

**Рекомендации CORE (Centre for Ocular Research & Education – Центр глазных исследований и образования Университета Ватерлоо) по безопасному ношению контактных линз в условиях угрозы COVID-19 и акцентированию внимания на надлежащей гигиене рук**

ВАТЕРЛОО, Онтарио, 11 марта 2020 /PR канал новостей/. – По мере того как бутылки с мылом разлетаются с полок и антисептик для рук становится дефицитом, с момента глобального распространения коронавируса COVID-19 люди уделяют все больше внимания методам мытья рук. Несмотря на то что нет указаний на связь между COVID-19 и безопасным ношением контактных линз, для миллионов пользователей контактных линз по всему миру возросший фокус на мытье рук в новинку.

Поразительные фотографии, сделанные в Центре глазных исследований и образования (CORE), демонстрируют разницу между манипуляциями с контактными линзами чистыми руками и немытыми. Уход за контактными линзами чистыми, сухими руками является важнейшим принципом, говорят офтальмологи.

В недавней статье профессора Десмона Фонна из Центра глазных исследований и образования (CORE) опубликовано, что качественная гигиена рук особенно важна для людей, пользующихся контактными линзами. Независимое исследование, опубликованное в журнале «Contact Lens and Anterior Eye», акцентирует внимание на том, как привычки в мытье рук могут оказывать влияние на развитие микробного кератита, связанного с ношением контактных линз, который может угрожать зрению, а также сопровождаться осложнениями воспалительного характера.

«Неожиданно каждый начал гуглить, как лучше обработать руки из-за вспышки COVID-19, – сказал Линдон Джонс, доктор медицины, член BCCLA, директор CORE. – Определенно, это разумный совет поспособствовать уменьшить риск передачи вируса, однако, невзирая на текущую ситуацию, уделение особого внимания обработке рук должно быть обязательным для носителей контактных линз всегда. С тем объемом информации, который появился именно сейчас, самое время напомнить всем пользователям КЛ, насколько элементарный акт мытья рук может уменьшить риск развития осложнений, связанных с ношением КЛ».

В статье указано, что скрупулезное и тщательное мытье рук с мылом и водой с последующим высушиванием одноразовым бумажным полотенцем существенно уменьшает перенос микробного загрязнения с рук на контактные линзы или глаза. Чистые руки и использование однодневных КЛ сводит к минимуму риск развития осложнений. Для носителей линз плановой замены есть дополнительные руководства по обработке линз и контейнеров, которые можно найти на обучающем портале CORE.

**Видеть – значит верить**

В 2018 CORE опубликовал серию поразительных фотографий, которые демонстрируют быстрый рост бактерий с необработанных линз. Исследователи CORE подвергли наблюдению новые чистые линзы, к которым прикасались чистыми и немытыми руками. Немытый палец прижимали к агару (рисунок 2a), а затем надевали и снимали линзы этими руками (рисунок 2b). После ученые повторили процедуру после мытья рук в рекомендованном режиме и также прикасались к агару наряду с надеванием и снятием

линз (рисунки 2c и 2d). Результаты наглядно демонстрируют воздействие манипуляций на линзы. На образцах линз, к которым прикасались невымытыми руками, достоверно большее количество видимых бактерий. Для сравнения – количество бактерий на линзах, к которым прикасались чистыми руками, минимальное.

