



CooperVision®

LÉPJEN IDŐBEN, HOGY **GYERMEKE** RÖVIDLÁTÁSÁNAK ROMLÁSÁT LASSÍTHASSUK! *1,2



*A 8–15 éves, rövidlátó gyermekeknél lassult a myopia progressziója, amikor elkezdték a kezelést a MiSight® 1 day kontaktlencsével, amely ugyanazt az ActivControl® technológiát alkalmazza, mint a MyDay® MiSight® 1 day.

MIT ÉRDEMES TUDNI RÓLA?

A myopia (rövidlátás) egyre gyakoribb probléma a gyermekek és fiatalok körében.³ Homályos látást okoz, ami befolyásolja az életminőséget, megnehezítheti az iskolai életben, a sportban és más mindennapi tevékenységekben való részvételt, valamint növeli a szem jövőbeli egészség romlásának kockázatát.⁴⁻⁶

A rövidlátás gyorsan fokozódhat, különösen a fiatalabb gyermekeknél, így fontos, hogy minél hamarabb elkezdjük a rövidlátás kezelését.⁷

A kontaktlencse **megkönnyíti**, hogy gyermeke elérje **a myopia kontroll maximális hatékonyságához** szükséges viselési időt.⁸⁻¹⁰

MIÉRT FONTOS A MYOPIA KEZELÉSE?

A **rövidlátás vagy myopia** jellemzően akkor fordul elő, amikor a szemgolyó hosszabbra nyúlik, mint azt arányaiban kellene. A rövidlátás gyorsan romolhat, különösen a fiatalabb gyermekeknél, mivel a szemük gyorsabban növekszik.⁷

A rövidlátás homályos látást okoz, ezért a táblán vagy a televízióban lévő részletek éles látása **szemüveg vagy kontaktlencse viselést igényel**.⁹ Ahogy a rövidlátás fokozódik, úgy nő a mindennapi tevékenységekhez szükséges dioptria igény, ezzel együtt jelent egyre nagyobb veszélyt hosszú távon a szem egészségére.⁶

Normál
látás



Rövidlátás

(a távoli tárgyak sokkal elmosódottabbak, mint a közeli)

A fenti kép a szemüveg vagy kontaktlencse nélkül tapasztalható rövidlátás szemléltetése.

MI OKOZZA A RÖVIDLÁTÁST?

A rövidlátás egyre gyakoribb jelenség.³ Ennek hátterében részben a modern életmód, a közeli látást igénylő tevékenységek és a megnövekedett képernyő előtt töltött idő áll – de a genetika is szerepet játszik benne.^{11,12}



Megnövekedett
képernyő idő



Kevesebb szabad-
ban töltött idő



Oktatási
követelmények



Urbanizáció



Genetika

HOGY BEFOLYÁSOLJA A MYOPIA A GYERMEKEK JELENÉT?

Ahogy a rövidlátás fokozódik, ez egyre nagyobb hatással van az életminőségre. Ez azért van, mert a gyermekek egyre inkább függnek a látáskorrekciótól, hisz éleslátás szükséges ahhoz, hogy teljes értékűen részt vehessenek az iskolai életben, a sportban és más napi tevékenységek végzésében.^{4,5}

Tegyen most
azért, hogy
**lassítsa gyermeke
rövidlátásának
romlását!**^{*1,2}

A rövidlátás gyakran
gyorsabban romlik
fiatalabb gyermekeknél,
serdülőknél, ezért **fontos
a kezelés mielőbbi
megkezdése.**⁷



HOGYAN BEFOLYÁSOLHATJA A RÖVIDLÁTÁS A SZEM EGÉSZSÉGÉT?

A rövidlátás a következő
**súlyosabb szem egészségügyi
problémákhoz vezethet**
az élet későbbi szakaszában:

- myop makulopátia¹³
- retina leválás¹⁴
- zöldhályog¹⁵
- szürkehályog¹⁶

*A 8–15 éves, rövidlátó
gyermekeknél lassult a myopia
progressziója, amikor elkezdték a
kezelést a MiSight® 1 day
lencsével, amely ugyanazt az
ActivControl® technológiát
alkalmazza, mint a MyDay®
MiSight® 1 day.



