

# HYGIÈNE DES PAUPIÈRES

## ÉTAPE 1 | CHAUFFER

Chauffer les paupières en utilisant un **dispositif chauffant** tel que **Blepha Eyebag®** ou **Blephasteam®** (dispositifs médicaux de classe I et IIa) pendant **5 à 10 minutes** sur les **paupières fermées**.



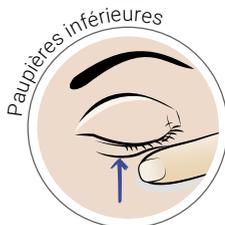
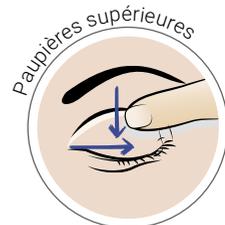
### POURQUOI CHAUFFER LES PAUPIÈRES ?

La chaleur permet de fluidifier le bouchon lipidique contenu dans les glandes de Meibomius situées dans les paupières.

## ÉTAPE 2 | MASSER

Masser doucement chaque paupière **pendant 10 secondes**.

- Pour les paupières supérieures : de l'intérieur vers l'extérieur puis du haut vers le bas.
- Pour les paupières inférieures : de bas en haut



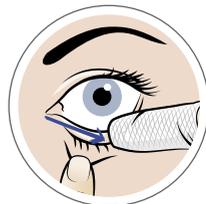
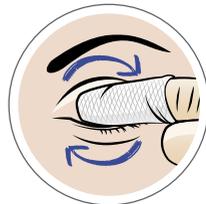
### POURQUOI MASSER LES PAUPIÈRES ?

Pour expulser le bouchon lipidique devenu liquide et ainsi vider les glandes de Meibomius situées dans les paupières.

## ÉTAPE 3 | NETTOYER

L'oeil fermé, appliquer délicatement une lingette **Blephaclean®** ou une compresse imbibée avec **Blephagel®** ou **Blephasol®** sur les paupières et la base des cils.

Ouvrir doucement la paupière en tirant légèrement sur les cils et frotter délicatement le bord des paupières.



### POURQUOI UTILISER UN PRODUIT SPÉCIFIQUE ?

La peau des paupières est allégée et extrêmement fine (3 à 5 fois plus mince que la peau du visage) ce qui la rend fragile et sensible.