Линзы более практичное средство для улучшения зрения по сравнению с очками: их не получится забыть в автобусе, потерять дома, сломать, сев на них и т. д. Недостатков у них тоже немало, например, носители испытывают трудности с надеванием линз, поэтому часто не снимают их на ночь. Врачи рекомендуют снимать линзы на время сна — даже те, что предполагают ношение в течение нескольких дней. Почему не стоит спать в линзах, а какие линзы, напротив, нужно носить только ночью, — читайте в справке aif.ru.

Какие бывают линзы?

На рынке представлены разные виды линз в зависимости от материала, размера, места глаза, на которое они опираются. Также их делят по длительности ношения: однодневные, частой плановой замены — линзы на 1-2 недели, плановой замены — на 1-3 месяца, традиционные — на 6-12 месяцев. По режиму ношения выделяют:

Почему вредно спать в линзах?

Ткани глаза нуждаются в кислороде, который поступает через ткани роговицы — наружной оболочки. Линзы обычно делают из гидрогеля или полимеров — современные материалы могут пропускать кислород, но в значительно меньшем объеме, чем необходимо. Доступ кислорода прерывается и во время моргания, длительного закрывания глаз.

Медики объясняют, что из-за недостатка кислорода возникает гипоксия роговицы. Она может повлечь синдром сухого глаза, отек роговицы, повреждение и отмирание клеток роговицы, развитие инфекций. В запущенных случаях возникшие инфекции могут привести к потере зрения. Из-за этого даже линзы длительного ношения лучше снимать на ночь.

В каких линзах можно и нужно спать?

Существуют специальные линзы, которые используют только во время сна. Речь об ортокератологических линзах. Их надевают перед сном и утром снимают: ночью они мягко давят на роговицу — она принимает естественную форму, и после снятия зрение становится четче. Об этом Минобрнауки рассказала Полина Аситинская, врач-офтальмолог, ассистент кафедры офтальмологии и куратор курсов по ортокератологии (метод временной коррекции близорукости и астигматизма при помощи жестких контактных линз) РНИМУ имени Н. И. Пирогова. Этот метод применяют для коррекции

Все права защищены

близорукости и астигматизма у детей и подростков. Стоит ли запасаться впрок контактными линзами? Подробнее

Источники:

https://navigator.mosgorzdrav.ru/

https://www.championat.com

https://dzen.ru

Все права защищены