



magazín pro zdravý životní styl, www.vimcojim.cz



[O zdraví](#) 19. 6. 2023 | Kateřina Kučerová

Kdy může odstranění dioptrií zachránit zdraví

URL článku: magazin/clanky/o-zdravi/Kdy-muze-odstraneni-dioptrii-zachranit-zdravi__s10012x20597.html

Kontaktní čočky jsou v posledních letech velmi oblíbenou alternativou brýlí. Pravdou ale je, že se jedná o cizí předmět, který pro oko není přirozený. Může ho proto dráždit, narušit jeho funkce a být příčinou nevratných změn. Naštěstí existuje další způsob, díky kterému je možné brýle odložit. Sám o sobě zabere přibližně 15 minut.



Nejčastější refrakční oční vady, tedy krátkozrakost, dalekozrakost a [astigmatismus](#), je možné jednoduše upravit pomocí brýlí. Co když je ale jejich nošení nevhodné, ať už kvůli sportovním aktivitám, náplni práce nebo proto, že se v nich necítíte dobře? Kontaktní čočky nemusí být vždy správnou odpovědí

na tuto otázku.

I oči musí dýchat

I když jsou v současné době k dispozici kontaktní čočky s vysokou propustností pro kyslík, stále platí, že jejich nošení snižuje citlivost rohovky a schopnost oka dýchat. To může vést například ke zmírnění bolestivosti, a tedy k přehlížení v případě drobného poškození, ke snížení frekvence mrkání a k poruchám slzného filmu. Proto je důležité poskytnout očím čas na regeneraci a **nenosit dlouhodobě kontaktní čočky po celý den 7 dní v týdnu.**

„Nedostatečný přísun kyslíku může vést mimo jiné ke množování cév a jejich postupnému prorůstání do rohovky. Postupně tak klesá snášenlivost čoček. Velkým rizikem jsou infekční záněty. Dle studií jsou infekční komplikace nošení kontaktních čoček častější než např. u laserových operací ke korekci dioptrií. Méně závažnější, ale zato častější zdravotní komplikací související s nošením kontaktních čoček, je [syndrom suchého oka](#),“ upozorňuje MUDr. Jakub Ventruba, Ph.D. z oční kliniky Lexum v Brně.

Dlouhodobé poškození

Nošení kontaktních čoček může způsobit závažné zdravotní komplikace. Důvodem nemusí být nekvalitní kontaktní čočka, ale **nesprávné zacházení nebo jejich výběr**.

„Na oční klinice se běžně setkáváme s lidmi, u kterých došlo z důvodu nošení kontaktních čoček k mechanickému poškození rohovky oka. Na vině může být nejen nevhodný výběr kontaktní čočky, ale také jejich neadekvátní nošení (režim nošení a starání se o ně samotné, chyby v manipulaci při nasazování a vyjmutí kontaktní čočky). Samostatnou kapitolou je pak vysoké riziko infekce rohovky a zánětu vyžadující dlouhodobou léčbu,“ shrnuje možná rizika MUDr. Magdalena Vokrojová, Ph.D., z pražské oční kliniky.

Nošení kontaktních čoček může být nevhodné i z jiných důvodů, například **kvůli prašnému pracovnímu prostředí**.

Jde to i jinak

Kontaktní čočky jsou skvělým pomocníkem v případě sportovních a dalších aktivit, kdy by mohlo být nošení brýlí nebezpečné nebo nepříjemné. **Je ale důležité znát i jejich omezení a včas přistoupit k dlouhodobému řešení refrakční oční vady.**



Moderní přístup nabízí jinou možnost, jak čočky i brýle odložit. Jedná se o **laserové operace očí**, které si poradí i se složitějšími refrakčními očními vadami.

Prvním krokem k samotné laserové operaci je výběr kliniky a následné podrobné vstupní vyšetření. Na to je vhodné vyhradit si přibližně 3 hodiny a počítat s tím, že kvůli rozkapání očí dojde k rozšíření zornic a několik hodin po vyšetření tak může být vidění rozmazané a oči citlivé na světlo.

Oblíbený seriál nikomu neuteče

Samotná **laserová operace očí trvá přibližně 15 minut**, na oční klinice ale strávíte přibližně 3 hodiny. Dobrou zprávou je, že zákrok je zcela bezbolestný díky znecitlivujícím očním kapkám.

„V průběhu zákroku odstraníme vadu z obou očí najednou a po 15 minutách naši klienti sami odchází do čekárny. Doporučujeme jim zajistit si doprovod domů a nezapomenout si sluneční brýle, protože bezprostředně po operaci klienti trpí světloplachostí,“ upozorňuje MUDr. Vokrojová.

Už večer v den operace je možné vyzkoušet změnu při sledování oblíbeného seriálu. Riziku infekce zabrání oční kapky s obsahem antibiotik, které je třeba kapat ještě týden po zákroku. Odborníci dále nedoporučují měsíc po odstranění refrakční vady návštěvu bazénu, sauny a dalších míst s vyšším rizikem infekce. Na dva až tři týdny je také vhodné odložit řasenku a oční stíny.

Jak poznat kvalitní oční kliniku?

Pokud uvažujete o laserové operaci očí, čeká vás možná nejtěžší úkol. Vybrat si oční kliniku. Rozhodnutí pro vás může být jednodušší s našimi tipy.

- Klinika by měla mít k dispozici různé druhy laserových metod (Femto LASIK, ReLEx Smile, PRK).
- Na klinice by mělo být podmínkou podrobné vstupní vyšetření, na základě kterého odborníci rozhodnout, zda je u vás laserová operace vůbec vhodná.
- V rámci vstupního vyšetření by s vámi měl lékař zkonzultovat otevřeně možnosti zákroků i rizika a případně doporučit jiný způsob řešení.
- Vyberte si kliniku, kde můžete využít možnost doživotní záruky, tedy bezplatné korekce v případě, že bude v budoucnu nutná.
- Přečtěte si recenze klientů, kteří mají s klinikou zkušenost.
- Věnujte čas webovým stránkám kliniky a ověřte si, že na ní pracují zkušení operatéři.
- Myslete na to, že cena není v tomto případě nejvhodnějším kritériem, podle kterého se rozhodovat.

Zdroj obrázků v textu: Shutterstock.com

Zdroj informací: Lijun Qian. Identified risk factors for dry eye syndrome: A systematic review and meta-analysis. Journal PLOS, 2022

odborníci z očních klinik Lexum

[laserová operace](#) [léčba nemocí očí](#) [oči](#) [onemocnění očí](#) [operace očí](#) [vyšetření očí](#) [zdraví očí](#)

Copyright © 2024

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