

Suho oko povezano sa maskom (MADE)

Nošenje maske je od ključne važnosti za sprečavanje širenja COVID-19, ali može dovesti do simptoma suhog oka. Zašto se to događa i šta možete učiniti?

Uzrok

- 1 Zrak koji izdišemo usmjerava se ka vrhu maske za lice i preko površine oka.¹
- 2 Kretanje zraka preko oka dovodi do isparavanja suza, a površina oka ostaje suha.
- 3 U očima se može javiti osjećaj suhoće, pijeska, iritacije, suzenje, svrabež i crvenilo.



Rješenje

- 1 Uvjerite se da maska dobro leži, ako je potrebno, pritisnite gornji rub maske da je duže nosite.
- 2 Kapi za vlaženje oka mogu ublažiti osjećaj suhoće u očima. Posavjetujte se sa svojim oftalmologom za preporuku.
- 3 Ograničite vrijeme u klimatiziranim okruženjima kad je to moguće i pravite redovne pauze od digitalnih uređaja.

Zapamtite! Izbjegavajte dodirivanje lica i trljanje očiju neopranim rukama.