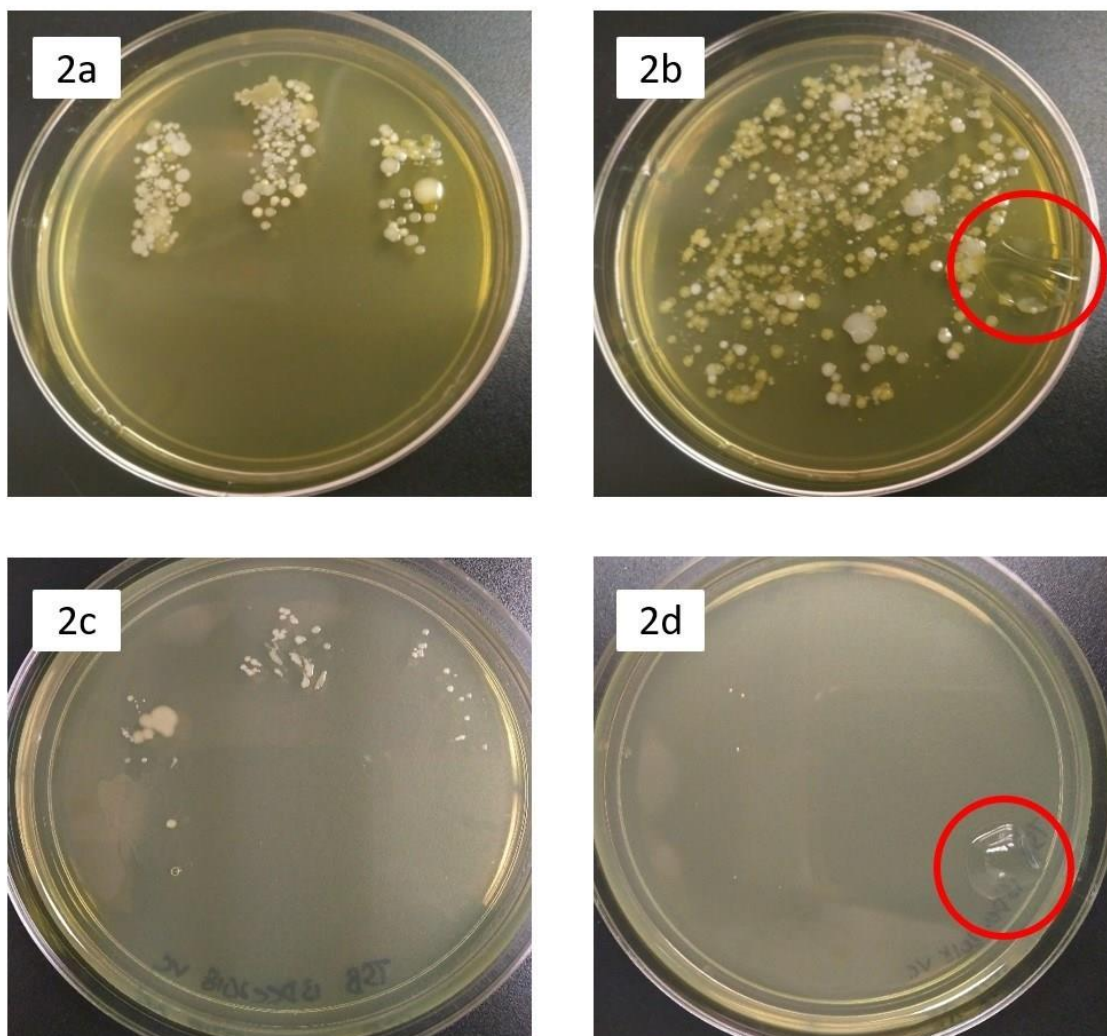


Figure 2:

2a: Unwashed fingers placed on agar; 2b: Contact lens (CL) handled with unwashed hands. CL circled in red  
2c: Washed fingers placed on agar; 2d: Worn CL handled on insertion and removal with washed hands. CL circled in red



«Контактные линзы – безопасный, высокоэффективный способ коррекции зрения, используемый миллионами людей во всем мире. Но игнорирование хорошего ухода за ними имеет катастрофический эффект на здоровье глаз и зрение, – говорит старший научный сотрудник CORE Мариам Хейнен, которая проводила этот эксперимент с ассистентом Вивиан Чан. – Уход за вашими контактными линзами чистыми сухими руками – обязателен, и это продемонстрировано на данных фотографиях».

Фотографии описанного исследования доступны для специалистов и пользователей КЛ на <https://core.uwaterloo.ca/news/seeing-is-believing-eye-popping-photos-show-why-good-contact-lens-hygiene-is-essential/>.

В заключение доктор Джонс сказал: «Мы осознаем важность качественной обработки рук для всех в нынешних условиях эпидемии COVID-19. Несмотря на повышенное внимание в данный момент, также целесообразно напомнить носителям КЛ об их постоянной необходимости обеспечивать гигиену рук перед касанием линз или глаз».

#### О Центре глазных исследований и образования (CORE)

Центр глазных исследований и образования был основан в 1988 году на базе школы оптометрии Университета Ватерлоо. На протяжении трех десятилетий организация выросла от коллектива из трех человек до крупного центра фундаментальных и практических исследований в коллаборации со спонсорами, агентствами и Американским институтом биологических наук, клинических исследований и образования. Его непоколебимая независимость и результаты высочайшего качества стали во главе множества значимых усовершенствований в области здоровья глаз. Сегодня команда из 50 человек работает в широком диапазоне офтальмологических областей, включая изделия медицинского назначения, офтальмофармакологию, цифровые технологии и другие, с фокусом на передний отрезок глаза. Для получения большей информации посетите [core.uwaterloo.ca](http://core.uwaterloo.ca).

Источник: <https://www.prnewswire.com/news-releases/core-advises-contact-lens-wearers-on-safe-use-amidst-covid-19-concerns-reinforces-proper-hand-hygiene-301021849.html>