

SALUT

LENTS DE CONTACTE. QUÈ CAL SABER?

Dra. Sílvia Bover SolàOFTALMÒLOGA (CÒRNIA I CONTACTOLOGIA)
NÚM. COL·LEGIADA 5.815

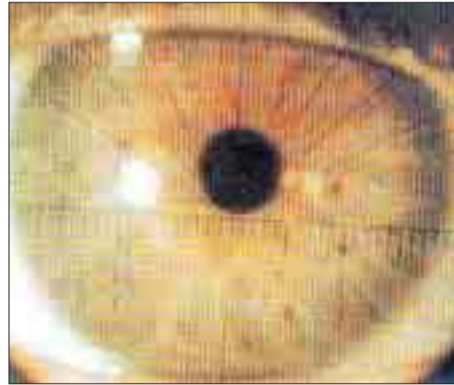
D'ençà que es van inventar les lents de contacte, són moltes les persones que s'han beneficiat del seu ús. Milions de persones les utilitzen diàriament sense saber quines precaucions cal tenir. Qui les pot utilitzar? Pràcticament totes les persones que porten ulleres, després de realitzar un estudi complet pel seu especialista. Poden corregir la miopia, la hipermetropia i fins i tot l'astigmatisme. Actualment, també es disposa de lents de contacte progressives per corregir la presbícia (vista cansada). No hi ha edat per iniciar l'ús de la lentilla, però normalment s'exigeix que la persona tingui cert grau de maduresa i de responsabilitat.

Perquè pot ser perjudicial el seu ús? La còrnia és una estructura transparent situada a la part més anterior de l'ull. És avascular, no té vasos sanguinis, així que es nutreix principalment de la llàgrima que recobreix l'ull. Quan ens col·loquem una lent de contacte, aquesta dificulta la correcta nutrició de la còrnia. Motiu pel qual, s'han dissenyat diferents tipus de materials per tal de permetre la màxima arribada d'oxigen.

De quins tipus de lents de contacte disposem? Aquestes poden ser rígides, semirígides i toves. Les lents rígides estan pràcticament en desús i han estat substituïdes per les semirígides.

Les lents semirígides o gas permeables proporcionen una visió òptima i una perfecta oxigenació de la còrnia. La seva higiene és senzilla però, al principi, provoquen moltes molèsties.

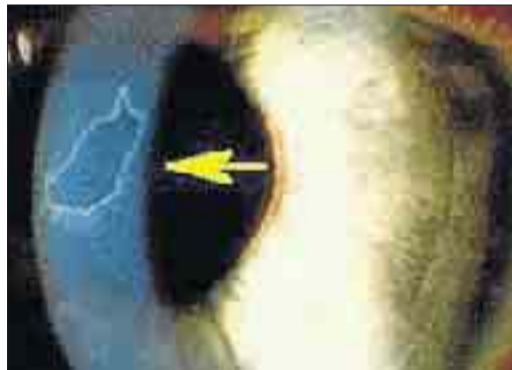
Les lents toves són les més utilitzades i populars ja que pràcticament «no es noten» perquè s'adapten molt bé sobre la còrnia i no salten fàcilment de l'ull, sent molt còmodes per practicar esport. Però requereixen una exigent desinfecció i és importantíssim controlar les hores del seu ús. En què consisteixen les proves prèvies a l'ús de les lents de contacte? Cal fer un estudi personalitzat en el que es realitza una graduació completa; es prenen mesures de la còrnia (curvatura, diàmetre), de la mida pupilar, de l'obertura palpebral vertical; es valora la llàgrima (altura del



Mesures oculars per escollir la lent de contacte més adequada.



Mapa topogràfic que mostra una distorsió corneal per una mala adaptació de lent rígida gas permeable.



