Caring at its best

NHS
University Hospitals of Leicester
NHS Trust

ਅੱਖ ਦੀ ਸੋਜਸ਼ ਦਾ ਇਲਾਜ (ਮਾਰਜੀਨਲ ਕੇਰਾਟਾਈਟਸ)

Treating inflammation of the eye (marginal keratitis)

ਨੇਤਰ ਵਗਿਆਿਨ ਵਭਿਾਗ

ਮਰੀਜ਼ਾਂ ਲਈ ਜਾਣਕਾਰੀ

ਉਤਪਾਦਤਿ: ਦਸੰਬਰ 2020

ਸਮੀਖਿਆ: ਦਸੰਬਰ 2023

ਪਰਚਾ ਨੰਬਰ: 1099 ਸੰਸਕਰਣ: 2

ਮਾਰਜੀਨਲ ਕੇਰਾਟਾਈਟਸ ਕੀ ਹੈ?

ਮਾਰਜੀਨਲ ਕੇਰਾਟਾਇਟਿਸ ਕੋਰਨੀਆ ਦੀ ਸੋਜਸ਼ ਹੈ, ਜੋ ਕਿ ਅੱਖ ਦੇ ਸਾਹਮਣੇ ਦੀ ਸਾਫ਼ ਖਿੜਕੀ ਹੈ। ਇਹ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਬਲੇਫੈਰਾਈਟਸਿ ਨਾਮਕ ਸਥਤਿੀ ਦੇ ਕਾਰਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਪਲਕ ਵਚਿ ਮੀਬੋਮੀਅਨ ਗਰ੍ੰਥੀਆਂ ਵਚਿ ਸੋਜਸ਼ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਪਲਕਾਂ ਵਚਿ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਛੋਟੀਆਂ ਗਰ੍ੰਥੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਜੋ ਤੇਲ ਪੈਦਾ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ, ਅਤੇ ਅੱਖਾਂ ਨੂੰ ਨਮ ਰੱਖਦੀਆਂ ਹਨ। ਬਲੇਫੈਰਾਈਟਸਿ ਵਚਿ, ਇਹ ਗਰ੍ੰਥੀਆਂ ਬੰਦ ਹੋ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਪਲਕਾਂ ਵਚਿ ਜਲਣ ਅਤੇ ਦਰਦ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਕਈ ਵਾਰ, ਪਲਕਾਂ ਦੇ ਅਧਾਰ 'ਤੇ ਗੁੱਛੇ ਅਤੇ ਸ਼ਲਕ ਬਣ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਬਲੇਫੈਰਾਈਟਸਿ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਬੈਕਟੀਰੀਆ (ਸਟੈਫਾਈਲੋਕੋਕਸ) ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਜ਼ਹਰਿੀਲੇ ਤੱਤਾਂ ਪ੍ਰਤੀ ਸੰਵੇਦਨਸ਼ੀਲਤਾ ਕਾਰਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਚਮੜੀ 'ਤੇ ਰਹਿੰਦੇ ਪਾਏ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਪਰਚਾ 893 ਦੇਖੋ - ' ਪਲਕਾਂ ਦਾ ਬਲੇਫੈਰਾਈਟਸਿ' ਜਸਿ ਨੂੰ ਇੱਥੇ ਦੇਖਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ:
www.yourhealth.leicestershospitals.nhs.uk/

ਜਦੋਂ ਅੱਖਾਂ ਦੀਆਂ ਝਮਿਣੀਆਂ ਅਤੇ ਪਲਕਾਂ ਸੁੱਜ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ ਤਾਂ ਅੱਖ ਵੀ ਪ੍ਰਭਾਵਤਿ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਅੱਖ ਲਾਲ ਅਤੇ ਦੁਖਦਾਈ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਰਨੀਆ ਦੇ ਕਨਿਾਰੇ ਦੁਆਲੇ ਛੋਟੇ ਚਟਿੇ ਫੋੜੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਨੂੰ ਮਾਰਜੀਨਲ ਕੇਰਾਟਾਈਟਸ ਕਹਿਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਕਾਂਟੈਕਟ ਲੈਂਸ ਪਹਨਿਣ ਨਾਲ ਪਲਕਾਂ ਦੀਆਂ ਗਰ੍ੰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਹੋਰ ਜਲਣ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜਸਿ ਨਾਲ ਬਲੇਫੈਰਾਈਟਸਿ ਵਗਿੜ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਅੱਖਾਂ ਨੂੰ ਹੋਰ ਖੁਸ਼ਕ ਮਹਸਿੂਸ ਕਰਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਇਸ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਦੀ ਮੁੜ ਵਰਤੋਂ ਕ੍ਰਇਿਟਵਿ ਕਾਮਨਜ਼ ਲਾਇਸੰਸ ਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਤਬਿੰਧਤਿ ਹੈ

cc BY NC ND

ਚਿੰਨ੍ਹ ਅਤੇ ਲੱਛਣ ਕੀ ਹਨ?