Fun fact

→ A tudósok úgy vélik, hogy egy teljesen kifejlett szem átlagosan **0,5 mm-rel hosszabb lesz a férfiak esetében, mint a nőknél.**¹

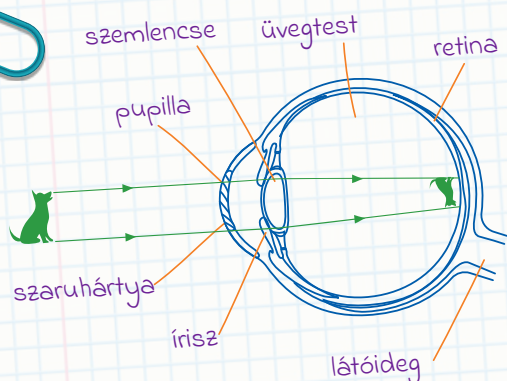
→ A szemeink **10 millió különböző szint** képesek megkülönböztetni.²

Percenként átlagosan **15-20-szor pislogunk**, ami évente 5 millió alkalmat jelent.³

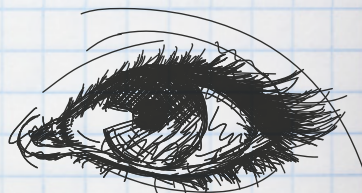
Mi is valójában a rövidlátás (azaz myopia)?

A rövidlátás, más néven „myopia” miatt a távolban lévő dolgokat homályosan látjuk. Ha rövidlátó vagy, nehézséget okozhat az olvasás a tábláról, vagy távolról nézni a kedvenc tévéműsorodat.⁴

Normál szem anatómiája

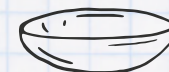


A rövidlátás oka jellemzően az, hogy a szem hosszabbra nő, mint arányaiban kellene.⁶ Az esélye, hogy rövidlátó lesz valaki, nagyobb, ha családtagjai szintén rövidlátók.⁵



Ismerd fel a rövidlátás jeleit⁶

- ✓ Fejfájás
- ✓ Fáradt szemek
- ✓ Rendszeresen viszkető szemek
- ✓ Közelebb kell ülni a képernyőhöz, TV-hez
- ✓ Nehezen látod távolról a táblát



Tippek és trükkök, hogyan segítsünk szemeinknek

1. Menj ki a szabadba!

A parkban való sétától kezdve a biciklizésen át, egészen a távolban lévő tárgyak figyeléséig, minden lehetőséget nyújt szemednek a pihenésre.⁶



2. Képernyőmentes idő!

A sok idő, amit a képernyő előtt töltünk, megterheli szemeinket.⁷ Most itt az ideje, hogy távolabb kerüljünk a tabletektől, számítógépektől, TV-től, és természetesen a telefonoktól is.⁷ Bocsánat, de szemeid hálásak lesznek érte!



3. Tartsd távolabb a tárgyakat!

Tudjuk, hogy nagy a kísértés, hogy a képernyőhöz közel görnyedjünk, de vannak rá bizonyítékok, hogy ez növelheti az esélyt annak, hogy a rövidlátás kialakuljon vagy fokozódjon.⁸ Azt javasoljuk, hogy mind a készülékeket, mind a könyveket alkarnyi távolságban tartsd.⁹ Rajta, próbáld ki!



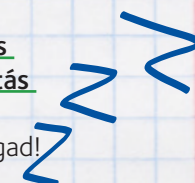
4. Speciális myopia kontroll kontaktlencsék és szemüvegek

Léteznek speciális kontaktlencsék és szemüvegek, amelyek nem csak az éles látásban segítenek, hanem lelassíthatják a látásromlás mértékét.¹⁰ Az optometristák, szemorvosok szívesen elmagyarázzák, hogyan működik.



5. Aludj eleget!

A jó minőségű alvás segíthet a rövidlátás esetén is,¹¹ ezért mindig aludj ki magad!



