

HORDHATOM KONTAKTLENCSEMET AZ ALLERGIA- SZEZONBAN?



Az allergia és a kontaktlencsék

A Föld népességének körülbelül 15%-a szenved szezonális szemallergiáktól¹, amelynek gyakran ugyanazok a kiváltó okai, mint az egyéb beltéri/kültéri allergiáknak. Egyeseknél a szemallergia annyira kellemetlenné és irritálóvá válhat, hogy befolyásolja a munkahelyi teljesítményt, meggátolja a szabadidős és sport tevékenységeket, és lerövidíti a nyaralásokat. Az allergiában szenvedő



kontaktlencse viselőknél gyakran problémájuk adódik lencsék viselésével. Ha az allergia miatt nem tudják hordani a kontaktlencséjüket, ez hatással van arra, hogy miként érzik magukat, és befolyásolja a teljesítményüket a munkában, az iskolában és sportolás közben.²

Mi a szemallergia?

A szemallergia, az úgynevezett allergiás kötőhártyagyulladás, az immunrendszer szervezeti rendellenes-

AZ ALLERGIASZEZONBAN?

sége. Beltéri vagy kültéri allergén anyagok (például pollen, penész, poratka, vagy háziállat szőr) által kiváltott reakció, amelyek a szembe kerülnek, és a kötőhártya gyulladását okozzák. A kötőhártya

az a szövet, ami a szemhéj belsejét szegélyezi, és részben lefedi a szemgolyót. A kötőhártya ugyancsak segít nedvesen tartani a szemet. Az allergia növekvő világméretű problémát jelent az alábbiak miatt:

- Légtörli szennyezés: dohányzás, ózon csökkenés és NO₂
- Háztartási szennyezés
- Több háziállat
- Több beltéri cserepes növény

A szemallergia nem fertőző

Egyéb irritáns anyagok (például a pizok, a füst, a klór, stb.) és vírusok ill. baktériumok is kiválthatnak szemallergiát, vagy a szemallergiához hasonló irritációs tüneteket okozhatnak olyan embereknél, akik nem is allergiások. A szem könnyű célpont az allergének és az irritáns anyagok számára, mivel a bőrhöz hasonlóan ki van téve a környezeti hatásoknak és érzékeny.



HORDHATOM KONTAKTLENCSEMET

Bizonyos gyógyszerek és kozmetikai szerek szintén okozhatnak szemallergiát. Az allergénekre és irritáns anyagokra válaszul a szervezet hisztaminnak nevezett anyagot bocsájt ki, mely gyulladást okoz.

Az allergia egy jelentős és növekvő probléma

A szemallergia jelei

A szemallergia általános tünetei a gyulladás eredményei: vörös, viszkető, égő, könnyező és duzzadt szemek, daraszerű érzéssel együtt (mintha homok került volna a szembe). Ezekhez a tünetekhez társulhat folyó vagy



viszkető orr, tüsszögés, köhögés vagy fejfájás. Sokan azt is tapasztalják, hogy a látásuk ideiglenesen elhomályosodik. Az allergiás személyek gyakran érzik magukat zavartnak, kevésbé hatékonyak és fáradtnak.

A szem könnyű célpont az allergének és irritáns anyagok számára

Hogyan kezelhető a szemallergia?

A legjobb védekezés az allergiás kötőhártya-gyulladással szemben, ha először is kerüli az érintkezést azokkal az anyagokkal, melyek az allergiát aktiválják. Ha kapcsolatba került egy potenciális allergénnel, akkor óvatosan mossa meg szemeit, és használjon műkönnyet. Ha a megelőzés nem elegendő, akkor fontolja meg a recept nélküli vagy receptre kapható kezeléseket. A szemallergia tünetei teljes egészében megszűnhetnek, ha az allergén el lett távolítva, vagy az allergia megfelelően kezelve lett. Beszélje meg orvosával vagy gyógyszerészével, hogy mi a legjobb megoldás az Ön számára.

