



Hreinlæti afar mikilvægt við augnlinsunotkun

Áhættuþættir augnsýkinga

Ýmsar gerðir sýkla s.s. bakteríur og sveppir geta orsakað hornhimnubólgu og eru einkenni mismunandi eftir eðli sýkinga. Áhættuþættir sem hvetja til sýkinga í augum eru augnskaðar (oftast með efnum úr jurtaríkinu), ýmsir langvinnir sjúkdómar í augum, ónæmisbæling vegna sjúkdóma eða lyfjagjafa og augnlinsunotkun. Sveppasýkingar í hornhimnu eru algengara vandamál í heitum löndum þar sem er mikill loftraki heldur en er í löndum þar sem loftraki og hitastig eru lægri en þær geta líka orðið vegna mengunar t.d. ef augnlinsuaskjan er ekki þrífín nægilega vel. Hornhimnubólga af völdum baktería, hjá þeim sem nota augnlinsur, tengist lélegum þrifum á augnlinsum, augnlinsurnar eru ekki notaðar rétt t.d. sofið með þær eða að augnlinsuvökvinn hefur mengast.

Augnlinsur sem notaðar eru til leiðréttingar á sjónlagi teljast til lækningatækja og eru til margar mismunandi gerðir af slíkum linsum bæði mjúkum og hörðum. Um lækningatæki gilda strangar reglur og hvað augnlinsur snertir er áhersla lögð á að einungis þeir sem hafa viðurkennda þekkingu til að mæla og meta þörf hvers einstaklings, annist slíkt og upplýsi þá samhliða um mikilvægi réttrar notkunar og meðferð augnlinsanna. Undanfarin ár hefur notkun skraut- og litaugnlinsa verið að ryðja sér til rúms og getur hver og einn keypt slíkar augnlinsur í ýmsum verslunum og snyrtistofum. Slíkar linsur geta rispað hornhimnuna sem getur leitt til sýkinga í auganu.

Að draga úr sýkingarhættu við augnlinsunotkun

- Afar mikilvægt er, fyrir og eftir alla snertingu við linsurnar, að hreinsa hendurnar með vönduðum handþvotti með vatni og sápu, sem ekki inniheldur krem, olíu eða ilmefni. Þurrka hendur vel á eftir með hreinu, kuskfríu stykki.
- Nota augnlinsurnar og endurnýja þær samkvæmt fyrirmælum fagmanns.
- Hreinsa augnlinsurnar beggja vegna með því að nudda þær með augnlinsuvökva með fingri í lófanum og ná þannig af þeim próteinum og olíum og láta þær síðan liggja í hreinsilausninni í tilskilinn tíma. Fara eftir ráðleggingum fagmanna.
- Henda augnlinsuvökva sem kominn er fram yfir fyrningardagsetningu.
- Ekki nota kranavatn eða munnvatn á augnlinsur.
- Endurnýja augnlinsuvökva í augnlinsuöskju í hvert skipti.
- Nota sömu aðferð við hreinsun og notkun á lit- og skrautaugnlinsum.
- Þrifa augnlinsuhrsluna daglega með augnlinsuvökva. Tæma hrsluna og láta þorna vel.
- Endurnýja augnlinsuhrsluna á 3–6 mánaða fresti.
- Aldrei samnýta augnlinsur með öðrum.
- Taka augnlinsur úr augum og hafa strax samband við lækni ef eftirtalin einkenni frá augum gera vart við sig: Óvenjulegur roði, sársauki, aukin táraframleiðsla, útferð úr augum eða viðkvæmni fyrir ljósi.

Tvö hagnýt ráð fyrir linsunotendur

- Ef notaður er augnfarði er æskilegast að hann og hreinsirinn, innihaldi ekki olíu til að forðast að filma setjist á augnlinsurnar.
- Líta reglulega upp frá vinnu sinni og blikka augunum oft.