Szükséged van rendszeres szemvizsgálatra?

Ahogy évről évre nősz, veled nőnek, változnak a szemeid is. A rendszeres szemvizsgálatok segítenek észrevenni minden olyan változást, ami megnehezítheti a látást, és hosszú távon segít **megőrizni a szemed egészségét.**

Mi a helyzet a jövővel?

A rövidlátás könnyen kezelhető néhány egyszerű lépéssel, így még mindig sok izgalmas dolgot csinálhatsz, amikor felnősz, legyen szó akár arról, hogy profi sportoló leszel, a csillagokat tanulmányozod vagy másokról gondoskods.

Ha bármilyen változást észlelsz a látásodban, ahogy idősödsz, tedd meg, hogy mindenképpen szölsz róla egy felnőttnek. Minél korábban észreveszed a szemed változását, annál hamarabb tud a szemorvos vagy az optometrista segíteni a kezelésben.

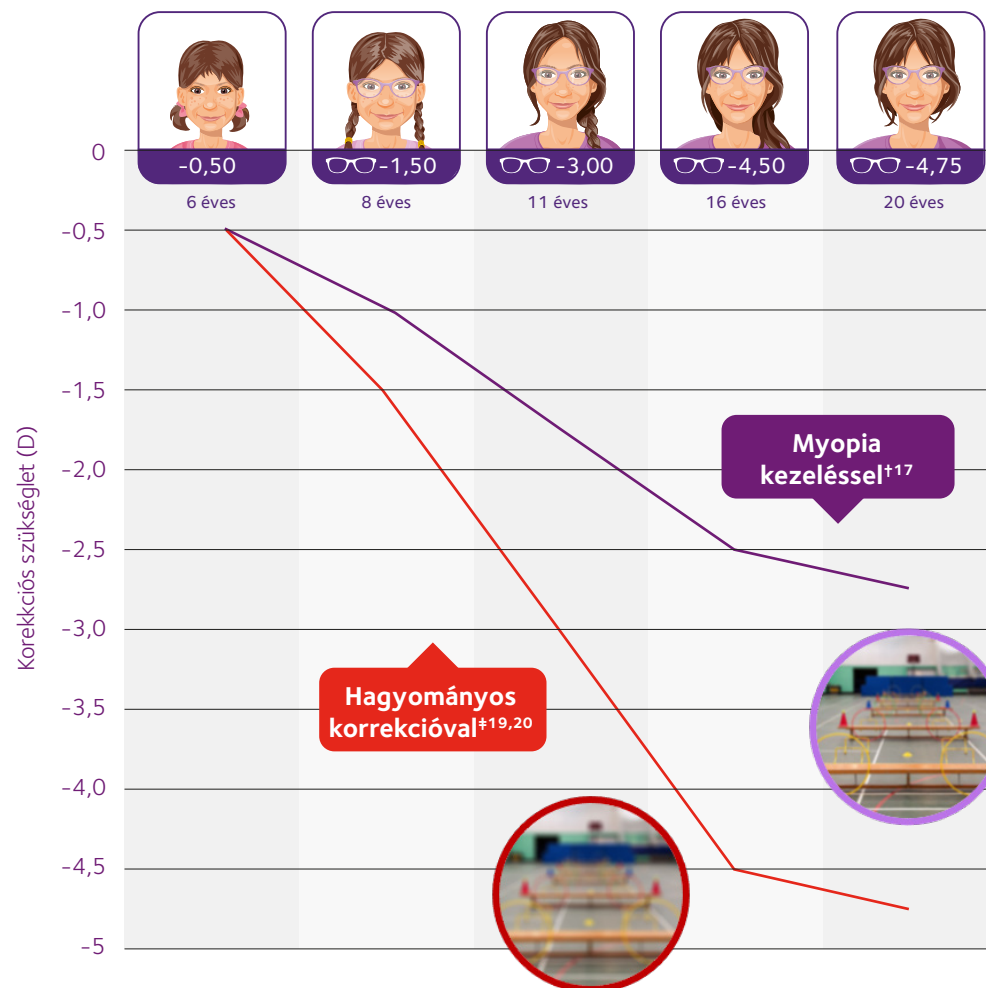


1. <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/pdf/10.1111/aos.12107>
2. <https://www.aao.org/eye-health/tips-prevention/how-humans-see-in-color>
3. Karson CN. Physiology of normal and abnormal blinking. Adv Neurol 1988;49:25-37.
4. Zadnik K et al. Prediction of Juvenile-Onset Myopia. JAMA Ophthalmol. 2015 Jun; 133(6): 683-689
5. 2018, NHS guidelines: <https://www.nhs.uk/conditions/short-sightedness/>
6. Deman JW, Snabel MC, Tedja MS, et al. Association of axial length with risk of uncorrectable visual impairment for Europeans with myopia. JAMA Ophthalmol. 2016;134:1355-1363
7. Foreman J et al. Association between digital smart device use and myopia: a systematic review and meta-analysis [https://doi.org/10.1016/S2589-7500\(21\)00135-7](https://doi.org/10.1016/S2589-7500(21)00135-7)
8. Ip JM et al. Role of near work in myopia: findings in a sample of Australian school children. Invest Ophthalmol Vis Sci. 2008 Jul;49(7):2903-10. doi: 10.1167/iops.07-0804. PMID: 18579757.
9. Huang et al. Protective behaviours of near work and time outdoors in myopia prevalence and progression in myopic children: a 2-year prospective population study. Br J Ophthalmol. 2020 Jul;104(7):956-961
