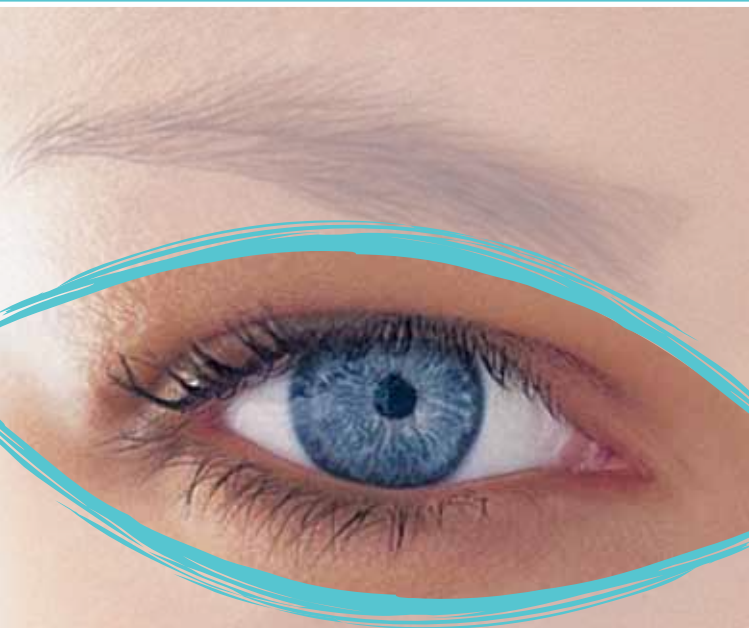


ODKRYJ CZYM JEST
ASTYGMATYZM
I SPRAWDŹ CZY DOTYCZY TO CIEBIE



ODKRYJ CZYM JEST ASTYGMATYZM

Co to jest zaburzenie widzenia?

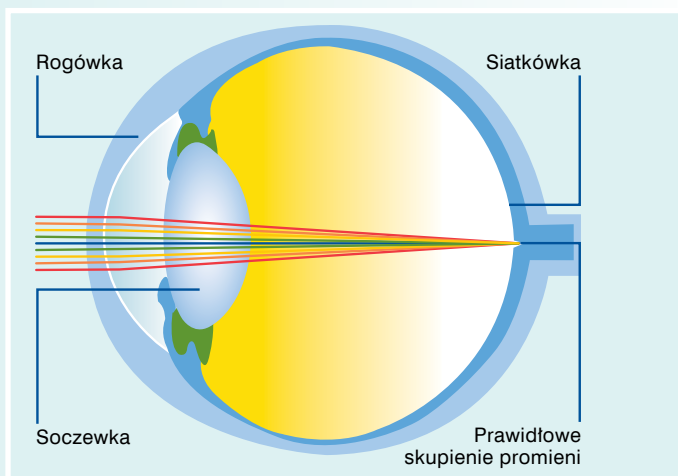


Obecnie, w czasach nieustającego rozwoju technologicznego, nasze oczy codziennie doświadczają przeciążenia podczas pracy przy komputerze, oglądania telewizji czy prowadzenia samochodu. Jest to główny powód nadwyrężenia wzroku nawet u osób cieszących się ostrym widzeniem. Natomiast osoby o słabszym wzroku jeszcze szybciej odczuwają zmęczenie, szczególnie w sytuacji, gdy wada wzroku nie jest skorygowana wcale lub jest skorygowana w niedostatecznym stopniu. Patrząc na przedmioty zarówno z bliska, jak i z daleka osoby mające słaby wzrok nadwyrężają go jeszcze bardziej, przez co częściej cierpią na bóle głowy.

I SPRAWDŹ CZY DOTYCZY TO CIEBIE

W pewnych sytuacjach słabe widzenie to nie tylko niedogodność, ale także zagrożenie zdrowia i życia. Pomyśl o osobach, które choć nie widzą dobrze, prowadzą samochód nie nosząc właściwych okularów lub soczewek kontaktowych.