- ਬੇਅਰਾਮੀ ਅਤੇ ਇੱਕ ਭਾਵਨਾ ਜਿਵੇਂ ਤੁਹਾਡੀ ਅੱਖ ਵਿੱਚ ਕੁਝ ਹੈ.
- ਤੁਹਾਡੀ ਅੱਖ ਲਾਲ ਹੈ।
- ਤੁਹਾਡੀ ਅੱਖ ਵਿੱਚੋਂ ਪਾਣੀ ਨਿਕਲ ਸਕਦਾ ਹੈ।
- ਕੋਰਨੀਆ ਦੇ ਕਿਨਾਰਿਆਂ ਦੇ ਆਲੇ ਦੁਆਲੇ ਛੋਟੇ ਚਿੱਟੇ ਫੋੜੇ।
- ਰੋਸ਼ਨੀ ਤੁਹਾਡੀ ਅੱਖ ਨੂੰ ਤਕਲੀਫ਼ ਪਹੁੰਚਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।
- ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਲਕ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਬਲੇਫੈਰਾਈਟਿਸ।

ਇਲਾਜ ਕੀ ਹੈ?

ਮਾਰਜੀਨਲ ਕੇਰਾਟਾਇਟਿਸ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਬਲੇਫੈਰਾਈਟਿਸ ਦੇ ਸਵੈ-ਇਲਾਜ ਦੁਆਰਾ, ਨਿੱਘੇ ਸੇਕ ਅਤੇ ਪਲਕਾਂ ਦੀ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਸਫਾਈ (ਹੇਠਾਂ ਦੇਖੋ) ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਅੱਖਾਂ ਦੇ ਡਾਕਟਰ ਦੁਆਰਾ ਫੋੜੇ ਨੂੰ ਨਿਪਟਾਉਣ ਲਈ ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਿਕ ਅਤੇ ਸਟੀਰੌਇਡ ਬੂੰਦਾਂ ਦਾ ਇੱਕ ਛੋਟਾ ਕੋਰਸ ਤਜਵੀਜ਼ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਫੋੜੇ ਨੂੰ ਦੁਬਾਰਾ ਹੋਣ ਤੋਂ ਰੋਕਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਲਈ ਬਲੇਫੈਰਾਈਟਿਸ ਦਾ ਇਲਾਜ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਲਈ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਗੰਭੀਰ ਬਲੇਫੈਰਾਈਟਿਸ ਵਾਲੇ ਕੁਝ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਸਮੇਂ-ਸਮੇਂ 'ਤੇ ਖਾਣ ਵਾਲੇ ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਿਕਸ ਦੇ ਕੋਰਸ ਦੀ ਲੋੜ ਪਵੇਗੀ।

- **ਨਿੱਘੇ ਸੇਕ:**

ਪਲਕ ਦੀ ਚੰਗੀ ਸਫਾਈ ਰੱਖਣਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ। ਨਿੱਘੇ ਸੇਕ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਸਮੇਂ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਾਣੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਹੋਏਗੀ ਜੋ ਗਰਮ ਹੈ, ਪਰ ਇੰਨਾ ਗਰਮ ਨਹੀਂ ਕਿ ਸੜ ਜਾਓ। ਇੱਕ ਸਾਫ਼ ਕੱਪੜੇ ਜਾਂ ਰੂੰ ਦੇ ਪੈਡ (ਰੂੰ ਦੀ ਗੇਂਦ ਨੂੰ ਨਹੀਂ) ਨੂੰ ਪਾਣੀ ਵਿੱਚ ਡੋਬੋ, ਨਿਚੋੜੋ ਅਤੇ ਇੱਕ ਵਾਰ ਵਿੱਚ 2 ਤੋਂ 3 ਮਿੰਟ ਲਈ ਆਪਣੀਆਂ ਬੰਦ ਪਲਕਾਂ 'ਤੇ ਹੌਲੀ ਹੌਲੀ ਦਬਾਓ। ਇਹ ਗ੍ਰੰਥੀਆਂ ਦੇ ਖੁੱਲਣ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਵਾਲੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਤੇਲਯੁਕਤ ਸ੍ਰਾਵ ਨੂੰ ਪਿਘਲਾਉਣ ਅਤੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਪਲਕਾਂ ਦੇ ਸ਼ਲਕ ਨੂੰ ਨਰਮ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰੇਗਾ।

