



ACADEMY 21. 07. 2016

## Vlčí zrno

**Oční víčko (odborně palpebra) je párový kožní výběžek kryjící oční kouli. Oční víčko má schopnost se pohybovat samovolně bez vůle člověka, ale také s...**

Vlčí zrno je zánětlivé onemocnění očního víčka. Označení "vlčí zrno" je veřejně užívaný název, odborně jde ale o chalazion neboli lipogranuloma meibomovy žlázy očního víčka. Nejčastěji se tento zánět vyskytuje na horním očním víčku. Vlčí zrno má podobu zarudlé bulky malých rozměrů v oblasti očního víčka. Mnoho lidí si plete ječné a vlčí zrno. Ječné zrno (hordeolum) je infekční zánět mazové žlázy v oblasti očních řas a od vlčího zrna se tedy liší původem, vzhledem i průběhem. Vlčí zrno může postihnout jak děti, tak dospělé, přibližně stejně často ženy i muže.

## Oční víčko

Oční víčko (odborně palpebra) je párový kožní výběžek kryjící oční kouli. **Oční víčko** má schopnost se pohybovat samovolně bez vůle člověka, ale také s jeho vědomím. Funkcí očních víček je **ochrana očí**, mají také čistící schopnost a regulují množství světla dopadajícího na sítnici.

Oční víčka se dělí na horní a dolní a při zavření se obě stýkají přibližně v polovině oční koule. Obě víčka plynule přecházejí jedno ve druhé v místech, které se nazývají vnitřní a zevní koutek. Vnitřní koutek obsahuje důležitou strukturu a tou je **slzný kanálek**, kterým odtéká přebytek slz do nosní dutiny.

Přední část víčka je pokryta velmi tenkou vrstvou kůže. Tato kůže je velmi citlivá. Pod kůží je tenká

vrstva svalu, který je uspořádaný kruhově a nazývá se svěrač očních víček. Vnitřní strana očních víček (plocha dotýkající se oční koule) je pokryta **spojivkou**. Celé víčko je pak zpevněno tzv. **tarzální ploténkou**, která produkuje maz. Maz je součástí tzv. slzného filmu. Obě víčka jsou v oblasti volných okrajů zakončena řasami, které mají také ochrannou funkci.

## Meibomovy žlázy

Meibomovy žlázy, latinsky glandulae tarsals, jsou **holokrinní mazové žlázy** uloženy v očním víčku v tarzální ploténce pod spojivkou. Produktem meibomových žlázek je **maz**, který promašťuje okraj víček. V očních víčkách se jich vyskytuje několik desítek, početnější jsou pak v horním víčku. Jejich zánětem, jak už bylo několikrát zmíněno, vzniká **chalazion** (vlčí zrno).

## Vlčí zrno - příčiny vzniku

Vlčí zrno je **cysta v oblasti očního víčka**, která vzniká ucpáním meibomovy žlázy a následnou zánětlivou reakcí. Zánět se vyskytuje nejčastěji v oblasti horního víčka. Na rozdíl od ječného zrna se vlčí zrno projevuje nejčastěji jako **nebolestivý subkutní uzlík**, který se může ale nemusí sekundárně zanítit. Drobný uzlík, vlčí zrno, se vyskytuje uvnitř očního víčka (ječné zrno na okraji očních řas).

Nejčastěji dojde k **ucpání meibomovy žlázy buněčným odpadem**. Sekundárně pak pronikají bakterie a vzniká zánět. Opakované vlčí zrno se může objevit u osob se sníženou imunitou nebo u osob se špatnou osobní hygienou (dotýkání se očí špinavými rukama, nemytí obličeje a očí, na kterých se hromadí ospalky a bakterie). Nedostatek vitamínů (C, E nebo B) či nedostatečná výživa jedince může také stát za vznikem vlčího zrna. **Příčiny vzniku** jsou prakticky totožné se vznikem ječného zrna.

## Vlčí zrno, jeho příznaky a průběh

Průběh vlčího zrna typicky začíná jako **tuhý ohraničený otok víčka**. Víčko může být citlivé na pohmat. Pacient může pociťovat těžkost víček, zvýšenou únavu očí, podráždění, zvýšenou citlivost k světlu a slzení. Pokud se v ucpané žláze množí bakterie, může dojít k zánětu. Celé víčko může začít být **velmi bolestivé a mírně oteklé**.

