

A KONTAKTLENCSE MEGFELELŐ VÁLASZTÁS A GYERMEKEM SZÁMÁRA?



A gyerekek, a tizenévesek és a kontaktlencsék

A látáskorrekció igénye a Föld népességének több, mint a felét érinti, és ez a szükséglet már nagyon fiatal korban jelentkezhet. A szemüvegek és a kontaktlencsék egyaránt választási lehetőséget jelentenek a gyerekek, a tizenévesek és a felnőttek számára, akiknek látását korrigálni kell. Egy minden részletre kiterjedő szemvizsgálattal a szemész segíthet annak megállapításában, hogy melyik a legjobb választás, kortól függetlenül.

Ez az ismertető füzet betekintést ad a szemüveg alternatívájába, a kontaktlencse viselésbe, és áttekinti a viselés különböző lehetőségeit gyermeke számára.



Megválaszolásra kerülnek a gyermekkorban és kamaszkorban történő kontaktlencse viseléssel kapcsolatban gyakran feltett kérdések, és bemutatásra kerül a kontaktlencsék fiatal

VÁLASZTÁS A GYERMEKEM SZÁMÁRA?

páciensek általi biztonságos és kényelmes használata. Azonban ne feledje, hogy a saját és családtagjai látáskorrekciójával kapcsolatban hozott végső döntést mindig szemészével együtt kell meghoznia.

A gyerekek jó jelöltek a kontaktlencse viselésre?

A gyerekek kiváló jelöltek a kontaktlencse viselésre. Rendkívül aktívak, és a szemüveg számos tevékenységük során kényelmetlen lehet. Sok gyerek ideális jelölt a kontaktlencse viselésre, mivel motiváltak, és ezért odafigyelnek a kontaktlencse szakemberre. A legtöbb gyerek képes gondját viselni a saját kontaktlencséinek segítségével, vagy anélkül, és számos előnyük származhat belőle. A gyerekek és a tinédzserek egyaránt a látáskorrekció kényelmesebb módjának tartják a



A KONTAKTLENCSE MEGFELELŐ

kontaktlencsét, és a fiatalabb gyerekek épp annyira ügyesek a lencsék kezelésében és viselésében, mint a tizenévesek.

Mik az előnyei, ha a gyerekek kontaktlencsét viselnek?

Számos oka van annak, amiért egy bármilyen korú gyerekeknek előnyére válhat, ha kontaktlencsét visel. A gyerekek és a fiatal felnőttek aktív életmódot folytatnak. Játsoznak, sportolnak, és általában többet mozognak, mint a felnőttek. A kontaktlencsék az összes

ilyen tevékenység során viselhetőek, nem kell kivenni azokat, és nem áll fenn annak a veszélye, hogy megsérülnek. Ezenkívül nem korlátozzák a periférikus látást, mint a szemüvegek. A nyilvánvaló látási előnyök mellett a kontaktlencsének pszichológiai hatása is



VÁLASZTÁS A GYERMEKEM SZÁMÁRA?

lehet, ami megnövekedett önbizalmat eredményezhet a szemüvegviseléssel szemben. Egy friss tanulmány kimutatta, hogy a gyerekek és a tizenévesek elégedettebbek voltak a kontaktlencse viseléssel, mint a szemüveg viseléssel.¹ Ennek eredményeként a gyermek szívesebben viselheti a látáskorrekciós eszközt, és bátrabban részt vehet különféle tevékenységekben anélkül, hogy félne a szemüveg elvesztésétől, sérülésétől vagy eltörésétől.^{2,3} Egy tanulmányban, amely közel 500 rövidlátó gyerek életét követte három éven át, a kontaktlencsét viselő gyerekek jobbnak érezték a fizikai megjelenésüket, az elfogadottságukat a barátaik között, és a sportolási képességüket, mint a szemüveges gyerekek. Azok a gyerekek, akik nem szerettek szemüveget hordani, az iskolai feladatokban is magabiztosabbnak érezték magukat, miután áttértek a kontaktlencse viselésre.⁴

Mi a legjobb kor a kontaktlencse viselés megkezdéséhez?

A kontaktlencse szakemberek azt javasolják, hogy ne az életkor legyen annak a feltétele, hogy a gyerekek



A KONTAKTLENCSE MEGFELELŐ

mikor kezdenek kontaktlencsét hordani. Ha egy gyerek elég érett ahhoz, hogy megértse a kontaktlencse ápoláshoz tartozó higiéniai kérdéseket és hogy milyen veszélyekkel jár, ha a tanácsokat nem tartja be, akkor jó kontaktlencse jelöltnek tekinthető. Valójában bármilyen korú gyermekek (akár csecsemők is) viselhetnek kontaktlencsét, ha a megfelelő útmutatást követik. A szülők támogatása szintén kulcsfontosságú tényező annak megállapításában, hogy egy gyerek alkalmas-e kontaktlencse viselésére. A motiváció egy másik fontos tényező annak eldöntésében, hogy mi a megfelelő időpont a kontaktlencse viselés megkezdéséhez.