ਤੁਹਾਡੀ ਫਾਰਮੇਸੀ ਤੋਂ ਮੁੜ-ਵਰਤਣ ਯੋਗ ਪਲਕਾਂ ਨੂੰ ਗਰਮ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਯੰਤਰ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਜੈੱਲ ਪੈਕ ਜਾਂ ਬੀਨ ਬੈਗ ਵੀ ਉਪਲਬਧ ਹਨ।

ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਦਿਨ ਵਿੱਚ 1 ਤੋਂ 2 ਵਾਰ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਭਾਵੇਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਲੱਛਣ ਨਾ ਹੋਣ, ਮਾਰਜੀਨਲ ਕੇਰਾਟਾਈਟਸ ਨੂੰ ਦੁਬਾਰਾ ਹੋਣ ਤੋਂ ਰੋਕਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ।

- **ਸਫਾਈ:**

ਆਪਣੀ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਅੱਖ ਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਕਰਨ ਲਈ, ਸਿਰਫ. ਗਰਮ ਪਾਣੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ, ਪਰ ਸਾੜਨ ਜਿੰਨਾ ਗਰਮ ਨਹੀਂ। ਇੱਕ ਸਾਫ਼ ਕੱਪੜੇ ਜਾਂ ਰੂੰ ਦੇ ਪੈਡ (ਰੂੰ ਦੀ ਗੇਂਦ ਨੂੰ ਨਹੀਂ) ਨੂੰ ਪਾਣੀ ਵਿੱਚ ਡੁਬੋ ਦਿਓ ਅਤੇ ਪਲਕਾਂ ਤੋਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸ਼ਲਕ ਨੂੰ ਸਾਫ਼ ਕਰੋ। ਹਰੇਕ ਅੱਖ ਲਈ ਵੱਖਰੇ ਕੱਪੜੇ ਜਾਂ ਪੈਡ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ।

ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਦਿਨ ਵਿੱਚ 2 ਵਾਰ ਉਦੋਂ ਤੱਕ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਲੱਛਣ ਠੀਕ ਨਹੀਂ ਹੋ ਜਾਂਦੇ, ਫਿਰ ਸਾਫ਼ ਹੋਣ ਤੱਕ ਦਿਨ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਵਾਰ ਦੁਹਰਾਓ।

ਫਾਰਮੇਸੀਆਂ ਤੋਂ ਉਪਲਬਧ ਤਿਆਰ ਪਲਕ ਵਾਈਪਸ ਨੂੰ ਵੀ ਸਫਾਈ ਲਈ ਵਰਤਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਪਲਕ ਦੀ ਮਾਲਸ਼:

ਆਪਣੀ ਪਹਲਿੀ ਉਂਗਲ ਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਉੱਤੇ ਛੋਟੇ ਗੋਲਆਿਂ ਵਿੱਚ ਹੌਲੀ-ਹੌਲੀ ਘੁੰਮਾ ਕੇ ਜਾਂ ਆਪਣੀ ਉਂਗਲ ਦੀ ਲੰਬਾਈ ਨੂੰ ਆਪਣੀਆਂ ਪਲਕਾਂ ਵੱਲ ਉੱਪਰ ਅਤੇ ਹੇਠਾਂ ਚਲਾ ਕੇ ਆਪਣੀਆਂ ਪਲਕਾਂ ਦੀ ਮਾਲਸ਼ ਕਰੋ। ਇਹ ਪਲਕਾਂ ਦੀਆਂ ਛੋਟੀਆਂ ਗ੍ਰੰਥੀਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਤੇਲ ਨੂੰ ਬਾਹਰ ਕੱਢਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਕਿਸ ਅਤੇ ਸਟੀਰੌਇਡ ਬੂੰਦਾਂ ਜਾਂ ਮਲਮਾਂ:

ਫੋੜਆਿਂ ਨੂੰ ਠੀਕ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਸਟੀਰੌਇਡ ਬੂੰਦਾਂ ਦੇ ਨਾਲ, ਐਂਟੀਬਾਇਓਟਕਿ ਬੂੰਦਾਂ ਦਾ ਇੱਕ ਕੋਰਸ ਤਜਵੀਜ਼ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡਾ ਅੱਖਾਂ ਦਾ ਡਾਕਟਰ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਇਸ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰੇਗਾ ਕਿ ਕੀ ਇਸ ਇਲਾਜ ਦੀ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਲੋੜ ਹੈ। ਇਹ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ 1 ਤੋਂ 4 ਹਫ਼ਤਆਿਂ ਲਈ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਨਾਲ ਹੀ ਬਲੇਫੈਰਾਈਟਸਿ ਦੇ ਇਲਾਜ ਲਈ ਪਲਕਾਂ ਦੀ ਸਫਾਈ ਵੀ ਕੀਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

