

## Tisková zpráva

### Koupání, ostré slunce, klimatizace a zvýšená prašnost – v létě dostávají naše oči zabrat. Lékárníci poradí, jak předejít obtížím i jak je případně řešit

Oči jsou hned po mozku druhým nejsložitějším orgánem. Ze smyslových je navíc tím nejzranitelnějším, proto je velice důležité péči o ně nezanedbávat. Oči jsou nejvíce namáhané právě v průběhu léta, což potvrzují také lékárníci, kteří v tomto období zaznamenávají zvýšený zájem o oční přípravky. V mnoha případech je vhodné v první řadě navštívit nejbližší lékárnku, kde pacient získá odbornou pomoc včetně konzultace pro následující léčbu. V případě vážnějších problémů a nevhodnosti samoléčby doporučí lékárník pacientovi návštěvu specialisty. Obvykle dochází k podráždění a zarudnutí očí, výjimečně nejsou ani záněty spojivek či rohovky. Jedním z běžných onemocnění je tzv. syndrom suchého oka, který postihuje téměř každého třetího pacienta.

Praha, 12. července 2019 – S příchodem letních teplot začíná období koupání – na koupalištích, v bazénech i přírodních nádržích. V kancelářích, domácnostech a autech se zase rozbíhají na plné obrátky klimatizace. Koupání i klimatizace sice přinášejí úlevu od úmorného horka, ale zároveň s sebou nesou také negativní dopad na naše oči. *„Během letních měsíců lékárníci častěji poskytují rady spojené s péčí o oči a zaznamenávají také vyšší poptávku po očních přípravcích. Lékárník pacientovi doporučí vhodný postup samoléčby a při podezření na složitější problém ho odešle k lékaři,“* přibližuje **prezident České lékárnické komory (ČLnK) PharmDr. Lubomír Chudoba.**

### Léto očím neprospívá. Syndrom suchého oka trápí každého třetího pacienta

Častým problémem, který se u pacientů v letních měsících vyskytuje, je syndrom suchého oka způsobený nerovnováhou mezi tvorbou a odtokem slz. Ty na povrchu oka vytváří slzný film, v němž jsou obsaženy antibakteriální složky udržující sterilitu povrchu oka. *„Syndrom suchého oka je multifaktoriální onemocnění, na jehož vzniku se může podílet celá řada příčin. Vedle nedostatku vitamínu A, nošení nevhodných dioptrických brýlí nebo kontaktních čoček se tato porucha vyskytuje častěji především v létě, kdy je oční prostředí vystaveno nevhodným okolním podmínkám,“* vysvětluje **praktikující lékárník a viceprezident ČLnK Mgr. Aleš Krebs, Ph.D.** s tím, že jsou lidské oči citlivé na ostré sluneční záření, zvýšenou prašnost či intenzivní používání klimatizací. Nejčastějšími příznaky onemocnění je pálení, řezání či pocit přítomnosti cizího tělesa v očích. V pokročilejším stadiu může docházet i k rozmazanému vidění a zvýšené citlivosti na světlo. *„Při počátečních problémech je vhodné, aby pacient navštívil svou lékárnku, kde mu lékárník odborně poradí, jakým způsobem se*

#### Pro další informace:

PharmDr. Lubomír Chudoba, prezident ČLnK:  
Mgr. Aleš Krebs, Ph.D., viceprezident ČLnK:  
Mgr. Michaela Bažantová, tisková mluvčí ČLnK:

+420 734 682 233, [chudoba@lekarnici.cz](mailto:chudoba@lekarnici.cz)  
+420 603 796 826, [krebs@lekarnici.cz](mailto:krebs@lekarnici.cz)  
+420 776 365 213, [bazantova@lekarnici.cz](mailto:bazantova@lekarnici.cz)



vypořádat s příznaky syndromu suchého oka a jak případně upravit životní styl. V rané fázi onemocnění se může jednat o dostatečná opatření," doplňuje **Mgr. Aleš Krebs, Ph.D.**, dle kterého je nejlepší problémům předcházet nošením slunečních brýlí při pobytu na přímém slunci, pravidelným čištěním klimatizací a omezením pohybu v prašném prostředí.

### **Plavání je pro tělo zdravé, ale pozor na podráždění a záněty očí**

Další letní nástrahou pro oči je koupání, v přírodních stojatých vodách s výskytem sinic i v chemicky ošetřených bazénech. „Zásadní je jako vždy prevence. Je vhodné vyhledávat vodní plochy s pravidelně monitorovanou kvalitou vody a využívat správné plavecké brýle. Lidé by si také neměli při vodních radovánkách oči příliš mnout a po koupání si je řádně propláchnout pitnou vodou," radí **lékárnice a tisková mluvčí ČLnK Mgr. Michaela Bažantová** a upozorňuje, že určité nebezpečí hrozí v každém typu vody, tedy i na veřejných chlorovaných koupalištích nebo v moři kvůli soli. Nejčastěji dochází k podráždění a zarudnutí očí, zánětům spojivek a v krajních případech i k zánětu rohovky.

