

Doporučujeme popri ochrane dýchacích ciest (rúško) používať aj prostriedky/pomôcky na ochranu očí (okuliare, štít).

Vzhľadom na aktuálnu situáciu v súvislosti so šírením COVID-19, doporučujeme popri ochrane dýchacích ciest (rúško) používať aj prostriedky/pomôcky na ochranu očí (okuliare, štít).

Rúška sa už stali bežnou súčasťou nášho momentálneho života. Avšak oftalmológovia upozorňujú, že len rúško nestačí. Chrániť si treba aj oči. oftalmológovia upozorňujú, že len rúško nestačí, chrániť si treba aj oči.

Popri všetkých opatreniach sa zabúda na ochranu očí, ktorá je rovnako dôležitá ako dodržiavanie ostatných zásad. Nákaza sa šíri kvapôčkovou infekciou, teda vzdušnou cestou (kýchanie, kašľanie), ako aj priamym kontaktom s infikovanými predmetmi, a to rukami, dotykom úst, nosa a očí. A práve o možnom prenose cez oči, teda cez slzy a slzné cesty sa až tak veľa nehovorí.

Oči predstavujú jednu z možných ciest nákazy, preto je dôležité si popri nose a ústach správne ochrániť aj oči.

„Podľa štúdie tímu epidemiológov čínskej vlády môže koronavírus, ktorý spôsobuje Covid-19, pretrvať vo vzduchu až 30 minút, a to až na vzdialenosť 4,5 metra. Tak sa veľmi ľahko môže vírus zachytiť na nechránenom povrchu oka, z ktorého sú následne nečistoty kontinuálne odstraňované slzami cez slzné cesty do nosa. A práve z nosnej sliznice môže byť vírus vdýchnutý do dýchacích ciest a následne aj do pľúc. Preto by nemal nikto zabúdať na oči, ktoré musia byť rovnako chránené pred možnou nákazou,“ hovorí doktor Lackovič, Pavel Lackovič, oftalmológ zo siete očných optík Fokus.

Noste okuliare

Nie je dôležité, či ide o slnečné alebo dioptrické, nové alebo staré. Základným pravidlom je vybrať si tie, ktoré pokrývajú najväčšiu časť očnice. Širšie straničky sú tiež výhodou, spolu so sklami môžu z veľkej časti ochrániť oči všeobecne, ale najmä pri priamom zásahu tváre kýchajúcim, či kašľajúcim pacientom.

Neskladajte si okuliare ani v interiéri

Ak nenosíte dioptrické okuliare je pravdepodobné, že siahnete po slnečných okuliaroch. Pri tejto výnimočnej situácii si ich neskladajte ani pri návšteve obchodu či vo výťahu. Hoci to môže byť spočiatku nezvyčajné, ochrana je na prvom mieste. Dôležité je sa okuliarov nedotýkať počas nosenia.

Nezabúdajte okuliare dezinfikovať

Prísne opatrenia dezinfekcie platia rovnako ako pre kľučky či iné povrchy, tak aj pre okuliare. Po príchode z exteriéru si ich nezabudnite pretrieť handričkou s dezinfekčným gélom alebo alkoholom.

Zdroj: www.pravda.sk