Tippek a szemallergia megelőzéséhez:

- Ne érintse meg és ne dörzsölje a szemeit
- Gyakran mosson kezet szappannal és vízzel
- Kerülje a smink viselését
- Forró vízben, mosóporral mossa ki az ágyneműket és a párnahuzatokat, hogy csökkentse az allergén anyagok mennyiségét

HORDHATOM KONTAKTLENCSEMET



- Ne ossza meg más-sal smink termékeit
- Soha ne használja valaki más kontaktlencséjét
- Hordjon napszem-üveget a szabadban

Allergiaszezonok

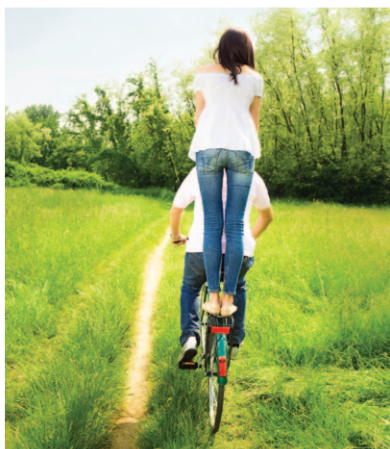
A szemallergia nem csak tavasszal és nyáron jelentkezik, hiszen az allergia szezon 8-10 hónapig is eltarthat egy évben. Sok páciensnél szinte az egész év folyamán jelentkezhetnek az allergiás kötőhártya-gyulladás tünetei.

A szemallergia és a kontaktlencsék

A szemallergia egyedi problémákat okozhat a kontaktlencse viselőknél. A tavasszal kezdődő csúc szezonban az emberek szeretik a kültéri tevékenységekhez, a sportoláshoz és a társasági eseményekhez kontaktlencséiket hordani. Az allergia szezonban sok olyan hűsleges

AZ ALLERGIASZEZONBAN?

kontaktlencse viselő van, akik a kényelmetlenség miatt inkább visszatérnek a szemüveghez. Sokan azonban olyan stratégiákat alkalmaznak, amelyek lehetővé teszik a napi lencseviselést kényelmesen és könnyedén. Az allergiások számára, akik azt gondolják, hogy nem tudják hordani a lencséjüket – az az igazság, hogy valójában tudják.



Sok kontaktlencsét viselő allergiás páciens kényelmetlenséget és különböző tüneteket tapasztal a kontaktlencséjével

Hasznos stratégiák kontaktlencse viselők számára

Az alábbiakban a kontaktlencse szakemberek és tapasztalt lencseviselők által ajánlott néhány stratégiáról olvashat:

- Használjon naponta eldobható lencsét



HORDHATOM KONTAKTLENCSEMET



- Korlátozza a viselési időt
- Állítsa be a saját allergia szezonos lencse viselési ütemtervét, azzal, hogy a lencséit csak alkalmanként hordja, például sportolás-kor, vagy baráti és családi eseményeken

- Ha napi viselésű, 2 vagy 4 hetes csereidejű kontaktlencsét használ, akkor beszéljen kontaktlencse szakemberével arról, hogy melyik lencseápolási megoldás a legjobb az Ön számára
- Használjon szemcseppet a szakember által előírt módon

Gondos odafigyeléssel a kontaktlencse viselők folytathatják lencséik viselését

Egyszer használatos lencsék: Az egészséges választás sok allergiás embernek

Az is kimutatásra került, hogy a naponta eldobható lencse általánosságban egészséges választás lehet a kontaktlencse viselők számára, és hatékony stra-

AZ ALLERGIASZEZONBAN?

tégiát jelent az allergiában szenvedők tüneteinek kezeléséhez.³ Az egynapos lencsék (napi eldobható lencsék, amelyek a nap végén kidobásra kerülnek) nem csak az irritáló allergének felületi lerakódását akadályozza meg, de ugyancsak kiküszöböli a lencsetisztító oldatokban lévő fertőtlenítőszernek és tartósítószernek való kitettséget is, amelyek maguk is allergiás reakciót válthatnak ki bizonyos viselőknél. Ezenkívül a napi eldobható lencsék kevesebb időt igényelnek és kényelmesebbek, mint a hosszabb hordási idejű lencsék, mivel nem kell minden nap tisztítani őket. A nap végén egyszerűen kidobhatja használt lencséit, és minden napot egy friss, új lencsepárral kezdhet.

