Warszawa, 16.04.2020

-Informacja prasowa-

**Obejmij profilaktyką okulary i soczewki kontaktowe**

**Rozprzestrzenianie się nowego koronawirusa silniej niż kiedykolwiek zwróciło uwagę nas wszystkich na kwestie związane z podstawową higieną. Powinniśmy o nich pamiętać stale i ze wzmożoną czujnością wykonywać codzienne czynności. Także te związane z okularami korekcyjnymi lub soczewkami kontaktowymi, z których korzysta blisko co drugi z nas.**

Na nieoczywiste elementy profilaktyki, mogące znacząco podnieść skuteczność podejmowanych przez nas działań ochronnych, zwraca uwagę ekspert z branży optycznej. Wskazuje, że odpowiednia profilaktyka to nie tylko mycie rąk, ale także zwrócenie uwagi na podstawowe czynności, które wykonujemy przy ich pomocy jak np. zakładanie okularów czy soczewek. Do ich noszenia przyznaje się aż 42% Polaków – tak wynika z badania zrealizowanego dla Vision Express przez ośrodek IQS w lutym br. 66% z nas potwierdza też, że ma stwierdzoną wadę wzroku lub chorobę oczu[[1]](#footnote-1).

– Już chyba wszyscy w Polsce doskonale wiedzą, jak ważne z punktu widzenia profilaktyki COVID-19 jest dokładne mycie rąk – największe ryzyko wiąże się bowiem z naszymi własnymi dłońmi. Nie zawsze pamiętamy jednak o ich dokładnym umyciu przed sięgnięciem po okulary, a czasem też po prostu nie mamy takiej możliwości, np. kiedy w tramwaju czy autobusie musimy poprawić ich ułożenie– zwraca uwagę dr Robert Grabowski, Dyrektor Medyczny Vision Express.

**Dodatkowa ochrona przed koronawirusem**

– Jak niedawno podkreślał prof. Jerzy Szaflik[[2]](#footnote-2), niezbędnym elementem stroju ochronnego dla osób szczególnie narażonych na zakażanie wirusem powinny być okulary ochronne. Błona śluzowa oka stanowi jeden z tych obszarów naszego ciała, przez który wirus może wniknąć do organizmu. Oczywiście chodzi o specjalistyczny sprzęt, zaprojektowany z myślą o tej ochronie. Natomiast „zwykłe” okulary, przeciwsłoneczne czy korekcyjne, zwłaszcza te przylegające do twarzy, o dużych soczewkach, mogą też w pewnym stopniu stanowić zewnętrzną barierę ochronną i zatrzymać mikrokropelki, w których podróżuje wirus, i nie dopuścić do ich przedostania się do oka. Co więcej, takie okulary mogą też stanąć na drodze naszym dłoniom i powstrzymać nas przed odruchowym potarciem oka. Nie jest to oczywiście pełna ochrona, ryzyko zarażenia wydaje się jednak ograniczone. Należy jednak pamiętać, aby nasze „codzienne” okulary odpowiednio często czyścić i dezynfekować.

**Jeszcze większa motywacja**

– Mamy teraz dobrą okazję, aby wyrobić w sobie pożądane nawyki. Nienoszone okulary powinniśmy zawsze chować do etui. Ponadto, po powrocie do domu warto je dokładnie umyć, wykorzystując ściereczkę z mikrofibry, wodę i odrobinę delikatnego detergentu (np. mydła lub płynu do naczyń). Czyśćmy nie tylko soczewki, ale też oprawki, zwłaszcza zauszniki i noski. Oprawki i ich elementy warto ponadto odkazić odpowiednimi płynami, np. na bazie wysoko stężonego alkoholu etylowego. Tu jednak konieczna jest ostrożność – upewnijmy się najpierw, że taki środek nie zaszkodzi materiałowi, z którego wykonane są nasze oprawki. Szczególną wagę do czystości okularów przywiązywać powinny osoby z prezbiopią, wykorzystujące je do czytania lub pracy przy monitorze, które w ciągu dnia wielokrotne zdejmują i zakładają okulary *–* zauważa ekspert.

– Ta ostrożność ma jeszcze jeden aspekt. Jeśli będziemy właściwie traktować okulary, to zminimalizujemy ryzyko ich uszkodzenia i wydłużymy żywotność. To ważne w okresie, kiedy zdobycie nowej pary może być utrudnione lub niemożliwe.

**Bezpieczny kontakt z soczewkami**

– Szczególną ostrożność powinny zachować także osoby korzystające z soczewek kontaktowych. Również w tym wypadku absolutnie kluczowa jest właściwa higiena rąk, wiemy bowiem, że wirus SARS CoV-2, ale też inne zarazki mogą wnikać do organizmu poprzez błonę śluzową oka. Dlatego wszelkie czynności związane z soczewkami kontaktowymi należy koniecznie poprzedzić dokładnym myciem rąk – uczula dr Robert Grabowski*.*

– Ponadto, warto zauważyć, że w obecnych okolicznościach szczególnie godne polecenia są soczewki jednodniowe, w przypadku których po prostu łatwiej utrzymać higienę. Nie znaczy to, że należy rezygnować z soczewek wielokrotnego użytku. Pamiętajmy jednak o ich właściwym czyszczeniu i przechowywaniu. Wszelkie zalecenia w tym zakresie powinniśmy obecnie stosować ze zdwojoną czujnością*.*

\*\*\*

**W związku z pandemią koronawirusa SARS-CoV-2 Vision Express otworzyło specjalną infolinię dla osób potrzebujących porady optyka lub optometrysty. Dzwonić można pod nr tel.: 509 069 247. Infolinia działa od poniedziałku do piątku w godz. 10.00 – 18.00**

**Vision Express**jest liderem branży optycznej w Polsce, zapewniającym profesjonalne usługi medyczne, wysokiej klasy okulary korekcyjne i przeciwsłoneczne oraz soczewki kontaktowe.

Więcej informacji na [www.visionexpress.pl](http://www.visionexpress.pl/).

**Kontakt dla mediów:**

Walk PR, Wojciech Pietras

email: [wojciech.pietras@walk.pl](mailto:wojciech.pietras@walk.pl)

tel.: +48 572 728 597

1. Cytowanie możliwe bez ograniczeń pod warunkiem podania źródła: Badanie opinii publicznej zrealizowane dla Vision Express metodą CAWI przez IQS Sp. z o.o. w lutym 2020 r. na reprezentatywnej grupie 1600 Polaków. [↑](#footnote-ref-1)
2. Materiał dostępny online: <https://www.pap.pl/aktualnosci/news%2C607157%2Cprof-szaflik-koronawirus-moze-wniknac-do-organizmu-przez-oczy.html> [dostęp: 30.03.2020]. [↑](#footnote-ref-2)