Wzrok jest niezbędny do postrzegania świata. 80% informacji dociera do nas właśnie poprzez zmysł wzroku - czyli dzięki oczom. Kluczowym zadaniem oczu jest nie tylko widzieć, ale także przekazywać widziany obraz do naszego mózgu w możliwie najbardziej czytelny sposób. **Do mózgu dociera wyraźny obraz wyłącznie w sytuacji, gdy promienie świetlne pochodzące od przedmiotu przechodzą przez gałkę oczną i skupiają się w jednym punkcie na siatkówce oka (Ryc. 1).**



Ryc. 1. Skupienie promieni światła na siatkówce.

ODKRYJ CZYM JEST ASTYGMATYZM

Jeśli z jakichś powodów **promienie nie są skupione w jednym punkcie, lub gdy skupione są przed lub za siatkówką, odbija się to na jakości widzenia.**

Najczęstsze wady wzroku to:

- krótkowzroczność: odległe przedmioty wydają się nieostre lub zamazane;
- nadwzroczność: słabe widzenie przedmiotów z bliska;
- prezbiopia (starczewzroczność): słabe widzenie powodujące trudność skupienia wzroku na przedmiotach znajdujących się w niewielkiej odległości;
- astygmatyzm: nieregularne lub zamazane widzenie niezależnie od odległości.

Osoby mające problemy ze wzrokiem powinny stosować korekcję wady wzroku, która umożliwi skupienie promieni światła w jednym punkcie na siatkówce.

Rozwiązanie: noszenie odpowiednich okularów lub soczewek kontaktowych.

Czym jest astygmatyzm?

Przede wszystkim trzeba podkreślić, że **astygmatyzm nie jest chorobą.**

Astygmatyzm to częsta wada wzroku, która prowadzi do niewyraźnego lub zniekształconego widzenia niezależnie od odległości, w jakiej znajdują się obserwowane przedmioty. Być może słyszałeś

I SPRAWDŹ CZY DOTYCZY TO CIEBIE

również o okularach z „cylindrem” lub „cylindrycznej korekcji wzroku”. Kiedy ludzie mówią o „cylindrach” rzeczywiście odnosi się to do astygmatyzmu. Z astygmatyzmem mamy do czynienia, gdy przednia część oka (rogówka) lub soczewka mają nieregularny kształt. W takim przypadku nosząc sferyczne soczewki okularowe lub soczewki kontaktowe osoby mające astygmatyzm widzą niewyraźny lub zamazany obraz (wydłużony lub rozciągnięty). Osoby z astygmatyzmem mogą być jednocześnie krótko- lub dalekowidzami. Wszystko to może zakłócać wykonywanie codziennych czynności, począwszy od czytania z bliska aż do patrzenia w dal.

Co powoduje astygmatyzm?

Wyraźne i stabilne widzenie można uzyskać, jeśli przednia powierzchnia oka (rogówka) posiada idealnie regularny, kulisty kształt.

Jednakże w przyrodzie nie występują idealnie okrągłe przedmioty – spójrz na przykład na arbuza lub pomarańczę. Niektóre osoby posiadają kulistą rogówkę, a u innych ma ona nieregularny lub owalny kształt. Im bardziej zbliżona jest kształtem do piłki do rugby, tym wyższa jest wartość astygmatyzmu.



Czym jest astygmatyzm?

Jeśli przednia powierzchnia oka różni się w niewielkim stopniu od kształtu piłki futbolowej, to astygmatyzm jest na minimalnym poziomie i nie wpływa znacznie na jakość widzenia. Tak zdarza się tylko wtedy, gdy moc astygmatyzmu nie przekracza 0,50 dioptrii cylindrycznych (dioptria to jednostka miary mocy optycznej oka i jest zwykle określana literą D). Dobry wzrok możemy oszacować na poziomie 0,00 lub $\pm 0,25$ D. Jeśli Twój wzrok wymaga korekcji na poziomie powyżej 0,25 dioptrii cylindrycznych to potrzebujesz okularów lub soczewek kontaktowych specjalnie skonstruowanych do korekcji astygmatyzmu.

