

Rouškou Způsobené Suché Oko

Používání ochranných masek je nezbytné pro ochranu před šířením nákazy COVID-19. Tyto masky a roušky ale mohou vést k vyššímu výskytu syndromu suchého oka. Proč existuje tato spojitost a co s tím můžete udělat?

Příčina

- 1 Vydechaný vzduch je směřován vzhůru, kolem obličejové masky a na oční povrch.¹
- 2 Pohyb vzduchu přes oční povrch zvyšuje odpařování slz, což vede k suchým očím.
- 3 Oči mohou být suché, podrážděné, slzíci a zarudlé.



Řešení

- 1 Ujistěte se že Vám maska dobře sedí a v případě dlouhodobého použití zvažte přilepení jejího horního okraje páskou.
- 2 Lubrikační oční kapky mohou pomoci s úlevou od pocitu suchých očí. Poradte se se svým očním specialistou.
- 3 Omezte váš čas v klimatizovaném prostředí a dělejte pravidelné přestávky, pokud používáte digitální zařízení.

Pamatujte! Vyvarujte se dotýkání tváře a mnutí očí neumytýma rukama.