A napi eldobható kontaktlencsék használata hatékony stratégiát jelent az allergia tüneteinek kezeléséhez

Egy három évig futó tanulmány⁴ a napi eldobható lencsék és a hagyományos nappali viseletű lencsék klinikai teljesítményét hasonlította össze.



HORDHATOM KONTAKTLENCSEMET



Az egyszer használatos lencsét viselők kevesebb tünetről (vörösség, homályos látás és daraszerrű érzés) számoltak be, miközben jobb látást és általános elégedettséget tapasztaltak. Ugyancsak kevesebb lencsefelületi lerakódás jelentkezett,

valamint kevesebb komplikáció és nem tervezett orvoslátogatás történt.

Válasszon az ACUVUE® által kínált különféle napi eldobható kontaktlencsék közül. Konzultáljon kontaktlencse szakemberével, hogy megtudja, melyik lencse felel meg legjobban igényeinek és életstílusának.

Ha szemallergiában szenved, az nem feltétlenül jelenti, hogy le kell mondania kontaktlencséiről. Kontaktlencse szakemberével megbeszélve megtalálhatja azt a lencsét és a megfelelő viselési fajtát, amely a legjobban illik Önhöz, és az allergia szezonban is élvezheti a kontaktlencse viselés előnyeit kompromisszumok nélkül.

Ossza meg a tudást!

Ha új dolgot tanult az itt olvasottakból, akkor valószínűleg annak valamelyik családtagja vagy barátja is hasznát láthatja, ezért ossza meg új ismereteit azokkal az emberekkel, akik fontosak Önnek.

Megéri!

Referenciák:

- 1 The Ocular Immunology and Uveitis Foundation, Ocular Allergy, Cambridge, 2009, <http://www.uveitis.org/medical/articles/case/Allergy.html>.
- 2 Mennyiségi felmérés 500 szemallergiában szenvedő felnőtt kontaktlencse viselő bevonásával, 2006. június 6–9. között, egy online fogyasztói fórum, a MarketTool's® ZoomPanel segítségével. A felmérés véletlenszerűen kiválasztott alanyokat céltzott meg, az eredmény az Amerikai Egyesült Államokra jellemző, 18 éves és idősebb alanyok, különböző nemek, különböző etnikai hovatartozás és földrajzi tagoltság esetén. A felmérést a Johnson & Johnson megbízásából készítették.
- 3 Hayes VY, Schnider CM & Veys J "An evaluation of daily disposable lenses in a population of allergy sufferers" Contact Lens & Anterior Eye 2003, 26: 85-93.
- 4 Solomon OD, Freeman MJ, et al. "A 3-year prospective study of the clinical performance of daily disposable contact lenses compared with frequent replacement and conventional daily wear contact lenses" CLAO J, 1996; 22:250-7.



ACUVUE®

BRAND CONTACT LENSES

SEE WHAT COULD BE™



Az ACUVUE® kontaktlencséről bővebb információkat talál
a www.acuvue-kontaktlencsek.hu weboldalon.

A kontaktlencsék orvosi eszközök a látás korrigálására. Szemvizsgálatra van szükség annak megállapításához, hogy a kontaktlencse megfelelő-e Önnek. Mindig konzultáljon szemészával, mielőtt kontaktlencsét kezd hordani, és forduljon hozzá a kontaktlencse viselésével kapcsolatos kérdéseivel és az esetleges negatív élményekkel. Kérjük figyelmesen olvassa el a használati útmutatót (kontaktlencse szakemberénél elérhető), és kövesse a szakember tanácsait.

Az EYE HEALTH ADVISOR™, az ACUVUE®, az ACUVUE® 2™, az ACUVUE® ADVANCE® with HYDRACLEAR®, az ACUVUE® OASYS® with HYDRACLEAR® Plus, az ACUVUE® OASYS® for ASTIGMATISM, a 1•DAYACUVUE® MOIST®, a 1•DAYACUVUE® TruEye™, az ACUVUE® 2 COLOURS™, és az ACUVUE® SEE WHAT COULD BE™ a Johnson & Johnson Vision Care, a Johnson & Johnson Kft. divíziójának védjegyei. © JJVC 2011