Okolo 30% populacji ma astygmatyzm powyzej 0,50 D, więc jest to dość często występująca wada wzroku. W takim przypadku, wyraźne i stabilne widzenie można osiągnąć nosząc specjalne cylindryczne okulary lub toryczne soczewki kontaktowe.

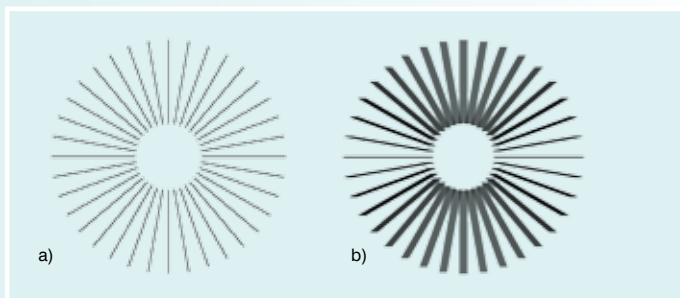


I SPRAWDŹ CZY DOTYCZY TO CIEBIE

Jak widzą osoby z astygmatyzmem?

Patrząc na poniższe figury promieniste osoby z astygmatyzmem nie widzą równo dokładnie pionowych i poziomych linii (Ryc. 2b).

A przyglądając się przedmiotom widzą oni obraz wydłużony i rozciągnięty (Ryc. 3b,c).



Ryc. 2. Sposób, w jaki oko bez astygmatyzmu (a) oraz oko z astygmatyzmem (b) widzi promienistą figurę.

Bez stosowania specjalnych okularów lub soczewek kontaktowych obraz jest niewyraźny. Co więcej może to spowodować stan zapalny powiek, dotkliwe bóle głowy, a także dalsze pogorszenie widzenia, szczególnie u dzieci. Ponadto osoby z astygmatyzmem, które ignorują konieczność noszenia okularów lub soczewek, w niekontrolowany sposób nieustannie mrużą oczy, co powoduje szybsze pojawienie się zmarszczek w okolicach oczu.

ODKRYJ CZYM JEST ASTYGMATYZM



a)



b)



c)

Ryc. 3. Tak widzą osoby bez wady wzroku (a), a tak osoby z astygmatyzmem (b, c).

I SPRAWDŹ CZY DOTYCZY TO CIEBIE

Jak mogę dowiedzieć się czy mam astygmatyzm?

Astygmatyzm może pojawić się z czasem, dlatego też tak ważne jest, aby regularnie, przynajmniej raz w roku, wykonywać badanie wzroku. **Wyłącznie specjalista może określić i ocenić wartość Twojego astygmatyzmu i dopasować Ci prawidłowe okulary lub soczewki kontaktowe, stosownie do Twoich indywidualnych potrzeb.** Zasadniczo, astygmatyzm można określić przy pomocy prostego badania z użyciem figury promienistej. Jednakże gabinety specjalistów wyposażone są w nowoczesne narzędzia, które pozwalają na diagnozę i wykrycie nawet niskich wartości astygmatyzmu.



Dlaczego powinienem nosić okulary lub soczewki kontaktowe przeznaczone dla osób z astygmatyzmem?

U osób z astygmatyzmem **wyraźne, stabilne widzenie można osiągnąć przy pomocy okularów lub soczewek kontaktowych, które są specjalnie skonstruowane do korekcji astygmatyzmu. Różnią się one od zwykłych (sferycznych) okularów lub soczewek kontaktowych. Być może słyszałeś o „torycznych” okularach lub „torycznych” soczewkach kontaktowych. Oprócz stabilnego widzenia, toryczne okulary lub soczewki kontaktowe eliminują również bóle głowy ze względu na zmniejszone napięcie oka, mogą zmniejszyć ryzyko zapalenia powiek i dalszego pogarszania się widzenia.**

Dlaczego nikt wcześniej nie zalecił mi okularów lub soczewek kontaktowych dla osób z astygmatyzmem?

