



Σοβαρό είναι το ενδεχόμενο μετάδοσης του κορωνοϊού μέσω των ματιών και εμφάνισης συμπτωμάτων από δύο έως και 14 ημέρες μετά την έκθεση, υποστηρίζουν οι επιστήμονες. ...

Είναι σημαντικό να κατανοήσουμε ότι ο κορωνοϊός μπορεί να εξαπλωθεί μέσω των ματιών - όπως και μέσω του στόματος ή της μύτης.

Όταν κάποιος που έχει κορωνοϊό βήχει, φτερνίζεται ή μιλάει, σωματίδια ιού μπορούν να εξαπλωθούν από το στόμα ή τη μύτη του στο πρόσωπό σας. Είναι πιθανό να αναπνεύσετε αυτά τα μικροσκοπικά σταγονίδια από το στόμα ή τη μύτη σας. Τα σταγονίδια μπορούν επίσης να εισέλθουν στο σώμα σας μέσω των ματιών σας. Μπορεί επίσης να μολυνθείτε αγγίζοντας τα μάτια σας αφού αγγίξετε κάτι που έχει τον ιό πάνω τους.

Ίσως ο κορωνοϊός να προκαλέσει λοίμωξη στα μάτια (επιπεφυκίτιδα), αλλά αυτό είναι εξαιρετικά σπάνιο. Εάν έχετε κόκκινα μάτια, μην πανικοβληθείτε. Απλά καλέστε τον οφθαλμίατρό σας για να τον ενημερώσετε και να ακολουθήσετε τις οδηγίες του.

"Λάβετε υπόψη ότι το κοκκίνισμα των ματιών είτε προκαλείται από ιό είτε από βακτήρια, μπορεί να επιμολύνει όποιον αγγίξει την κολλώδη και υγρά εκκρίματα από τα μάτια ή αντικείμενα μολυσμένα από αυτά", όπως μας εξηγεί ο Μιχαήλ Χριστοδουλίδης, Χειρουργός Οφθαλμίατρος, Επιστημονικός Υπεύθυνος Οφθαλμολογικού Τμήματος ΥΓΕΙΑ.

Η προστασία των ματιών σας

Προστατεύοντας τα μάτια σας - καθώς και τα χέρια σας, τη μύτη και το στόμα - επιβραδύνετε την εξάπλωση του κορωνοϊού. Μερικοί τρόποι για να κρατήσετε τα μάτια σας ασφαλή και υγιή κατά τη διάρκεια αυτής της επιδημίας του κορωνοϊού είναι οι εξής:

1. Εάν φοράτε φακούς επαφής, δοκιμάστε προσωρινά να τους αντικαταστήσετε με γυαλιά.

Οι χρήστες φακών επαφής αγγίζουν τα μάτια τους περισσότερο απ' ό,τι ο μέσος άνθρωπος. Χρησιμοποιείτε γυαλιά πιο τακτικά, ειδικά αν έχετε την τάση να

αγγίζετε τα μάτια σας συχνά ενώ φοράτε τους φακούς επαφής. Αντικαθιστώντας τους φακούς με τα γυαλιά μειώνετε την πιθανότητα ερεθισμού των ματιών, και τα γυαλιά δρώντας σαν εμπόδιο, σας υπενθυμίζουν να μην αγγίζετε τα μάτια σας. Εάν πρέπει να φοράτε φακούς επαφής, βεβαιωθείτε ότι τους έχετε καθαρίσει και απολυμάνει ακριβώς όπως σας συνιστά ο οφθαλμίατρός σας.

2. Φορώντας γυαλιά δημιουργείται ένα στρώμα προστασίας.

Τα γυαλιά που διορθώνουν την όραση ή τα γυαλιά ηλίου προστατεύουν τα μάτια σας από μολυσμένα αναπνευστικά σταγονίδια. Παρόλα αυτά δεν παρέχουν 100% προστασία. Ο ιός μπορεί ακόμα κι έτσι να φτάσει τα μάτια σας από όλες τις ακάλυπτες πλευρές μεταξύ γυαλιών και προσώπου. Για μεγαλύτερη προστασία, πρέπει να χρησιμοποιείτε ειδικά προστατευτικά γυαλιά εάν φροντίζετε έναν άρρωστο ασθενή ή δυνητικά εκτεθειμένο άτομο.

3. Προμηθευτείτε όσο περισσότερες ιατρικές συνταγές για τα κολλύριά σας γίνεται.

Εάν σας το επιτρέπει η ασφάλειά σας προμηθευτείτε για παραπάνω από ένα μήνα τις προβλεπόμενες ιατρικές συνταγές για τα μάτια σας (όπως για το γλαύκωμα). Σε καιρούς πανδημίας εγκρίνονται τρίμηνες ή εξαμήνες συνταγές φαρμάκων.

4. Αποφύγετε το τρίψιμο των ματιών σας.

Μπορεί να είναι δύσκολο να αποφύγουμε αυτή τη συνήθεια, αλλά κάτι τέτοιο θα μειώσει τον κίνδυνο μόλυνσης. Αν αισθανθείτε την επιθυμία να τρίψετε τα μάτια σας ή ακόμα και να επανατοποθετήσετε τα γυαλιά σας χρησιμοποιήστε ένα μαντηλάκι. Τα ξηρά μάτια μπορεί να οδηγήσουν σε περισσότερο αίσθημα φαγούρας, για το λόγο αυτό να προσθέτετε συχνά σταγόνες ενυδάτωσης στα μάτια σας. Σε περίπτωση που πρέπει να αγγίξετε τα μάτια σας για οποιοδήποτε λόγο (ακόμη και για θεραπεία με κολλύριο) πλύνετε τα χέρια σας με σαπούνι και νερό πριν και μετά από το άγγιγμα των ματιών σας, για τουλάχιστον 20 δευτερόλεπτα. Γενικά να πλένετε τα χέρια σας τακτικά, ακολουθήστε καλή υγιεινή με τη χρήση φακών επαφής και αποφύγετε να αγγίζετε ή να τρίβετε τη μύτη, το στόμα και τα μάτια σας.

Αν έχετε οποιαδήποτε ερώτηση σχετικά με την υγεία των ματιών σας ή την όρασή σας, απευθυνθείτε στον οφθαλμίατρό σας, καταλήγει ο κ. Χριστοδουλίδης.

Το διαβάσαμε στο iatropedia