INFORMATION PATIENT · OREILLE, NEZ, GORGE ET ŒIL

Conjonctivite virale (œil rouge)

EM Orbit

Vous êtes venu(e) aux urgences à cause d'un œil rouge et douloureux. Le médecin a trouvé qu'il s'agit très probablement d'une conjonctivite virale, une infection de la fine couche transparente qui recouvre l'œil. Elle guérit en général toute seule. Cette fiche explique comment soigner votre œil et éviter de la transmettre.

De quoi s'agit-il ?

La conjonctivite virale est causée par un virus, souvent le même que celui des rhumes. L'œil devient rouge, larmoyant et irrité comme s'il y avait du sable, et les paupières peuvent être gonflées ou collées le matin. Elle commence souvent dans un œil et passe à l'autre. Elle disparaît en général en 1 à 3 semaines. Les antibiotiques n'aident pas contre un virus.

Prendre soin de soi à la maison

- Lavez-vous souvent les mains, surtout après avoir touché vos yeux. Essayez de ne pas les frotter.
- Nettoyez doucement les paupières avec de l'eau bouillie refroidie et des cotons propres, un coton pour chaque passage.
- Un linge frais et humide posé sur les yeux fermés peut soulager l'inconfort.
- Utilisez votre propre serviette et votre propre taie d'oreiller, et ne partagez ni le maquillage des yeux ni les gouttes.
- Ne portez pas de lentilles de contact tant que vos yeux ne sont pas complètement guéris, et encore un jour après.
- Elle se transmet facilement. Si vous le pouvez, restez à l'écart du travail ou de l'école tant que vos yeux larmoient beaucoup.

Médicaments

- Les gouttes lubrifiantes vendues en pharmacie peuvent soulager la sensation de sable. Suivez la notice de la boîte ou les indications de votre médecin.
- Contre l'inconfort, vous pouvez prendre du paracétamol, sauf si votre médecin vous a dit de ne pas en prendre. Suivez la notice de la boîte.

Suivi

- Consultez votre médecin de famille ou votre centre de santé si votre œil ne s'améliore pas après 1 semaine.
- Consultez plus tôt si l'écoulement devient épais et jaune ou vert.

Revenez aux urgences ou appelez une ambulance immédiatement si :

- **Vue floue ou perte de la vue qui ne disparaît pas quand vous clignez des yeux**
- **Douleur intense à l'œil, ou douleur qui ne cesse de s'aggraver**
- **Forte douleur quand vous regardez la lumière**
- **Rougeur et gonflement qui s'étendent autour de l'œil, avec de la fièvre**
- **La rougeur fait suite à une blessure, ou à un produit chimique ou un objet dans l'œil**
- **Vous portez des lentilles de contact et l'œil devient douloureux**

Scannez pour lire cette fiche sur votre téléphone

Ce document est une information générale qui complète les conseils que votre médecin ou votre infirmier vous a donnés aujourd'hui. Il ne les remplace pas. En cas d'inquiétude, consultez un médecin. Traduit de l'original anglais ; la version anglaise fait foi.