ਸਲਾਹ ਕਦੋਂ ਲੈਣੀ ਹੈ

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੀ ਅੱਖ ਜ਼ਆਿਦਾ ਤੋਂ ਜ਼ਆਿਦਾ ਲਾਲ ਜਾਂ ਦਰਦਨਾਕ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਤੁਹਾਡੀ ਨਜ਼ਰ ਜ਼ਆਿਦਾ ਧੁੰਦਲੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਤੁਸੀਂ ਕੋਰਨੀਆ 'ਤੇ ਚਿੱਟੇ ਧੱਬੇ ਵੱਡੇ ਹੁੰਦੇ ਦੇਖਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ **0116 258 6273** 'ਤੇ ਆਈ ਕੈਜ਼ੁਅਲਟੀ ਵਭਿਾਗ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਵਡਿਸਰ ਆਈ ਕਲੀਨਕਿ ਵਿੱਚ ਸਥਤਿ ਆਈ ਕੈਜ਼ੁਅਲਟੀ ਕੋਲ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਲੈਵਲ 1, ਵਡਿਸਰ ਬਲਿਡਗਿ, ਲੈਸਟਰ ਰਾਇਲ ਇਨਫਰਮਰੀ:

ਖੁੱਲ੍ਹਣ ਦਾ ਸਮਾਂ:	ਸੋਮਵਾਰ ਤੋਂ ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ - ਸਵੇਰੇ 8.30 ਵਜੇ ਤੋਂ ਸ਼ਾਮ 4.30 ਵਜੇ ਸ਼ਨੀਵਾਰ ਅਤੇ ਐਤਵਾਰ - ਸਵੇਰੇ 8.30 ਵਜੇ ਤੋਂ ਦੁਪਹਰਿ 12.30 ਵਜੇ ਤੱਕ

اگر آپ کو یہ معلومات کسی اور زبان میں درکار ہیں، تو براہِ کرم مندرجہ ذیل نمبر پر ٹیلیفون کریں على هذه
المعلومات بلغةٍ أخرى، الرجاء الاتصال على رقم الهاتف الذي يظهر في الأسفل

જો તમને અન્ય ભાષામાં આ માહિતી જોઈતી હોય, તો નીચે આપેલ નંબર પર કૃપા કરી ટેલિફોન કરો

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਕਸਿੇ ਹੋਰ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਕਰਿਪਾ ਕਰਕੇ ਹੇਠਾਂ ਦਤਿੇ ਗਏ ਨੰਬਰ 'ਤੇ ਟੈਲੀਫੋਨ ਕਰੋ।

Aby uzyskać informacje w innym języku, proszę zadzwonić pod podany niżej numer telefonu

ਪਛਿਲਾ ਹਵਾਲਾ: EYE057-0116

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਕਸਿੇ ਹੋਰ ਭਾਸ਼ਾ ਜਾਂ ਵੰਨਗੀ ਜਵਿੇਂ ਕਿ ਈਜ਼ੀ-ਰੀਡ ਜਾਂ ਬਰੇਲ ਵਿੱਚ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਕਰਿਪਾ ਕਰਕੇ 0116 250 2959 'ਤੇ ਟੈਲੀਫ਼ੋਨ ਕਰੋ ਜਾਂ equality@uhl-tr.nhs.uk 'ਤੇ ਈਮੇਲ ਕਰੋ।

LEICESTER'S RESEARCH

ਲੈਸਟਰ ਦੇ ਹਸਪਤਾਲ ਇੱਕ ਖੋਜ ਕਰਿਆਸ਼ੀਲ ਟਰੱਸਟ ਹਨ ਇਸਲਈ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਵਾਰਡ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਕਲੀਨਕਿ ਵਿੱਚ ਹੋ ਰਹੀ ਖੋਜ ਪਾ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਖੋਜ ਦੇ ਲਾਭਾਂ ਬਾਰੇ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰਨ ਲਈ, ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ, 0116 258 8351 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ ਜਾਂ www.leicestersresearch.nhs.uk/patient-and-public-involvement 'ਤੇ ਜਾਓ।