

A rövidlátás kezelése: Szemvizsgálat

1

Megismerkedés és a vizsgálat

Ismerjük meg a gyermeket és a gondviselőjét



Amit a gyermektől kérdezzünk meg:

- Milyennek érzed a látásodat az iskolában? Látod a táblát?
- Milyen szabadtéri programokat szeretsz?
- Milyennek érzed a látásod az iskolán kívül?

Amit a gondviselőtől kérdezzünk meg:

- A családban van még más is, aki rövidlátó?
- Naponta mennyi időt tölt gyermeke közeli tevékenységgel? Közelre nézéssel?
- Van esetleg bármilyen kérdése?

Végezzük el a szemvizsgálatot

- Mérjük fel a rövidlátás kialakulásának/romlásának kockázatát.
- Vegyük figyelembe a családi anamnézist, a szabadban töltött idő mennyiségét, a közeli munkavégzést és az életkor szerinti refraktív státuszt (pl. $+0,75D$ 6 éves korban)¹



QR kód a kockázatot jelentő faktorok bemutatásához (PreMO)¹

2

A rövidlátás értelmezése

Pre-myopia



Nyugtassuk meg a családot, és ismertessük a rövidlátást

- Magyarázzuk el (ha szükséges), hogy a gyermek szeme ép, de ahogy a gyermek növekszik, úgy nő a szeme is.
- A rövidlátás vagy myopia leggyakrabban akkor fordul elő, amikor a szemgolyó arányaiban túl hosszúvá nyúlik gyermekkorban.
- A rövidlátás homályos távoli látást okoz, és szemüvegre vagy kontaktlencsére van szükség a jó látásélességhez.²

Ismertessük az eredményeket

- Ismertessük a kapott eredményeket, és azt, hogy hogyan változhat a szemük a kor előrehaladtával, ha nincs kezelve.
- Tájékoztassuk őket, hogy ha rövidlátó a gyermek, már vannak lehetőségek, amivel lelassíthatjuk a romlást.³

Kialakult rövidlátás



Nyugtassuk meg a családot, és beszéljünk a rövidlátásról

- Magyarázzuk el (ha szükséges), hogy a gyermek szeme ép, de ahogy a gyermek növekszik, úgy nő a szeme is.
- A rövidlátás vagy myopia leggyakrabban akkor fordul elő, amikor a szemgolyó arányaiban túl hosszúvá nyúlik gyermekkorban.
- A rövidlátás homályos távoli látást okoz, és szemüvegre vagy kontaktlencsére van szükség a pontos látásélességhez.²

Ismertessük az eredményeket

- Tájékoztassuk őket a rövidlátásról, hogy szemüveggel vagy kontaktlencsével tudjuk korrigálni a látását, illetve, hogy segíthetünk lassítani a romlást.³
- Életmódjuknak és igényeiknek megfelelő ajánlást teszünk.⁴

Meglévő rövidlátás

- A rövidlátás ismertetése (ha szükséges).
- Derítsük ki, hogy mit szeretnek/nem szeretnek a mostani korrekciós eszközükben, és mennyit hordják azt.
- Mondjuk el, hogy a rövidlátása romlott-e vagy nem változott.
- Magyarázzuk el, hogy a rövidlátás gyorsan romolhat, főleg a fiatal gyermekeknél², de a korai felnőttkorig folyamatosan változhat⁵.
- Már most is tehetünk a romlás ellen, törekedhetünk arra, hogy felnőttkorra csökkentjük a dioptriák mértékét.*⁶ Ez a szemüveg vagy kontaktlencse nélküli jobb látást és vékonyabb lencsákat jelent. Segít megőrizni a szem egészségét, és csökkenti a későbbi súlyosabb szemészeti problémák kockázatát.⁷

3

Következő lépések és javaslatok

Hangsúlyozzuk ki, hogy az életmódváltás segíthet⁸⁻¹⁰



- Töltsön több időt a szabadban, napfényben.
- A közeli tevékenységeket korlátozzuk 30 percre, a könyveket és a digitális eszközöket tartsuk legalább 30 cm-re a szemüktől, és iktassunk be szüneteket.

Ismertessük a rendszeres szemvizsgálat fontosságát

- Adjunk segédanyagot, és pontosítsuk újra az időpontot.
- Bármilyen látásbeli panasz vagy eltérés esetén javasoljuk a korábbi kontrollt.
- Bátorítsuk őket, hogy kérdezzenek minél többet.

A MiSight® 1 day bemutatása¹¹⁻¹²



- A MiSight® 1 day kontaktlencsét a rövidlátás romlásának lassítására fejlesztették ki.^{16,11}
- A MiSight® 1 day kontaktlencse kettős hatású: éles látást biztosít, és a felére csökkenti a rövidlátás romlását^{16,11}.
- Bármilyen látásbeli panasz vagy eltérés esetén javasoljuk a korábbi kontrollt.
- Hangsúlyozzuk ki az ajánlott viselési idő betartásának fontosságát.
- Bátorítsuk őket, hogy kérdezzenek minél többet.

Adjunk segédanyagokat és pontosítsuk újra az időpontot

- Vizsgáljuk meg, hogy alkalmas-e a MiSight® 1 day viselésére VAGY javasoljunk egy másik időpontot ehhez a vizsgálathoz.
- Bátorítsuk őket, hogy kérdezzenek minél többet.

Ha a gyermek vagy a gondviselő úgy érzi, hogy még nincs itt az ideje a kontaktlencse viselésnek, és inkább a rövidlátást kezelő szemüveget választanák, akkor tájékoztassuk őket, hogy milyen lehetőségek állnak rendelkezésükre.



