

PASTI PRI NOŠENJU KONTAKTNIH LEČ

Kontaktne leče so medicinski pripomoček, ki ga vsakodnevno varno nosi milijone ljudi. Kljub temu so nosilci kontaktnih leč izpostavljeni tveganju za nastanek težav z očmi. Ker so lahko dostopne tudi brez strokovnega pregleda in ustreznega predpisa korekcije, navodil za varno rokovanje ter shranjevanje, so zapleti še toliko bolj pogosti in verjetni. V prispevku so bomo osredotočili na težave povezane z nosilci, ki nosijo kontaktne leče za korekcijo refrakcijske napake ali iz kozmetičnih razlogov, saj so nosilci kontaktnih leč, ki nosijo pripomoček zaradi terapevtskega namena pod rednim strokovnim nadzorom in imajo manjše tveganje za opisane zaplete.

Kaj vpliva na nastanek težav povezanih z nošenjem kontaktnih leč:

- Sprememba refrakcijske napake in neustrezni parametri kontaktnih leč.
- Podaljšano nošenje leč (več od predpisanih in priporočenih ur in dni).
- Spanje s kontaktnimi lečami (optimalno je nošenje čez dan, ne več kot 12 ur).
- Spremembe v solznem filmu (normalen solzni film pomeni zdravo oko in udobno nošenje kontaktnih leč).
- Slaba higiena (potrebno je redno umivanje rok pred vsakim rokovanjem s kontaktnimi lečami).
- Slabo vzdrževanje in čiščenje kontaktnih leč (potrebno je ustrezno shranjevanje in čiščenje posodic za shranjevanje, redna menjava tekočine za shranjevanje, za čiščenje ne smemo uporabljati sline ali tekoče vode, ne smemo dolivati tekočine v že obstoječo tekočino v posodicah).
- Zunanji dejavniki (klima, suhi, prašni prostori, cigaretni dim, kemikalije, zelo onesnažen zrak...), uporaba določenih zdravil.
- Oko, v katerem čutimo nelagodje, a vseeno nosimo kontaktne leče.

Kadar občutimo nelagodje, meglen vid, rdečino, bolečino, solzenje, lahko tudi izloček iz očesa, občutljivost na svetlobo, občutek tujka, moramo nemudoma odstraniti kontaktne leče iz oči. Če težave prenehajo, ko lečo odstranimo, kontaktno lečo temeljito pregledamo, očistimo, odstranimo morebitne tujke. Če se težave stopnjujejo kljub prenehanju uporabe kontaktnih leč, je nujno, da se zglasimo na pregled k očesnemu specialistu. Zapleti so lahko zelo resni in zahtevajo pri določenih oblikah vnetja dolgotrajno zdravljenje. Pojavijo se lahko na robovih in veznici vek, na očesni veznici in roženici.

Najresnejši zaplet nošenja kontaktnih leč je keratitis, vnetje roženice, ki je normalno prozorna in brez žil. Vnetje najpogosteje povzročajo virusi herpesa, bakterije, glive in ostali mikrobi. Vnetje v najtežji obliki pomeni brazgotinjenje roženice in s tem izgubo vida. Predvsem je pomembno, da se zavedamo, da kontaktnih leč ne smemo nositi v vodi (morje, jezera, bazeni, savne,...).

Čeprav redko, se lahko okužimo z Acanthamoeba, mikroskopsko praživaljo, ki predstavlja najhujšo obliko vnetja, dolgotrajno zdravljenje in lahko celo izgubo vida. Ob vnetju se pojavi huda bolečina, rdeče oko, belkast okrogel infiltrat in minimalen izcedek. Za potrditev diagnoze se postrga delček tkiva roženice, končni rezultat zdravljenja pa so brazgotine in poslabšanje vida. V hujših primerih je za ponovno vzpostavitev čiste optične poti potrebna presaditev roženice.

Ostali mikrobní keratitisi oziroma okužbe roženice povzročajo rdečino, zmerno do močno bolečino, solzenje, občutljivost na svetlobo, zmanjšano vidno ostrino, lahko je prisoten tudi izcedek. Če v tem času nosimo kontaktne leče, občutimo nelagodje in občutek tujka, rezanje, slabši vid kljub uporabi kontaktnih leč. Ob pregledu ugotovimo vnetje očesne veznice in spremembe na roženici (razjede, infiltrati), ki se zdravijo z zdravili v kapljicah (antibiotiki, steroidi), blažje oblike lahko tudi samo z pogosto uporabo lubrikantov (umetne solze) in seveda, s prenehanjem nošenja kontaktnih leč. Pri ljudeh, ki imajo pogosta vnetja, se po koncu zdravljenja svetuje uporabo kontaktnih leč za enkratno uporabo. Nujno potrebno je vsakega nosilca kontaktnih leč opozoriti, da je podaljšano nošenje preko noči (spanje s kontaktnimi lečami) eden glavnih dejavnikov tveganja za zaplete in vnetja.