Zánět se postupně začíná ohraničovat a bolest, otok a zarudnutí se koncentruje do jednoho místa. Vzniká **zarudlá bulka naplněná hnisem**. Boule bývá většinou tužší a bolestivá na pohmat. Možný je ale také **otok celého víčka**, boule pak v celkovém otoku zanikne a je patrná až při bližším vyšetření oka. Přítomnost hnisu a otok může způsobovat zastření zraku. Celý průběh vlčího zrna trvá nejčastěji **několik týdnů**, maximálně pak měsíc nebo dva.

Velmi často hnisající váček samovolně praskne a jeho obsah se uvolní. Jako každé onemocnění ale také **vlčí zrno** může mít průběh komplikovaný. V některých případech je obsah vlčího zrna příliš hustý a zrno se samovolně nevyprázdní. V tomto případě pak otok víčka jedince velmi obtěžuje jak bolestí a tlakem, tak esteticky. Zrno je pak nutné **drénovat drobným chirurgickým zákrokem**. Další komplikací je také otok celého víčka, které nelze otevřít a brání tak zraku jedince.

Vlčí zrno může v některých případech také **vyvolávat bolest celé hlavy**. Jelikož je vlčí zrno zánět, může se objevit zvýšená teplota až horečka, nevolnost a zvracení. Vlčí zrno se vyskytuje ve dvou formách. **Akutní forma** je náhlá forma, kdy víčko rychle zduří na pohmat. Během několika dní se obsah váčku uvolní a vlčí zrno se vyhojí. **Chronická forma** zrna vzniká přechodem akutní formy zrna do chronické, kdy se zrno zcela nevyhojí a komplikuje tak celý průběh. Víčko zůstává oteklé,

nejčastěji je zrno ohraničené a zatvrdlé.

Jako prakticky každé onemocnění take vlčí zrno **může mít komplikovaný průběh**. Vlčí zrno větších rozměrů může tlačit na rohovku, což je přední část oka velmi důležitá při vedení světla na sítnici. Pokud je rohovka utlačená, mění svůj tvar a tím lámě paprsky světla jiným směrem a může tak vznikat refrakterní vada, tzv. **astigmatismus**. Dotyčná osoba pak vidí rozmazaně a není schopna zaostřit na dálku ani na blízko bez brýlí. Osoby, které v minulosti proděly laserovou korekci zraku (LASIK) mají **rohovku** velmi náchylnou k tlakovým změnám, jelikož laserová operace obrousila přední část rohovky a tím je zmenšená její tloušťka. V takovém případě může astigmatismus způsobit i velmi malé vlčí zrno.

K dalším komplikacím patří hypopigmentace očního víčka (především po užívání kortikosteroidních mastí), **opakované vlčí zrno** ve stejném místě. Opakované vlčí zrno může být také příznakem vážnějšího onemocnění jako je karcinom vycházející z meibomových žlázek. Tento **zhoubný nádor je ale velmi vzácný**. Další komplikací může být jizvení při nestandardním hojení nebo poškození funkce víčka při rozsáhlejším zánětu.

## Vlčí zrno a jeho diagnostika

Diagnostika vlčího zrna je většinou velmi jednoduchá. Zkušený **oční lékař nebo někdy i praktický lékař** vlčí zrno odhalí již podle popsaných příznaků a průběhu, někdy je potřeba oko blíže vyšetřit. Některá vážnější onemocnění mohou vlčí zrno imitovat, proto je návštěva očního lékaře vždy žádoucí. Jde o zánětlivé onemocnění, které **není dobré podceňovat**, může mít totiž také systemické příznaky jako je zvýšená teplota nebo horečka.

Oční lékař obě oči důkladně vyšetří. Vyšetření začne jednoduše pohledem, pak následuje **pohmat a vyšetření víčka**. Pomocí vatové tyčinky si lékař může také otočit víčko tak, aby viděl jeho vnitřní stranu. Někdy zrno není zcela znatelné z vnější strany víčka, ale po jeho otočení se jasně formuje a někdy lze vidět nažloutlý váček s hnisem nebo červenou bulku. Další vyšetřovací metody k diagnostice ječného zrna nejsou potřeba.

