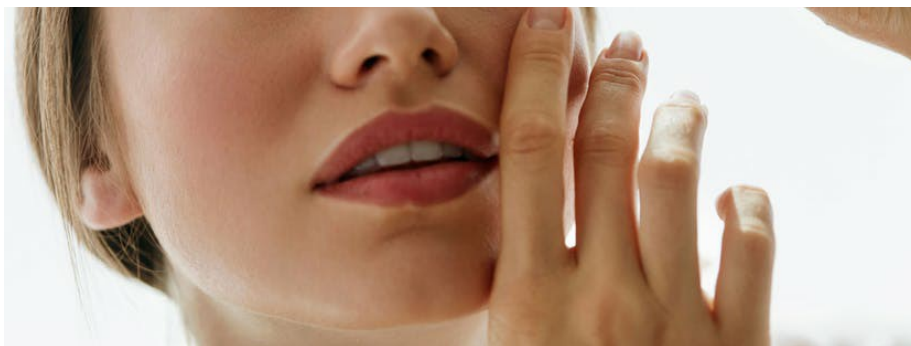
[La prevenzione può aiutare](#)

**La secchezza oculare è fastidiosa e può causare dolore. Una possibile causa è un problema con la naturale umidità degli occhi, in altre parole il corpo non produce liquido lacrimale in misura sufficiente. Questo può essere causato da fattori ambientali, malattie oppure farmaci e un medico oculista può in ogni caso fornire un aiuto.**

L'occhio brucia, dà prurito e sembra di avere dei granellini di sabbia che graffino sulle pupille. Sempre più persone soffrono di secchezza oculare. Questo problema è un argomento assai discusso nei blog e sui forum. Parecchie persone non sono informate su questa condizione degli occhi: è il momento giusto per avere alcune informazioni.

## Secchezza oculare o "sindrome dell'occhio secco", da cosa viene provocata?





La secchezza oculare può essere provocata da cause diverse, compresi fattori ambientali quali luce del sole molto intensa, gas di scarico irritanti, polline trasportato dal vento, polvere o il lavoro allo schermo di un computer. > [I ciclisti e chi guida automobili scoperte](#) sono anche soggetti spesso a questo disturbo a causa del soffio di vento in senso contrario. Altre cause di secchezza oculare sono riscontrabili nel corso delle ferie, perché la maggior parte delle piscine nei luoghi di vacanza presentano un elevato contenuto di cloro, risultando irritanti per la sensibilità della congiuntiva dell'occhio.

Tuttavia, la secchezza oculare può anche essere provocata da > [farmaci](#) come gli antidepressivi o i beta-bloccanti. Per questo, le donne che attraversano la menopausa ne soffrono di frequente, perché le variazioni ormonali possono provocare la secchezza del fluido lacrimale.

Infine, ma causa non meno importante, anche i problemi visivi non correttamente trattati possono provocare la secchezza oculare, perché gli occhi sono sottoposti a maggiore stress. Controlli regolari della vista eseguiti da un ottico o da un medico oculista possono fornire prontamente la soluzione più opportuna.

## Come si umidifica l'occhio?

Per comprendere meglio cosa accade agli > [occi](#) è utile prima capire come funziona l'occhio. Il liquido lacrimale viene rilasciato dai dotti lacrimali e contiene, glucosio e proteine. Esso viene distribuito in modo uniforme sull'occhio ad ogni battito delle palpebre, producendo un sottile film lacrimale. Questo film svolge diverse funzioni: aiuta a rimuovere le particelle estranee e serve da lubrificante per assicurare che le palpebre scorrano sugli occhi. Inoltre, il liquido lacrimale assicura che la cornea sia umidificata in modo uniforme e fornisce ossigeno e sostanze nutritive all'occhio.

Ci sono due potenziali motivi per cui gli occhi potrebbero non essere completamente coperti dal film lacrimale: i dotti lacrimali non stanno producendo liquido sufficiente oppure la composizione del liquido lacrimale presenta anomalie.