Ravno tako neugodne so preobčutljivostne reakcije ob nošenju kontaktnih leč. Najpogostejši razlogi so neprimeren solzni film (slaba kvaliteta in količina solz), material iz katerega je kontaktna leča narejena, konzervansi v tekočinah za shranjevanje, nabiranje proteinskih depozitov na kontaktnih lečah. Pri blagih oblikah običajno zadostuje zdravljenje z umetnimi solzami ter menjava tekočine oz. menjava kontaktnih leč. Zaradi higiene, varnosti in uporabnosti se pri vseh uporabnikih danes svetuje nošenje kontaktnih leč za enkratno uporabo (pri tistih, ki imajo za to ustrezno korekcijo).

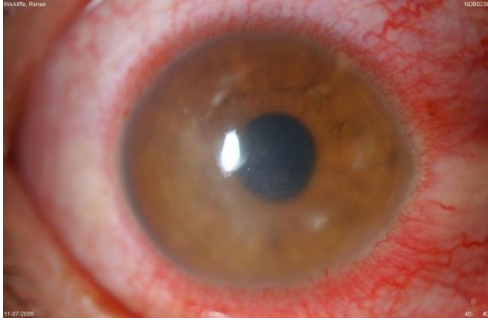
Od imunski reakcij je najbolj neugoden gigantopapilarni konjunktivitis, bolezen, povzročena z nošenjem kontaktnih leč. Vzrok je imunska reakcija veznice očesne veke. Vzrok je mehanično draženje veznice ob nošenju kontaktnih leč (tujek v očesu), preobčutljivost na material ali depozite na kontaktnih lečah. Notranja stran veke se spremeni, na sicer ravni gladki površini se pojavijo papile, izbokline, sprva manjše, nato vedno večje (do 1mm), ki povzročajo občutek nelagodja, pojavi se rdečina, srbenje, mukozni izloček, kar praktično onemogoča udobno nošenje kontaktnih leč. Nosilci morajo opustiti nošenje kontaktnih leč, zdravnik predpiše še kortikosteroidne kapljice.

Poleg vnetnih pa lahko kontaktne leče po letih nošenja spremenijo tudi notranjo plast (endotel) roženice. Normalno se celice notranje plasti enotne, delujejo kot črpalka, ki omogoča normalno prozornost roženice. Kadar pride do sprememb v tej plasti (razlike v velikosti in obliki celic), je potrebno da se z nošenjem kontaktnih leč preneha.

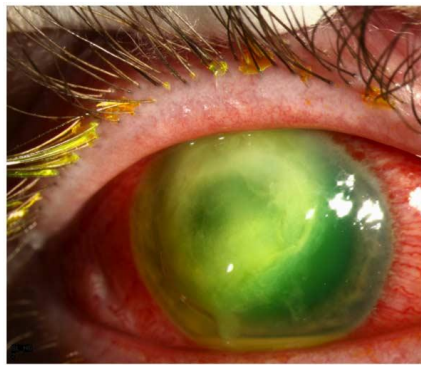
Za dolgoročno udobno in varno nošenje kontaktnih leč ter zdravje oči, se priporoča redne preglede pri očesnem specialistu vsaj na dve leti. Svetujemo, da se nakup kontaktnih leč opravi pri preverjenih optikih, s certifikatom kakovosti, ki poskrbijo za varnost potrošnika. Naša skrb je, da prodajalca preverimo, saj ima poleg obveznih dokumentov vsak zaupanja vredni trgovec različne certifikate kakovosti ter članstva v zvezah oziroma zbornicah. Kontaktne leče so medicinski pripomoček razreda IIa, ki je vstavljen direktno na oko. Promet z medicinskimi pripomočki v Sloveniji regulira Javna agencija Republike Slovenije za zdravila in medicinske pripomočke (JAZMP). Če ima optik sklenjene ustrezne dokumente s to agencijo bo to jasno predstavljeno na spletni strani in v optiki, lahko ima sklenjeno pogodbo tudi z Zavodom za zdravstveno zavarovanje RS (ZZZS) ter je član Obrtne zbornice Slovenije. [Za varno uporabo medicinskih pripomočkov, je poleg dobrega nadzora proizvajalcev in strokovnega svetovanja optikov, bistvena predvsem odgovornost uporabnika.](#)

Pri odločitvi za nakup ali naročilo leč pri optiku je poskrbljeno za varnost in zdravje uporabnika medtem ko je pri nakupu preko spleta običajno prednost le ugodna cena. Leče so občutljiv medicinski pripomoček, pri katerem pravilno skladiščenje in transport v kontroliranih pogojih bistveno prispevata h kvaliteti.

Strokovno svetovanje ob nakupu pa bistveno prispeva k pravilni uporabi in posledično k zmanjšanju neželenih dogodkov ob nošenju kontaktnih leč. V primeru, da s kupljeno lečo niste zadovoljni se pri nakupu v optiki lahko posvetujete z izbranim specialistom, ki vam bo pomagal najti primerno rešitev.



Blaga oblika vnetja roženice z infiltrati



Huda oblika vnetja roženice z roženičnim ulkusom



Okužba z Acanthamoeba