## Vlčí zrno - léčba

Ve většině případů se vlčí zrno spontánně vyhojí během několika týdnů, maximálně měsíců. Jako jednoduchý způsob léčby slouží tzv. **teplé tlakové obklady**, kdy se na postižené oční víčko aplikuje teplý vlhký obklad (většinou stačí ručník namočený v teplé vodě, existují také speciální oční podušky, které se jednoduše nahřejí v mikrovlnce nebo teplé vodě či páře). Doporučuje se obklad **aplikovat 15 minut čtyřikrát denně**. Teplé prostřední změkčí olejnatý tuhý obsah žlázy a usnadní tím její vyprázdnění.

Vhodný k teplým obkladům je **heřmánek**, který je velmi protizánětlivý. Někteří odborníci také doporučují **obklady černého čaje**, kdy jednoduše uvaríte černý čaj, který můžete jakkoliv spotřebovat, a použitý pytlík, který je stále vlhký a teplý, položíte na postižené víčko a necháte působit několik minut.

Pokud je zrno infikované, oční víčko je **zarudlé a bolestivé**, je možné uklidnit počáteční akutní zánět **předepsanou antibiotickou mastí** (chloramfenikol nebo erytromycin). Vlčí zrna, která nemizí několik měsíců je možné lokálně léčit kortikosteroidní injekcí nebo mastí. Pokud je vlčí zrno větších rozměrů, působí komplikace jako je snížení zraku a útlak dalších struktur, a obklady či masti na něj neúčinkují, je nutné přistoupit k **operativnímu odstranění**.

Většinou jde o poměrně **jednoduchý zákrok**, kdy se oblast očního víčka znecitliví mastí nebo opichem anestetikem. V oblasti očního víčka (vnější nebo vnitřní strana) se vytvoří **drobný řez** a obsah se drénuje. Většinou se doporučuje vést řez v oblasti vnitřní strany víčka. Stana je chráněná a není viditelná v případě vzniku jizev. Některé vlčí zrna jsou ale lokalizované při povrchu očního víčka a tudíž je lepší řez provést na vnější straně, aby nedošlo k poškození funkce víčka. Kůže víčka je velmi jemná a většinou se rychle bez viditelnějších jizev vyhojí.

## Vlčí zrno a prevence

Ne vždy je příčina vzniku zcela jasná, proto je u některých osob **prevence poměrně složitá**. Někteří lidé se s tímto onemocněním setkají během života několikrát, jiným se naopak **vlčí zrno** úplně vyhne. Pokud se zrno objevuje častěji, je potřeba snížit rizikové faktory, což znamená, že se doporučuje věnovat oběma očím zvýšenou pozornost.

Začít by se mělo **důkladnou hygienou**. Ráno po probuzení je vhodné si pořádně umýt ruce mýdlem a teplou vodou a po té důkladně opláchnout celý obličej a oblast očí. Takováto očista by měla proběhnout alespoň dvakrát denně. Možné je použít vatovou tyčinku namočenou v borové vodě a okolí víček a řas očistit. Doporučuje se také omývat oči zředěným dětským šampónem.

Tzv. **teplé tlakové obklady** (ručník namočený do teplé vody) jsou také velmi vhodné k prevenci zánětu víček a vlčího zrna. Uvolní se tak obsah žlázek a víčka se prokrví. V případě osob trpících tzv. syndromem suchého oka (neustálé řezání očí, slzení, pálení, pocity písku v oku) je narušena přirozená rovnováha tvorby slz a ochranné vrstvy oka, **vlčí zrno** má pak tendenci se opakovat, tuž jsou tyto teplé obklady společně s náhradou slz velmi žádoucí.

U osob, které pravidelně používají **kontaktní čočky**, se doporučuje jejich užívání přerušit či alespoň snížit. Je důležité čočky pravidelně měnit za nové dle návodu k jednotlivým typům a udržovat je v čistotě. Existují také **speciální pleťové vody**, které jsou vyrobeny k používání v oblasti očí a víček (světlíková voda) nebo také čistící vlhčené podušky k hygieně očí.