### **Jak vhodně ošetřit podrážděné oči? Přípravky vybírejte s lékárníkem**

„Pokud už k podráždění nebo zánětu očí dojde, lze použít přípravky s obsahem carbethopendecinia, borové kyseliny nebo tinktury světlíku lékařského. Některé přípravky obsahují i kombinaci těchto účinných látek a mohou se používat i k odstranění cizích těles z povrchu oka průplachem," říká k možnostem léčby **Mgr. Michaela Bažantová**.

K ošetření suchého oka je možné využít přípravky, které zajistí tvorbu ochranného filmu. Ty jsou k dostání bez lékařského předpisu a zpravidla nezpůsobují vedlejší účinky. „V lékárnách je k dispozici velký výběr umělých slz, jež se dělí dle konzistence a složení. Od očních kapek s deriváty celulózy, které mají schopnost vázat vodu, až po oční gely, které na oku vydrží déle a po kontaktu s ním se přeměňují v tekutinu. Obecně jsou nejběžnější přípravky s hypromelózou, polyvidonem nebo carbomerem, ale každý pacient má své specifické požadavky, například kvůli nošení kontaktních čoček nebo kvůli přecitlivělosti na konzervační látky," nastiňuje možné alternativy léčby suchého oka **Mgr. Michaela Bažantová**.

„Oční přípravky mají jednu zvláštnost: musí být sterilní, aby oku naopak neškodily. Proto je možné je používat po otevření pouze po omezenou dobu. Nikdy nepoužívejte oční přípravky po uplynutí této doby nebo pokud si nejste jisti, jak dlouho jsou kapky otevřené. Místo pomoci byste si mohli přivodit infekci," upozorňuje závěrem **Mgr. Aleš Krebs, Ph.D.**

Praktické rady získají pacienti v lékárně. Během letní dovolené mohou tu nejbližší vyhledat i pomocí aplikace ČLnK nesoucí název Lékárny v ČR. Podrobné informace nejen o syndromu suchého oka jsou k dispozici také na patientském webu [www.lekarnickekapky.cz](http://www.lekarnickekapky.cz).

#### **Pro další informace:**

PharmDr. Lubomír Chudoba, prezident ČLnK:  
Mgr. Aleš Krebs, Ph.D., viceprezident ČLnK:  
Mgr. Michaela Bažantová, tisková mluvčí ČLnK:

+420 734 682 233, [chudoba@lekarnici.cz](mailto:chudoba@lekarnici.cz)  
+420 603 796 826, [krebs@lekarnici.cz](mailto:krebs@lekarnici.cz)  
+420 776 365 213, [bazantova@lekarnici.cz](mailto:bazantova@lekarnici.cz)





Rozárčina 1422/9 | 140 02 Praha 42  
tel.: 241090661 | fax: 241090672  
www.lekarnici.cz | komora@lekarnici.cz

Česká lékárnická komora je samosprávná nepolitická stavovská organizace sdružující lékárníky. Byla zřízena zákonem ČNR č. 220/1991 Sb., o České lékařské komoře, České stomatologické komoře a České lékárnické komoře. Její ustavující sjezd se uskutečnil 28. - 29. září 1991.

Česká lékárnická komora dbá, aby její členové vykonávali své povolání odborně, v souladu s jeho etikou a způsobem stanoveným zákony a řády komory. Zaručuje odbornost svých členů a potvrzuje splnění podmínek k výkonu lékárnického povolání. Posuzuje a hájí práva a profesní zájmy svých členů, stejně tak chrání jejich profesní čest.

**Pro další informace:**

PharmDr. Lubomír Chudoba, prezident ČLnK:  
Mgr. Aleš Krebs, Ph.D., viceprezident ČLnK:  
Mgr. Michaela Bažantová, tisková mluvčí ČLnK:

+420 734 682 233, [chudoba@lekarnici.cz](mailto:chudoba@lekarnici.cz)  
+420 603 796 826, [krebs@lekarnici.cz](mailto:krebs@lekarnici.cz)  
+420 776 365 213, [bazantova@lekarnici.cz](mailto:bazantova@lekarnici.cz)

**www.lekarnici.cz**

**Váš lékárník – rádce ve zdraví i nemoci**

