

# MALALTIES MÉS COMUNES DE LES PARPELLES



Les parpelles són part important del conjunt que forma la vista: protegeix els ulls dels agents externs, al parpellejar els lubrica i ajuda a eliminar restes de pols o qualsevol partícula estranya que hi hagi entre ells. I com els ulls, també poden emmalaltir (càncer de pell de parpella), inflamar-se o infectar-se, impeding una bona visió.

## **Són tres les malalties més comunes:**

**Mussol:** Protuberància a la bora de la parpella, es produeix quan un fol·licle de pestanya s'infecta. Genera una sensació de tenir arena o brutícia a l'ull, llagimeig, sensibilitat a la llum. Per tractar-los, el millor és aplicar compreses calentes amb una tovallola neta embeguda en aigua calenta durant 10 o 15 minuts, fins a 5 vegades per dia. Si això no funciona el mussol empitjora, un mèdic pot receptar crema antibiòtica, i ens casos extrems, es pot recórrer a una cirurgia per extirpar-lo.

**Blefaritis:** Aquesta és una inflamació comuna de les parpelles, que succeeix quan partícules de greix i bacteri cobreixen la vora de la parpella prop de les pestanyes. Se l'associa amb la síndrome de l'ull sec, la rosàcia i infeccions oculars bacterianes. Produeix picor, ardor, llagimeig, dermatitis seborreica, irritació, sequedat en la pell, fins descamació. Per contrarestar-la, el millor és una bona higiene general, i es recomana rentar les parpelles amb una tovallola neta, humida amb aigua tibia cada dia. Estudis indiquen que la blefaritis es pot donar per falta de certs nutrients, com els àcids greixos Omega. L'oftalmòleg pot indicar una dieta o suplementos alimentaris

per millorar el tractament. També pot receptar una pomada antibiòtica.

**Calazi:** Aquesta malaltia té símptomes pareguts al del mussol, ja que ambdós són embalums a la vora de la parpella. La diferència és que el calazi es produeix quan el mussol no drena ni sana, la glàndula de Meibom en la parpella es tanca i s'engrandeix. El calazi no produeix dolor, però si inflor, enrogiment. Alguns són tan grans que causen visió borrosa perquè deformen l'ull. Els tractaments són també pareguts al del mussol: compreses calentes, cremes antibiòtiques, injecció de cortisona, i extirpació quirúrgica per a casos extrems.

És important no utilitzar lents de contactes o maquillatge fins que aquestes malalties hagin sanat per complet.

### **Es pot fer esport?**

És possible fer esport, però prenen algunes precaucions. Malgrat que el millor és intentar evitar jugar a futbol durant aquests dies d'infecció. Aquestes malalties de les parpelles són causades per bacteris estafilococs que són altament contagiosos podent propagar-se a altres persones. Depenent de la severitat dels símptomes, la teva visió pot veure's compromesa, però l'activitat física de lleu a moderada generalment és beneficiosa, sempre que no hi hagi febre.

El mussol pot perjudicar la teva visió, dificultant la pràctica d'esports. Millor fer exercici a casa en lloc d'un gimnàs per no contagiar a la resta d'esportistes. El mussol pot afectar a la visió per tant dificultarà la participació en esports com el futbol, on, a més pot veure's agreujat si aquest mussol rep l'impacte d'una pilota o un colze.