Sebbene il concetto di "secchezza oculare" sia ben noto e comunemente utilizzato, oggi i medici parlano di sindrome dell'occhio secco.

Per entrambe le forme di questo problema, la migliore soluzione possibile è costituita dalle cosiddette "lacrime artificiali" di origine chimica. Le lacrime artificiali sono fornite in forma di gocce o gel e sono pensate per agire come sostituto delle lacrime. Vengono stillate nel sacco congiuntivale inferiore oppure frizionate con cautela. A questo punto l'occhio viene chiuso e con un movimento circolare dell'occhio le sostanze attive vengono distribuite uniformemente. Attenzione però: il loro uso per un periodo prolungato o con troppa frequenza può causare una riduzione nella naturale produzione di liquido lacrimale. Per questo motivo è molto importante parlare con un medico oculista delle possibili cause di questa condizione e, se possibile, porvi rimedio.

Se un trattamento locale non è d'aiuto, come ultima possibilità sussiste sempre l'opzione di un piccolo intervento.

## La prevenzione può aiutare

Inoltre, ciascuno può adoperarsi per proteggere i propri occhi. È importante che ci si assicuri di avere una luce sufficiente quando si legge, ma evitando una luce intensa o accecante. Sugeriamo di non aumentare troppo la luminosità dello schermo del computer e rilassare i propri occhi per qualche momento dopo 45 minuti di lavoro. Se si è esposti al vento o alla piena luce del sole, assicurarsi di indossare > [occhiali oppure occhiali da sole](#) di alta qualità per proteggere i propri occhi.

## Checkup visivo online

Vedi bene i colori e i contrasti? Effettua il test e verifica la qualità della tua performance visiva.

Inizia il test adesso!

(\* il test non sostituisce la visita presso un Professionista della Visione)

## Trova un Centro Ottico ZEISS vicino a te

Via, città



## Articoli correlati



### 10 consigli per la salute degli occhi

Come prevenire la secchezza e lo stress oculare.

Salute + prevenzione 18-apr-2019  
Tag:



### Glaucoma – tutto quello che c'è da sapere sulla seconda causa di cecità al mondo

Il glaucoma è una grave malattia dell'occhio legata alla pressione oculare.

Salute + prevenzione 14-mar-2019  
Tag:



### Perché gli occhiali per bambini dovrebbero offrire la migliore protezione UV

Quello che tutti i genitori dovrebbero sapere.

Salute + prevenzione 12-mar-2019  
Tag: occhiali da sole, Occhiali per bambini



### Quali sono gli occhiali da sole più adatti al vostro stile di vita?

C'è un paio di occhiali da sole perfetto per ogni occasione

Salute + prevenzione 27-lug-2018  
Tag: occhiali da sole

## Prodotti correlati



### **ZEISS AdaptiveSun**

Lenti per occhiali da sole intelligenti per uno stile di vita pratico e alla moda.

[Per saperne di più](#)



### **Lenti a scurimento automatico**

Un unico paio di occhiali per tante occasioni.

[Per saperne di più](#)



### **Lenti per occhiali da sole**

Quale tonalità è quella giusta per te?

[Per saperne di più](#)



#### **Esplora**

Comprendere la visione  
Salute + prevenzione  
Lifestyle + Fashion  
Guida + mobilità  
Sport + tempo libero  
Lavoro

#### **Aiutami a scegliere**

Occhiali da lontano + da lettura  
Lenti multifocali  
Occhiali da sole  
Occhiali da lavoro  
Occhiali sportivi  
Occhiali per bambini  
Trattamenti per le lenti  
Lenti a contatto  
Pulizia delle lenti  
Presso l'ottico

#### **Servizi**

Check up visivo online

#### **ZEISS per l'Ottico Optometrista e il Medico Oculista**

Strumenti + tecnologie  
ZEISS, Lenti per occhiali  
Soluzioni per la pulizia delle lenti ZEISS

