



Kaj je tujek v očesu?

Tujek v očesu je pogost pojav pri otrocih, saj se med igro na igrišču ali v naravi lahko v oko ujamejo prah, pesek, trepalnice ali majhni delci rastlin. V večini primerov gre za lažje poškodbe, ki jih lahko ob pravilnem ravnanju hitro in učinkovito rešimo. Pomembno je, da prepoznamo znake in ustrezno ukrepamo, da se preprečijo morebitni zapleti.

Kako ga prepoznamo?

- Oko je pordelo,
- povečano je solzenje očesa,
- otrok pogosto mežika ali si menca oko,
- otrok ima občutek "peska" v očesu ali se pritožuje nad bolečino,
- oteženo je odpiranje očesa ali je prisotna občutljivost na svetlobo,
- v hujših primerih je zmanjšana ostrina vida.

Kako ob sumu na tujek v očesu postopamo doma?

- **Otroka umirite.** Naj pogleda navzgor, medtem pa mu previdno povlecite spodnjo veko navzdol.
- **Pregled očesa.** Če tujek vidite, ga lahko poskušate odstraniti s čistim robčkom (robom ali "svaljkom" robčka) ali s konico vlažne gaze (nikoli s prstom ali ostrimi predmeti!). Otrok naj gleda stran od robčka.
- **Izpiranje očesa.** Nežno splaknite oko s sterilno fiziološko raztopino ali prekuhano vodo, medtem ko otrok gleda v različne smeri.
- **Ne drgnite očesa.** To lahko poškoduje roženico ali potisne tujek globlje.
- Otroku po odstranitvi tujka omogočite počitek in **spremljajte** stanje očesa še naslednjih 24 ur.

Kdaj k zdravniku?

- Če tujka ne morete odstraniti ali ga ne vidite,
- če oko ostane rdeče, boleče ali se močno solzi več kot nekaj ur po izpiranju,
- če otrok navaja motnjo vida,
- če sumite, da je v oko zašel oster predmet (npr. kovinski delci),
- če gre za **kemično poškodbo (npr. s čistili), takoj začnite obilno izpirati oko s fiziološko raztopino ali s čisto vodo 15–30 min in takoj zatem poiščite zdravniško pomoč.**



Gradivo je informativne narave in kot tako namenjeno izključno splošnemu informiranju. Gradivo ne more nadomestiti pregleda pri zdravniku. Opisane informacije so splošne narave in morda niso primerne za vsak posamezen primer. V primeru nejasnosti ali vprašanj se posvetujte s svojim zdravnikom, v primeru nujnih stanj vedno pokličite 112. Gradivo temelji na smernicah, veljavnih v maju 2026. Pregledali so ga pediatri in zdravniki, ki obravnavajo otroke in mladostnike. Avtorji gradiva ne zagotavljajo, da so informacije vedno popolne, popolnoma posodobljene ali primerne za vsak klinični primer. Prav tako ne prevzemajo odgovornosti za kakršnekoli posledice, ki bi lahko nastale zaradi uporabe navedenih informacij. Uporaba gradiva je na lastno odgovornost.