10. Chamberlain P et al A 3-year Randomized Clinical Trial of MiSight® Lenses for Myopia Control. Optom Vis Sci 2019;96:556-567
11. Liu, X.N., Naduvilath, T.J., Wang, J. et al. Sleeping late is a risk factor for myopia development amongst schooled children in China. Sci Rep 10, 17194 (2020). <https://doi.org/10.1038/s41598-020-74348-7>

A MYOPIA KEZELÉSI TECHNOLÓGIÁK TISZTA LÁTÁST KÍNÁLNAK, MIKÖZBEN CÉLJUK, HOGY LASSÍTSÁK A MYOPIA PROGRESSZIÓJÁNAK ÜTEMÉT.*^{2,10,17}

Minden egyes dioptria, amit ki tudunk védeni, akár 40%-kal¹⁸ is csökkentheti a szem jövőbeni egészségügyi problémáit (pl: -3,00 D helyett csak -2,00 D)

A rövidlátás várható alakulásának becslést mértéke, kizárólag illusztrációs célt szolgál.



* A MyDay® MiSight® 1 day kontaktlencsék ugyanazt az ActivControl® technológiát alkalmazzák, mint a MiSight® 1 day.

† A közölt átlagos progressziós adatok alapján, 50%-os kezelési hatást feltételezve.

‡ A rövidlátás becslést progressziója; csak szemléltetés céljából.

LEHETŐSÉG GYERMEKE SZÁMÁRA

Amennyiben gyermekénél rövidlátást állapítottak meg, rendelkezésre áll néhány, klinikailag bizonyított hatékonyságú technológia a rövidlátás romlásának lassítására.²¹

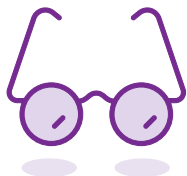
MyDay® MiSight® 1 day kontaktlencse

- Egynapos lágy kontaktlencse, amely napközben viselendő
- Ideális aktív gyermekek számára
- ActivControl® technológiával rendelkezik, amely a kezelés megkezdésének időpontjától függetlenül, minden életkorban hatékony a gyermekeknél.^{*1,2}
- Az ActivControl® technológia révén elért myopia kontroll előnyök a MyDay® MiSight® 1 day esetében a kezelés lezárását követően is fennmaradnak.^{†2, 22}



Myopia kontroll szemüveglencsék

- Napközben állandóan viselendő távolra és közelre egyaránt
- Jó választás, ha gyermeke szorgalmasan hordja a szemüvegét
- Ideális fiatalabb gyermekek számára