A lányok gyakran előbb mutatnak érdeklődést a kontaktlencsék iránt, mint a fiúk, és ezt sokszor a megjelenés motiválja. A fiúk érdeklődését a kontaktlencsék iránt leginkább az motiválja, hogy sportolni szeretnének a szemüveg kényelmetlensége nélkül. Ha ezeket a szempontokat vesszük figyelembe az

VÁLASZTÁS A GYERMEKEM SZÁMÁRA?

életkor helyett, akkor sokkal pontosabban meg lehet ítélni, hogy valaki készen áll-e a kontaktlencse viselésre. Tanulmányok kimutatták, hogy akár egy 8 éves gyermek is, akinek



látáskorrekcióra van szüksége, tökéletesen képes a kontaktlencse viselésére és gondozására.¹

A kontaktlencse megköveteli a stabil látást?

Bár a szem növekedése körülbelül 15 éves korban áll meg, sok ember (főleg a rövidlátók) úgy találja, hogy a látása még késő tizenéves és a korai húszas éveiben is változik. Az eldobható lencsék széles választékának köszönhetően már nem szükséges megvárni, amíg a látás és a szem alakja stabilizálódik. Ha a lencsék felírását összekötjük a kontroll vizsgálatokkal, akkor a látás bármilyen változása kielégíthető az újonnan felírt lencsékkel. Tanulmányok kimutatták, hogy a gyerekek kontaktlencsével történő illesztésekor nincsenek jelen-



A KONTAKTLENCSÉ MEGFELELŐ



tős különbségek a szem alakjában és méretében a felnőttekhez képest, ezért a kontaktlencse felírását nem korlátozza a lencseparaméterek elérhetőségi skálája.

Kutatások azt is megerősítették, hogy sem a kontaktlencsék, sem a szemüvegek viselése nincs hatással arra, hogy a látásélesség miként fejlődik, amennyiben a korrekció optimális.⁵

Időigényes a kontaktlencse viselése és ápolása?

A kontaktlencse viselés legkényelmesebb módja a napi eldobható kontaktlencsék használata. Így a viselő minden nap egy friss pár lencsét használ, és a lencsét egyszerűen kidobja lefekvés előtt. Ennek köszönhetően egyáltalán nem kell aggódnia a lencsék tisztítása miatt. Azonban manapság már a többször használható lencsék tisztítása sem okoz komoly nehézséget, az egyszerűsített és többfunkciós

VÁLASZTÁS A GYERMEKEM SZÁMÁRA?

tisztító oldatoknak köszönhetően, amelyek jelentősen könnyebbé teszik a lencsék ápolását és karbantartását. Azonban a lencseápoláshoz szükséges idő a kiválasztott lencseápolási típustól függ. A lencseápolás ma már mindegyik esetben nagyon egyszerű és gyors, és nem igényel sok időt.



A gyerekek betartják a kontaktlencse használat előírásait?

A gyerekeket kontaktlencse szakember tanítja meg arra, hogy miként használják és ápolják lencséiket. Mivel tisztelik az orvost, nagyobb valószínűséggel hallgatnak rá, és elfogadják a kapott tanácsokat. A fiatal gyerekeket mindazonáltal a szüleiknek ellenőrizniük kell, akik nyilvánvalóan biztosítani szeretnék, hogy a kon-



A KONTAKTLENCSE MEGFELELŐ



taktlencse viseléshez tartozó összes kockázatot a minimális szinten tartásák. A gyerekek kiválóan alkalmazkodnak, és ha egyszer megtanulták a helyes módszert, azokat gyakran magukkal viszik egészen a felnőttkorba. A legbiztonságosabb opció az lehet, ha megfontolja a napi eldobható lencsék használatát, vagy olyan ápolási módszert választ, amely egyszerű és hatékony. A szabályok

betartásának megerősítéséhez alapvető fontosságú a gyerekek és a szülők tanítása és későbbi újra-oktatása.

A gyerekek szemének több oxigénre van szüksége?

Nem igaz, hogy a gyerekek szemének több oxigénre van szüksége, mint a felnőttekének. A szaruhártya

VÁLASZTÁS A GYERMEKEM SZÁMÁRA?

fiziológiája hasonló a felnőttekéhez. Sok gyerek csak alkalmanként szeretne kontaktlencsét viselni, például sportoláshoz. A napi eldobható lencsék a legalkalmasabbak az ilyen gyerekek számára, és nem valószínű, hogy emiatt a szemük hosszú távú egészsége veszélyeztetve lenne. Ha hosszabb viselési idő szükséges (különösen, ha 12 óránál több), a szilikon-hidrogél anyagok elegendő mennyiségű oxigént nyújtanak ahhoz, hogy biztosítsák a hipoxiához kapcsolódó komplikációk minimális kockázatát a gyerek idősebb korában. Azonban nem javasolt, hogy a gyerekek a kontaktlencsét alvás közben is viseljék.

