

MT: Guzki na powiece: jęczmień i gradówka – czym się różnią?

MD: Jęczmień i gradówka to zmiany lokalizujące się na powiekach. Sprawdź, skąd się biorą i jak je odróżnić. Poznaj metody leczenia tych uciążliwych guzków.

Gradówka a jęczmień – jak je odróżnić?

Zmiany na powiece mogą powodować duży dyskomfort i niepokój. Pacjenci zgłaszają się do okulisty najczęściej z problemem jęczmienia lub gradówki. Choć te dwa schorzenia bywają ze sobą mylone, w rzeczywistości różnią się od siebie, m.in. przyczyną, przebiegiem i metodą leczenia. W tym artykule wyjaśniamy, czym jest jęczmień i gradówka, jak je odróżnić i kiedy warto zgłosić się do okulisty.

Jęczmień i gradówka – czym są i gdzie się pojawiają?

Jęczmień to ostra infekcja bakteryjna gruczołów, znajdujących się na brzegach powiek. Powstaje, gdy dochodzi do zablokowania ujść gruczołów łojowych lub potowych – wtedy namnażają się bakterie, najczęściej gronkowce. Wyróżniamy dwa rodzaje:

- jęczmień zewnętrzny, który zajmuje gruczoł potowy, łojowy lub mieszek włosowy rzęsy,
- jęczmień wewnętrzny, który dotyczy gruczołu Meiboma i rozwija się po wewnętrznej stronie powieki.

Gradówka to przewlekły stan zapalny spowodowany zablokowaniem ujścia gruczołu tarczowego – Meiboma. Nie ma charakteru ostrej infekcji, dlatego zwykle nie powoduje bólu. Przyjmuje ona postać niebolesnego guzka powieki, który utrzymuje się przez wiele tygodni. Zmiana może być twarda, a w zaawansowanych przypadkach wymaga usunięcia chirurgicznego.

[Jęczmień na oku](#) pojawia się zwykle na brzegu powieki i bywa bolesny. Gradówka na oku to zazwyczaj guzek na powiece – głębiej położony i mniej uciążliwy. Obie zmiany mogą występować zarówno u dorosłych, jak i u dzieci.

Objawy, które mogą świadczyć o rozwijającej się infekcji, to:

- ból powieki, obrzęk, zaczerwienienie,
- uczucie ciała obcego w zainfekowanym oku,
- widoczna wydzielina ropna (jęczmień),
- guzek, który nie znika samoistnie (gradówka).

Jęczmień i gradówka – przyczyny i czynniki ryzyka

W obu przypadkach kluczową rolę w powstawaniu zmiany odgrywa zablokowanie ujść gruczołów – łojowych lub potowych. W przypadku jęczmienia mamy do czynienia z ostrą

infekcją bakteryjną. Z kolei gradówka powstaje, gdy zalegająca wydzielina łojowa nie ma ujścia i prowadzi do rozwoju przewlekłego zapalenia.

Czynniki ryzyka:

- niedokładny demakijaż,
- noszenie soczewek kontaktowych,
- obniżona odporność,
- trądzik różowaty,
- przewlekłe [zapalenie brzegów powiek](#),
- częste dotykanie oczu,
- niewłaściwa higiena.
- cukrzyca

Brak leczenia może prowadzić do powikłań – np. nawracających infekcji czy przetok. Dlatego nie wolno lekceważyć stanów zapalnych na powiekach.

Jęczmień czy gradówka – czym się różnią?

Najważniejszą różnicą między [gradówka a jęczmieniem](#) jest źródło tych dolegliwości oraz tempo rozwoju. Jęczmień to ostra, bolesna zmiana o charakterze bakteryjnym. Zajęte są mieszki rzęsowe lub gruczoł Meiboma, a objawy pojawiają się nagle. Gradówka objawia się jako guzek, który rozwija się wolniej i zazwyczaj nie powoduje bólu ani żadnych dodatkowych dolegliwości.

Objawy jęczmienia:

- zaczerwienienie,
- bolesny [obrząk powiek](#),
- nadwrażliwość na światło oraz uczucie ciała obcego,
- ropna wydzielina w oku,
- może pojawić się zgrubienie z żółtym lub różowym czubkiem.

Gradówka to przewlekły stan – przyjmuje postać niebolesnego guzka powieki. Jeśli jest duża, może powodować ucisk i zaburzenia widzenia.

