



magazín pro zdravý životní styl, www.vimcojim.cz



[O zdraví](#) 15. 4. 2020 | Mgr. Eva Kloučková

Nosíte brýle nebo kontaktní čočky? Pozor na přenos infekce

URL článku: [magazin/clanky/o-zdravi/Nosite-bryle-nebo-kontaktni-cocky-Pozor-na-prenos-infekce__s10012x19671.html](https://magazin.clanky/o-zdravi/Nosite-bryle-nebo-kontaktni-cocky-Pozor-na-prenos-infekce__s10012x19671.html)

Brýle v České republice nosí přibližně 6 milionů lidí, kontaktní čočky pak dalších 150 tisíc. Brýle mohou sloužit jako jedna z ochran našich sliznic před viry. Je ale nutné se o ně i o kontaktní čočky řádně starat. Pokud jste se totiž dotkli povrchu kontaminovaného viry, může neopatrným dotykem i promnutím očí dojít k přenosu infekce.



COVID-19 se šíří kontaktem

„Kontaktní přenos je v tomto období pandemie ten nejčastější. Sáheme na infikovaný povrch – např. kliku dveří, zboží v obchodě... a něco nás zašimrá v oku, tak máme tendenci si do něj sáhnout,“ vysvětluje doc. MUDr. Zuzana Hlinomazová, Ph.D.

- Dotýkání se očí, stejně jako nosu či úst, je lepší si nyní odpustit. Pomoci v tom může používání rukavic.
- Co ale dělat v případě, že si do očí občas sahat potřebujeme – například při aplikaci kontaktních čoček?

Zatím neexistují žádná data, která by prokazovala větší náchylnost k nákaze koronavirem u lidí, kteří nosí kontaktní čočky. Pokud jste ale dosud nedodržovali přísná hygienická pravidla, nyní je nejvyšší čas s tím začít. To potvrzuje i primářka ostravské oční kliniky Lexum, MUDr. Urania Tavandzi:

„Pokud nutně potřebujete nosit kontaktní čočky, je velmi důležitá pečlivá hygiena rukou. Po umytí rukou mýdlem si je ještě po otevření pouzdra s kontaktními čočkami vydesinfikujte a poté si čočky nasadte. Podobné to je i se sundáváním – po velmi pečlivém umytí rukou mýdlem si čočky sundejte, jednodenní vyhodte. Pokud používáte vícedenní, pečlivě dbejte na mechanickou očistu čoček opět čistými prsty. Umístěte je do roztoku, který je pro to určený a nemá prošlou expiraci. Každý den nalijte do pouzdra nový roztok a nezapomínejte také na jeho očistu zvenku.“

Zánět spojivek - příznakem koronaviru?

Zánět spojivek může být jedním z příznaků koronavirového onemocnění. Zánět spojivek je poměrně běžným onemocněním oka, které se projevuje zčervenáním, slzením nebo pocitem řezání a pálení. Pokud se vás toto onemocnění aktuálně týká, kontaktujte oční ambulanci telefonicky a domluvte se s lékařem na dalším postupu. Myslete na to, že vaše slzy jsou velmi infekční.

Brýle jsou štít

Nosíte-li brýle, pak jste proti nákaze o trochu lépe „vybaveni“ než lidé s kontaktními čočkami. Jako bariéra chrání oči před koronavirem dobře poslouží nejen dioptrické, ale i brýle sluneční či čiré – nedioptické. Proč to tak je vysvětluje paní docentka Hlinomazová:

„Víme, že virus ve vzduchu vydrží až 4 hodiny, na površích až 72 hodin. Proto, když projdeme infikovaným prostředím (jakým je např. metro, obchod se spoustou lidí apod.) bez ochrany očí, může se virus zachytit na oční spojivce a cestou přes oplachovací schopnost slzného filmu se přes slzné kanálky dostat do nosu, nosohltanu a následně až do plic. Brýle takovému přenosu zabrání. S brýlemi si

zároveň daleko méně často saháme do očí.“

K odstranění očních vad a zkvalitnění zraku lze dnes využít také širokou škálu chirurgických postupů. Více informací o nich najdete na www.ocividnejinapece.cz

Představení pracoviště doc. MUDr. Zuzana Hlinomazová, Ph.D. a MUDr. Urania Tavandzi:

Síť očních klinik LEXUM poskytuje díky specializovaným lékařským týmům a nejmodernějšímu přístrojovému vybavení komplexní špičkovou péči ve všech oblastech očního lékařství. Výjimečné postavení LEXUM v rámci České republiky tvoří nejen více než 25letá historie, přes 500.000 provedených úspěšných zákroků a špičkový tým lékařů, optometristů a zdravotních sester, ale především nadstandardní a individuální přístup ke každému pacientovi.

Copyright © 2024

Vím, co jím a piju, o.p.s., www.vimcojim.cz