*Azoknál a 8 és 15 év közötti gyermekeknél, akik a MiSight® 1 day kezelését elkezdték, a myopia progressziójának lassulását tapasztalták. 1 A mért és modellezett adatok alapján, a 8-17 éves korosztályon belül, a MiSight® 1 day átlagosan körülbelül 50%-kal lassította a myopia progresszióját.

A rövidlátás kezelése: Utánkövetés/Utógondozás

1. lépés

Vizsgáljuk meg a páciens viselési szokásait a rövidlátást kezelő eszközök tekintetében.



Kontaktlencse

- Általában mikor szoktad feltenni és kivenni a lencséidet?
- Egy héten hány alkalommal hordasz lencsét?
- Mennyit hordod a szemüvedet?

Szemüveg

- Ébredés után azonnal felteszed a szemüvedet?
- Mennyivel lefekvés előtt szoktad levenni?
- Melyik tevékenységhez nem viselsz szemüveget?

Mindkettőnél

- Beszéljük át a szabadtéri és beltéri aktivitás közötti szokásokat.

2. lépés

Végezzük el a látásvizsgálatot, és mérjük fel a myopia státuszát.



A fénytörés mértéke stagnál

A látásvizsgálatok eredményei azt mutatják, hogy a myopia mértéke nem változott

- Remek hír! Jól döntöttünk a rövidlátás kezelésével kapcsolatban. Ennek nyomán követését a továbbiakban is folytatjuk.
- Ez igazolja a MiSight® 1 day folyamatos használatának hatékonyságát (az ajánlott viselési idő betartásával).
- Minden esetben magyarázzuk el, hogy a rövidlátás addig fokozódhat, amíg a szem növekszik.⁵ Amíg a gyermek növekedésben van, javasolt a myopia kezelését elkezdni.¹¹²
- Célszerű folyamatosan alkalmazni a MiSight® 1 day-t, mivel a kezelés előnyei mindaddig érvényesülni tudnak, amíg a szem növekedésben van.¹¹²

Amennyiben abbahagyjuk a viselést

- Ha a kezelést bármilyen okból felfüggesztjük, akkor is javasolt a rendszeres ellenőrzés, hogy ne romoljon a rövidlátás. Foglaljon időpontot vizsgálatra, ha észreveszi, hogy hunyorog távolra nézés közben, közelebb kell menni a TV-hez vagy homályosnak érzi a látását.



Folyamatos romlás

A látásvizsgálat eredményei azt mutatják, hogy a rövidlátás enyhén romlott

- A MiSight® 1 day felére csökkentheti a rövidlátás romlását,¹⁶ de egyes gyermekeknél tapasztalható további változás. Kezelés nélkül akár duplájára is nőhetett volna a dioptria.⁶
- Az előnyök maximális kihasználása érdekében fontos, hogy a javasolt viselési időben hordja a MiSight® 1 day-t.¹¹

Kontaktlencse

- Mennyi lencse maradt még? (Ez megmutathatja az ajánlott viselési idő betartását)
- Fontos a látás állapotának folyamatos utánkövetése, ezért javasoltak a rendszeres kontroll vizsgálatok.

Szemüveg

- Ha a viselési idő betartása nem megfelelő, érdemes megfontolni a kontaktlencse viselését a rövidlátás kezelésére.
- A szemüveg mindig az aktuális dioptriának megfelelően legyen elkészítve, a felírt teljes korrekcióval.
- Folyamatosan ellenőrizzük a gyermek látást, és vigyünk el a javasolt kontroll vizsgálatokra.



*A mért és modellezett adatok alapján, a 8-17 éves korosztályon belül, a MiSight® 1 day átlagosan körülbelül 50%-kal lassította a myopia progresszióját.

†Azoknál a 8 és 15 év közötti gyermekeknél, akik a MiSight® 1 day kezelését kezdték, a myopia progressziójának lassulását tapasztalták.

Hivatkozások: 1. Ulster University. Predicting myopia onset and progression (PreMo): an evidence-based risk indicator for eye care practitioners. PreMo Risk Indicator. https://www.ulster.ac.uk/data/assets/pdf_file/001/1/826184/PreMo-risk-indicator-for-website.pdf. Accessed 22nd November 2023. 2. Zadnik K et al. Factors Associated with Rapid Myopia Progression in School-aged Children. Invest Ophthalmol Vis Sci. 2004; 45(13): 2306. 3. The College of Optometrists. Childhood-onset myopia management: Guidance for optometrists. <https://www.college-optometrists.org/category-landing-pages/clinical-topics/myopia/myopia-management-%E2%80%93-guidance-for-optometrists>. Accessed 22nd November 2023. 4. Rah M J et al. Vision specific quality of life of pediatric contact lens wearers. Optom Vis Sci. 2010; 87(8): 560-6. 5. The COMET Group. Myopia stabilization and associated factors among participants in the Correction of Myopia Evaluation Trial (COMET). Invest Ophthalmol Vis Sci. 2013; 54(13): 7871-7883. 6. 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. 7. 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. 8. Xiong S et al. Time spent in outdoor activities in relation to myopia prevention and control: a meta-analysis and systematic review. Acta Ophthalmol. 2017; 95(6): 551-566. 9. Huang H M et al. The Association between Near Work Activities and Myopia in Children—A Systematic Review and Meta-Analysis. PLoS ONE. 2015; 10(10): e0140419. 10. Huang P C 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; 104(7): 956-961. 11. 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 In Press. 12. Arumugam B et al. The Effects of Age on Myopia Progression with Dual-Focus and Single Vision Daily Disposable Contact Lenses. Optom Vis Sci. 2020; 97(E-abstract): 205340, AAO 2020 poster presentation.

© 2024 CooperVision. CooperVision®, ActivControl® and MiSight® are registered trademarks of The Cooper Companies, Inc. and its subsidiaries. CV/2024/179, 2024.08.09.