A l'esquerra, restes de mucina entre la còrnia i la lent de contacte per ús perllongat de lents de contacte tova. A la dreta, úlcera corneal.

menisc llagrimonial inferior, temps de ruptura llagrimonial, test Schirmer) i altres possibles problemes oculars. Es realitza una topografia (mapa de la còrnia) i una microscopia especular (estudi de la cel·lularitat de la còrnia). S'ha de valorar també si hi ha una mala higiene personal, un ambient de treball amb fum, pols o productes químics, ja que en aquests casos es rebutjaria l'ús de les lents de contacte.

Un cop escollit el tipus de lent de contacte, s'ensenya a posar-la i treure-la correctament. I es fa un seguiment de la seva adaptació, valorant el centrat, el recobri-

ment corneal, l'adaptació dinàmica i l'alineament de la lent respecte a la còrnia i la conjuntiva.

Quins consells hem de recordar? No s'ha d'abusar de les hores d'ús màxim diari recomanades. Encara que existeixen lentilles de 24 h d'ús (dia i nit), és molt important no dormir-hi mai, ja que hi ha un risc molt més alt de tenir problemes de sequedat i infeccions. No es poden utilitzar per nedar i s'han de col·locar a l'ull abans de maquillar-se.

És de gran ajuda instal·lar-se gotes de llàgrima artificial tant abans, durant l'ús o

després de treure les lents de contacte per tal de mantenir la superfície ocular ben hidratada. És important que aquestes siguin sense conservants quan s'utilitzin, just abans de col·locar-se la lent o quan ja està a l'ull.

El sol fet de rentar-se bé les mans abans de ficar-se o treure's la lent de contacte, pot evitar molts problemes. S'ha de fer un recanvi periòdic de l'estoig on es guarden i canviar cada vegada el líquid desinfectant. Mai s'ha de posar saliva, aigua de l'aixeta o líquids no estèrils a la lent.

Si es noten molèsties, s'ha de retirar la lent de contacte i consultar a l'especialista.

Cal fer revisions periòdiques a l'oftalmòleg i a l'optometrista per revisar que hi ha una bona tolerància. La freqüència dels controls dependrà de cada pacient i del tipus de lent. Sempre que s'hagi de valorar si ha canviat la graduació, cal que el pacient descansi de les lents de contacte aproximadament durant les 48 h prèvies a la visita.

Quines patologies poden ser causades per les lents de contacte?

Amb l'ús diari de les lents de contacte, sobretot quan són velles i mal desinfectades, s'acumulen múltiples dipòsits petits que ocasionen una irritació constant de la còrnia i la conjuntiva, amb conseqüent neovascularització, queratitis, etc.

La queratitis seca, una de les principals complicacions, es manifesta amb sensació de sorra als ulls i llagrimatge. Pot empitjorar amb l'aparició d'una úlcera corneal.

Una infecció que típicament s'associa a les lents de contacte és la Pseudomona Aeruginosa, la qual provoca uns infiltrats blancs que avancen ràpidament i requereixen tractament antibiòtic d'immediat. Solen deixar unes cicatrius blanques a la còrnia (leucomes), que en cas d'afectar l'eix visual, es requerirà posteriorment un trasplantament de còrnia.

Altres patologies poden ser per intolerància a les lents de contacte, la qual pot provocar una conjuntivitis papil·lar gegant. També ens podem trobar amb una hipersensibilitat o toxicitat als conservants dels líquids que s'utilitzen per a la desinfecció.

Finalment, insistir que el més important per tal d'aconseguir un bon ús de les lents de contacte, consisteix, primer de tot, que l'optometrista i l'oftalmòleg facin una correcta valoració, i després d'escollir les lents més adequades, s'haurà de mantenir una higiene rigorosa, no abusar-ne i acudir a urgències davant de qualsevol símptoma suggestiu d'intolerància o infecció.

Rda. Pare Claret, 15 · 17001 GIRONA · Tel. 972 20 87 87
La vostra botiga a Internet - www.genciana.es

Osteopatia
Naturopatia
Acupuntura
Homeopatia
Medicina xinesa
Tractaments infantils
Flors de Bach
Dietista