Kilka lat temu trudno było dokonać precyzyjnego zdiagnozowania astygmatyzmu. Ze względu na skomplikowaną technologię soczewki dla osób z astygmatyzmem występowały niezwykle rzadko. Obecnie praktycznie

I SPRAWDŹ CZY DOTYCZY TO CIEBIE

każdy gabinet okulistyczny lub optometryczny jest wyposażony w specjalne urządzenia, które pozwalają zdiagnozować astygmatyzm w ciągu kilku minut. Oprócz okularów także soczewki kontaktowe dla osób z astygmatyzmem są obecnie powszechnie dostępne. Są one tak samo wygodne i zapewniają taki sam komfort jak soczewki sferyczne.

Czy sferyczne okulary lub soczewki kontaktowe są odpowiednie dla osób z astygmatyzmem?

Jeśli osoby z astygmatyzmem noszą sferyczne okulary lub soczewki kontaktowe, to nie uzyskają one widzenia wyraźnego w 100%.

Jeśli masz astygmatyzm, sferyczne soczewki kontaktowe poprawią Twoje widzenie jedynie częściowo. Na pewno dostrzeżesz poprawę widzenia, ale nie będzie ono tak dobre, jak mogłoby być. Dzieje się tak dlatego, że soczewki skonstruowane dla osób z astygmatyzmem skupiają promienie świetlne w Twoich oczach inaczej niż soczewki sferyczne – a to jest dokładnie to, czego potrzebujesz.

Jeśli chcesz widzieć wyraźnie i dostrzegać każdy szczegół wybierz soczewki przeznaczone do korekcji astygmatyzmu.



Jakie są zalety soczewek kontaktowych dla osób z astygmatyzmem?

Zalety soczewek kontaktowych doceniają miliony użytkowników na całym świecie:

- w porównaniu z okularami, **soczewki kontaktowe gwarantują nie tylko wyraźne i stabilne widzenie, ale także lepsze widzenie peryferyjne**, co jest niezwykle ważne, np. prowadząc samochód;
- **soczewki kontaktowe nie ograniczają swobody działania**, ponieważ nie mogą zaparować ani zsunąć się. Dobrze się w nich pracuje i spędza wolny czas. Sprawdzają się szczególnie w czasie uprawiania sportów lub przebywania na świeżym powietrzu;
- **soczewki kontaktowe nie zastaniają naturalnego piękna oczu.**



I SPRAWDŹ CZY DOTYCZY TO CIEBIE

Jakie soczewki kontaktowe są odpowiednie dla osób z astygmatyzmem?

Miękkie soczewki kontaktowe przeznaczone dla osób z astygmatyzmem nazywane są soczewkami torycznymi. Toryczne soczewki kontaktowe, na przykład ACUVUE® OASYS® for ASTIGMATISM lub 1-DAY ACUVUE® MOIST® for ASTIGMATISM umożliwiają skupienie wszystkich promieni światła przechodzących przez oko w jednym punkcie na siatkówce, przez co gwarantują w 100% wyraźne widzenie, cokolwiek robisz.

Omówione powyżej soczewki kontaktowe z rodziny ACUVUE® przeznaczone do korekcji astygmatyzmu mają znakomite właściwości. Są gładkie, elastyczne i nawilżone, przepuszczają tlen do oka, a także posiadają filtr UV, który pomaga chronić Twoje oczy przed szkodliwymi promieniami UV*. A co najistotniejsze, soczewki ACUVUE® OASYS® for ASTIGMATISM oraz 1-DAY ACUVUE® MOIST® for ASTIGMATISM gwarantują osobom z astygmatyzmem znakomite widzenie przez cały czas.