Orthokeratológiai kontaktlencse

- Kemény, éjszaka viselendő kontaktlencse
- Napközben nincs szükség semmilyen látásjavító eszközre
- Ideális olyan gyermekek számára, akik sok időt töltenek uszodában, vízi sportokat űznek, ahol a szemüveg és a lágy kontaktlencse nem megfelelő választás



* Amíg az előírás szerint viselték a kontaktlencsét, a 8–15 év közötti rövidlátó gyermekek továbbra is lassult myopia progressziót tapasztaltak a MiSight® 1 day használatával, amely ugyanazt az ActivControl® technológiát alkalmazza, mint a MyDay® MiSight® 1 day.

† A kezelés befejezése utáni 12 hónapban bizonyítottan nem veszett el a 3 vagy 6 éven át tartó MiSight® 1 day viselés során elért myopia kontroll előny (átlagosan a 8–15 évesen kezdő gyermekeknél), amely ugyanazt az ActivControl® technológiát alkalmazza, mint a MyDay® MiSight® 1 day. A kezelés után a szem növekedése egyszerűen visszatért a korosztályra jellemző, várható rövidlátás-előrehaladási ütemhez.

Több mint
225 000 gyermek
használ **ActivControl®**
technológiájú
kontaktlencsét
világszerte.²³



ActivControl® technológia a MyDay® MiSight® 1 day kontaktlencsében



Majdnem az összes
rövidlátó gyermeknél
eredményes:
a szemek 90%-a
reagál a kezelésre.^{*2,24}



Használata felére
csökkenti a
rövidlátás
romlását.^{†1,2}



Bármely életkorban
megkezdett kezelés
működik.^{†1,2}



Az ActivControl®
technológia 7 éves
klinikai vizsgálata a
gyermekek körében
végzett, eddigi
leghosszabb ideig tartó
lágy kontaktlencse
tanulmány.[§]

Kérdezze szemészeti szakemberét az új MyDay® MiSight® 1 day kontaktlencséről!

* A MiSight® 1 day használata során a rövidlátó szemek 90%-a reagál a kezelésre (11–15 évesen kezdő viselők, n=90), amely ugyanazt az ActivControl® technológiát alkalmazza, mint a MyDay® MiSight® 1 day.

† A mért és modellezett adatok felhasználásával, az összes korosztályra (8–17 éves korig) összevontan a MiSight® 1 day átlagosan körülbelül 50%-kal lassította a rövidlátás előrehaladását, amely ugyanazt az ActivControl® technológiát alkalmazza, mint a MyDay® MiSight® 1 day.

‡ Amíg az előírás szerint viselték a lencsét, a 8–15 éves rövidlátó gyermekeknél továbbra is lassabb volt a rövidlátás előrehaladása a MiSight® 1 day használata során, amely ugyanazt az ActivControl® technológiát alkalmazza, mint a MyDay® MiSight® 1 day.

§ A MyDay® MiSight® 1 day kontaktlencsék ugyanazt az ActivControl® technológiát alkalmazzák, mint a MiSight® 1 day.

A betegtájékoztatóban foglaltak nem értelmezhetők orvosi tanácsadásként, és nem helyettesítik a szemészeti szakember ajánlásait.

A kontaktlencsék gyógyászati segédeszköznek minősülő orvostechnikai eszközök.

