



HIGIENE PARA LOS PÁRPADOS

Las siguientes instrucciones son para el tratamiento de la inflamación de los párpados y necesitará las siguientes cosas.

1. Paño Limpio
2. Shampoo de bebe
3. Ocusoft
4. Gotas Artificiales Lubricantes _____

Como hacer los paños tibios.

1. Lávese bien las manos
2. Enjuague el paño limpio con agua tibia.
3. Siere los ojos y coloque el paño en los párpados por algunos minutos, siga calentando el paño como sea necesario.
4. Repita este proceso varias veces por 5 a 10 minutos.

Como limpiar los párpados.

1. Ahora que los párpados están canlientes por hacer los paños tibios.
2. Envuelva su dedo con el paño tibio y comience a masajear los párpados de arriba hacia abajo para el párpado de arriba y de abajo hacia arriba para el párpado inferior, para sacar los aceites de las glándulas.
3. Ya que aiga limpiado las glándulas, combine un poco de shampoo de bebe en agua tibia.
4. Usando un paño limpio, sumerja el pano en la solución de shampoo y agua y talle el paño a la base de las pestañas para remover los aceites expresados. Tenga cuidado de que no le entre jabon a los ojos y que se irrite muchos los párpados.
5. Enjuage las pestañas con agua limpia.
6. Sequese la cara un un paño limpio.
7. Agregue una gotita lubricante a los ojos para refrescarlos.
8. Repita este proceso como fue recomendado.

Empiece por hacer los paños tibios y limpieza de párpados _____ vez al día por _____ día (s),

despues, _____ vez al dia por _____ dia (s).

despues como sea necesario.