* Wszystkie soczewki kontaktowe marki ACUVUE® posiadają filtr UV, który pomaga chronić rogówkę i wnętrze gałki ocznej przed szkodliwym działaniem promieniowania UV. Soczewki kontaktowe z filtrem UV NIE zastępują okularów przeciwsłonecznych z filtrem UV, gdyż nie zakrywają całkowicie oczu i okolic wokół nich. Zaleca się korzystać z okularów przeciwsłonecznych z filtrem UV zgodnie z zaleceniami specjalisty.



ODKRYJ CZYM JEST ASTYGMATYZM

Co to jest Projekt Przyspieszonej Stabilizacji (ASD)?

Toryczne soczewki kontaktowe posiadają inną konstrukcję niż soczewki sferyczne. Ważne jest, aby utrzymywały właściwą pozycję i nie obracały się na oku niezależnie od tego, jakie czynności wykonujesz: uprawiasz sport, korzystasz z komputera czy oglądasz telewizję leżąc na kanapie.



Soczewki kontaktowe ACUVUE® OASYS® for ASTIGMATISM oraz 1-DAY ACUVUE® MOIST® for ASTIGMATISM charakteryzują się wyjątkową konstrukcją nazwaną Projekt Przyspieszonej Stabilizacji (ASD).*

Pomaga ona utrzymać soczewki we właściwej pozycji niezależnie od ruchu ciała oraz pozycji głowy i oczu. Oznacza to, że będziesz cieszyć się wyraźnym i stabilnym widzeniem przez cały czas.

Pamiętaj, że każda osoba ma odmienne potrzeby w zakresie widzenia, dlatego też soczewki powinny być za każdym razem dopasowywane przez specjalistę.

* Sulley A and Young G. Soft torics: first choice for your astigmatic patients. *Optician* 2011; 242(6327): 24-30

I SPRAWDŹ CZY DOTYCZY TO CIEBIE

Czym powinienem się kierować przy wyborze soczewek kontaktowych?

- Umów się ze swoim specjalistą na szczegółowe badanie wzroku i konsultację.
- Pamiętaj, że im częściej wymieniasz swoje soczewki kontaktowe na świeżą parę, tym wyższy osiągniesz komfort i zdrowie swoich oczu.
- Wybierz soczewki kontaktowe, które odpowiadają Twoim indywidualnym potrzebom w zakresie widzenia.
- Wybierz tylko soczewki kontaktowe wysokiej klasy, do których jesteś przekonany.

Podziel się wiedzą

Jeśli czytając niniejszą broszurę dowiedziłeś się czegoś nowego, jest bardzo prawdopodobne, że również członkowie Twojej rodziny, przyjaciele i znajomi odniosą korzyści z tej lektury. Przekaż osobom, na których Ci zależy, informacje zawarte w tej ulotce, bo **naprawdę warto**.



ACUVUE®

BRAND CONTACT LENSES

SEE WHAT COULD BE®



Więcej informacji na temat soczewek kontaktowych marki ACUVUE®
dostępnych jest na stronie internetowej www.acuvue.pl

Soczewka kontaktowa jest wyrobem medycznym służącym do korekcji wzroku.
Badanie wzroku jest niezbędnym elementem właściwego dopasowania soczewek kontaktowych.
Przed rozpoczęciem noszenia soczewek kontaktowych i w przypadku jakichkolwiek pytań lub
wystąpienia niepożądanych objawów należy zawsze
skonsultować się ze specjalistą. Prosimy uważnie zapoznać się z dostępną w gabinecie
Instrukcją Pacjenta i zastosować się do zaleceń specjalisty.

Eye Health Advisor®, ACUVUE®, ACUVUE® 2®, ACUVUE® ADVANCE® with HYDRACLEAR®,
ACUVUE® OASYS® with HYDRACLEAR® PLUS, ACUVUE® OASYS® for ASTIGMATISM,
1-DAY ACUVUE® MOIST®, 1-DAY ACUVUE® MOIST® for ASTIGMATISM, 1-DAY ACUVUE® TruEye®
i SEE WHAT COULD BE® są zastrzeżonymi znakami towarowymi na rzecz spółek
z grupy Johnson & Johnson.