Hivatkozások: **1.** Arumugam B et al. Modelling Age Effects of Myopia Progression for the MiSight® 1 day Clinical Trial. Invest. Ophthalmol Vis Sci. 2021; 62(8): 2333. **2.** CVI data on file, 2025. **3.** Holden BA, Fricke TR, Wilson DA, et al. Global prevalence of myopia and high myopia and temporal trends from 2000 through 2050. Ophthalmology. 2016; 123(5): 1036–1042. **4.** Lamoureux E L et al. Myopia and Quality of Life: The Singapore Malay Eye Study (SiMES). Invest. Ophthalmol Vis Sci. 2008; 49(13): 4469. **5.** Chua S Y L and Foster P J. The Economic and Societal Impact of Myopia and High Myopia. Ang M and Wong T. (eds) Updates on Myopia. Springer. 2020; 53–63. **6.** Tideman J W et al. Association of axial length with risk of uncorrectable visual impairment for Europeans with myopia. JAMA Ophthalmol. 2016; 134(12): 1355–1363. **7.** Zadnik K et al. Factors Associated with Rapid Myopia Progression in School-aged Children. Invest. Ophthalmol Vis Sci. 2004; 45(13): 2306. **8.** Woods J et al. Ocular health of children wearing daily disposable contact lenses over a 6-year period. CLAE. 2021; 44(4): 101391. **9.** Lumb E, et al. Six years of wearer experience in children participating in a myopia control study of MiSight® 1 day. Contact Lens & Anterior Eye: The Journal of the British Contact Lens Association, 46(4), 101849]. **10.** CVI data on file, 2025. Prospective, 1-week, double masked, bilateral study with MiSight® 1 day silicone hydrogel. N=32 subjects aged 8-18 years. **11.** Morgan I G et al. Myopia: is the nature-nurture debate finally over? Clin Exp Optom. 2019; 102(1): 3–17. **12.** Greenwald S H et al. Role of a Dual Splicing and Amino Acid Code in Myopia, Cone Dysfunction and Cone Dystrophy Associated with L/M Opsin Interchange Mutations. Transl Vis Sci Technol. 2017; 6(3): 2. **13.** Chen S J et al. Prevalence and associated risk factors of myopic maculopathy in elderly Chinese: the Shihpai eye study. Invest Ophthalmol Vis Sci. 2012; 53(8): 4868–73. **14.** Flitcroft D I. The complex interactions of retinal, optical and environmental factors in myopia aetiology. Prog Retin Eye Res. 2012; 31(6): 622–60. **15.** Xu L et al. High myopia and glaucoma susceptibility the Beijing Eye Study. Ophthalmology. 2007; 114(2): 216–20. **16.** Younan C et al. Myopia and incident cataract and cataract surgery: the blue mountains eye study. Invest Ophthalmol Vis Sci. 2002; 43(12): 3625–32. **17.** Chamberlain P et al. A 3-year Randomized Clinical Trial of MiSight® Lenses for Myopia Control. Optom Vis Sci. 2019; 96(8):556–567. **18.** Bullimore MA, Brennan NA. Myopia Control: Why Each Diopter Matters. Optom Vis Sci. 2019 Jun;96(6):463–465. **19.** Chamberlain P et al. Myopia progression on cessation of Dual-Focus contact lens wear: MiSight® 1 day 7-year findings. Optom Vis Sci. 2021; 98(E-abstract): 210049. **20.** CVI data on file 2024. Internal global wearer modeling estimates for the 12-month period of October 2023 to September 2024. **21.** Resolution: The standard of care for Myopia Management by Optometrists. World Council of Optometry. (2021, May 17). <https://worldcouncilofoptometry.info/resolutionthetandard-of-care-for-myopia-management-by-optometrists>. **22.** Chamberlain P, et al. Eye growth and myopia progression following cessation of myopia control therapy with a dual-focus soft contact lens. OVS 2025;102(5):353–358. **23.** CVI data on file 2025. Internal global wearer modeling estimates for the 12-month period of October 2024 to September 2025. **24.** Chamberlain P et al. Long-Term Effect of Dual-Focus Contact Lenses on Myopia Progression in Children: A 6-year Multicenter Clinical Trial. Optom Vis Sci. 2022; 99(3): 204–212.



CooperVision®

A MyDay®, a MiSight® és az ActivControl®
a The Cooper Companies, Inc. és leányvállalatainak bejegyzett védjegyei

CV/2025/529, 2026.02.06.



121207195

A KOCKÁZATOKRÓL OLVASSA EL A HASZNÁLATI ÚTMUTATÓT,
VAGY KÉRDEZZE MEG KEZELŐORVOSÁT!