A gyerekek szemének jobb UV védelemre van szüksége?

A gyerekek nagyobb pupillával és tisztább szemlencsével rendelkeznek, mint a felnőttek, ezért több UV sugárzás érheti el és okozhat kárt az érzékeny retinában. Ezenkívül a gyerekek több időt töltenek a szabadban. A legtöbb szülő tisztában van azzal, hogy milyen fontos gyermeke bőrét naptejgel védeni az UV sugaraktól, de csak kevesen védik gyermekeik



A KONTAKTLENCSE MEGFELELŐ



szemét is az UV sugárzástól. A kültéri tevékenységekhez UV-védő kontaktlencsét* érdemes használni, mivel kiegészítő védelmet nyújtanak, bár nem helyettesítik az egyéb

UV-szűrős eszközöket, mint például az UV-szűrős szemüvegek és a napszemüvegek.

Milyen típusú kontaktlencsét érdemes használni?

Manapság számos, különböző kontaktlencsefajta elérhető a piacon, ezért a legtöbb fiatal páciensnek található megfelelő, ha kontaktlencsét szeretne viselni. Természetesen mindegyiknek megvan a maga előnye és a hátránya is, amelyeket mérlegelnünk kell a választáskor, figyelembe véve az adott gyermek optikai és életstílusbeli igényeit. Kontaktlencse szakembere tanácsot adhat ezzel kapcsolatban, és útmutatást nyújthat a legmegfelelőbb típusú kontaktlencse kiválasztásához.

VÁLASZTÁS A GYERMEKEM SZÁMÁRA?

Melyik lehet a legjobb választás az anyagra és a hordási időtartamra vonatkozóan?

Ebben a kérdésben szemésze adhat tanácsokat. Úgy tűnik, hogy a gyerekek számára az anyag és a hordási időtartam tekintetében a napi eldobható szilikon-hidrogél kontaktlencsék jelentik a legjobb választást. A kontaktlencse viselésben két trend figyelhető meg: higiéniai szempontból a napi eldobható lencsákat ajánlják, illetve a szilikon-hidrogél lencsékét részesítik előnyben, mivel több oxigénhez juttatják a szaruhártyát. A szilikon-hidrogél napi eldobható kontaktlencsék ezt a két trendet egyesítik: szilikon-hidrogél anyagból készültek, és speciálisan az egynapos használathoz lettek kifejlesztve.



Drágák a kontaktlencsék?

Kontaktlencse szakembere informálhatja Önt a kontaktlencse által a gyermek „életminőségére” és látására gyakorolt pozitív hatásokról, és a kontaktlencsével járó költségekről is. Valójában a kontaktlencsék nem sokkal drágábbak, mint egy márkás szemüveg, különösen ha a gyermek hajlamos rendszeresen eltörni a szemüvegeit. A kontaktlencsék számos előnyt nyújtanak amellet, hogy egyszerűen korrigálják a gyermek lá-



tását. Emiatt a szülőknek nagyobb bizalommal kell gyermeküknek engedni a kontaktlencse viselését a látáskorrekció lehetőségeként. A kontaktlencse szakemberek a szülőkkel együttműködve a kontaktlencse lehetőségek

széles skálájáról választhatnak, beleértve az cilindres látáskorrekciós (asztigmat korrigáló) lencsét, a gyakori csereidejű lencsét és a napi eldobható lencsét is, hogy minden gyermek számára megtalálják a tökéletes választást.

VÁLASZTÁS A GYERMEKEM SZÁMÁRA?

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!

* Az UV-szűrős kontaktlencsék nem helyettesíthetik az UV-szűrős napszemüvegeket, mivel nem fedik le teljesen a szemet és annak környékét.

Referenciák:

1. Walline J, Gaume A, Jones L et al. Benefits of Contact Lens Wear for Children and Teens. *Eye and Contact Lens* 2007; 33(6): 317-321.
2. Kwok LS, Kuznetsov VA, Ho A, Coroneo MT. Prevention of the adverse photic effects of peripheral light-focusing using UV-blocking contact lenses. *Invest Ophthalmol Vis Sci* 2003; 44(4): 1501-1507.
3. Walsh K. UV radiation and the eye. *Optician* 2009; 237(6204): 26-33.
4. Walline JJ, Jones LA, Sinnott L, et al; the ACHIEVE Study Group. Randomized trial of the effect of contact lens wear on self-perception in children. *Optom Vis Sci* 2009; 86(3): 222-232.
5. Walline JJ, Jones LA, Sinnott L, et al; ACHIEVE Study Group. A randomized trial of the effect of soft contact lenses on myopia progression in children. *Invest Ophthalmol Vis Sci* 2008; 49(11): 4702-4706.



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