Kiedy podejrzewać gradówkę? Gdy guzek na powiece utrzymuje się powyżej 2 tygodni i nie ustępuje samoistnie, a nie towarzyszy mu ból – najprawdopodobniej to gradówka.

Leczenie jęczmienia i gradówki

W większości przypadków jęczmień ustępuje w ciągu 5-10 dni. Zazwyczaj potrzebne jest jednak wdrożenie odpowiedniego leczenia antybakteryjnego. Stosuje się:

- maści i krople z antybiotykiem,
- ciepłe kompresy (kilka razy dziennie)
- unikanie wyciskania i dotykania zmiany.

Leczenie gradówki wymaga większej cierpliwości. Czasem pomaga masaż powiek i ciepłe okłady. Jeśli jednak guzek nie wchłania się samoczynnie, lekarz może zalecić:

- leczenie farmakologiczne (krople, maści z kortykosteroidami),
- usunięcie gradówki metodą chirurgiczną lub laserową.

Do okulisty należy zgłosić się, gdy objawy nie ustępują po kilku dniach lub zmiana się powiększa. Konsultacja jest konieczna, jeśli pojawia się ból, pogorszenie widzenia lub podejrzenie powikłania jęczmienia.

Czy domowe sposoby działają na jęczmień i gradówkę?

Najpowszechniejszym sposobem domowego leczenia tego typu zmian na powiekach jest stosowanie ciepłych okładów – najlepiej za pomocą czystej gazy zwilżonej w letniej wodzie. Można też delikatnie masować powiekę, aby udrożnić ujścia gruczołów. Pamiętaj, aby robić to czystymi rękami! Czasem stosuje się napary z rumianku lub świetlika. Należy jednak zachować ostrożność – nie każda domowa metoda jest bezpieczna.

Czego unikać?

- wyciskania zmian towarzyszących jęczmieniowi i gradówce,
- dotykania oka brudnymi rękami,
- makijażu, który może zablokować ujścia gruczołów,
- noszenia soczewek kontaktowych w czasie infekcji.

Gradówkę można leczyć samodzielnie tylko w początkowej fazie. Gdy przyjmuje postać przewlekłą, leczenie domowe nie wystarcza.

FAQ – najczęściej zadawane pytania

Jak długo utrzymuje się gradówka?

Gradówka może zniknąć po kilku dniach, ale bardzo często utrzymuje się przez kilka tygodni, a nawet miesięcy. Jeśli nie znika po zastosowaniu domowych metod, warto zgłosić się do [doświadczonego specjalisty](#).

Czy gradówka na oku jest groźna?

Gradówka nie jest groźna, ale może powodować ucisk, uczucie ciała obcego w oku i pogorszenie ostrości wzroku. W niektórych przypadkach wymaga usunięcia.

Czy jęczmień jest zaraźliwy?

Jęczmień to efekt zakażenia bakteryjnego – głównie gronkowcem złocistym. Można przenieść bakterie na drugie oko lub na inną osobę, dlatego ważne jest zachowanie higieny i udanie się do specjalisty, gdy podejrzewamy, że w naszym oku rozwija się jęczmień.

Czy można nosić soczewki kontaktowe przy jęczmieniu lub gradówce?

Gdy na powiece pojawiają się podejrzone zmiany, najlepiej zrezygnować z noszenia soczewek kontaktowych. Zwiększa to ryzyko infekcji i może pogorszyć stan oka. W czasie leczenia najlepiej zrezygnować z ich używania.

Jak zapobiec pojawianiu się gradówki i jęczmienia?

Dbaj o higienę powiek, wykonuj dokładny demakijaż i wymieniaj kosmetyki na nowe. W przypadku nawrotów warto wybrać się do [kliniki okulistycznej](#), aby zbadać przyczynę.

Źródła:

1. American Academy of Ophthalmology. (n.d.). What are chalazia & styes? <https://www.aao.org/eye-health/diseases/what-are-chalazia-styes>
2. Anand, P., & Ashraf, D. C. (2023). Chalazion. In StatPearls. StatPearls Publishing. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK499889/>
3. Ting, D. S. W., & Gupta, N. (2023). Chalazion treatment: A concise review of clinical trials. PubMed. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/37937798/>
4. University of California, San Francisco. (2022). Efficacy of care and antibiotic use for chalazia and hordeola. eScholarship. <https://escholarship.org/uc/item/3rv1x3jd>