



## Контактные линзы и спорт

В последнее время крупнейшие производители выпускают специальные виды жестких газопроницаемых

**Преимущества контактной коррекции в спорте**

Острота зрения во многом определяет результативность и успех в большинстве игровых видов спорта

С самого начала появления контактных линз их несомненные достоинства с точки зрения зрения раскрываются

С тех пор контактные линзы изменились, усовершенствовались материалы, из которых их производят

**Учитывать потребности спортсменов**

Рекомендуя контактные линзы для клиента-спортсмена, необходимо учитывать особенности зрительной системы

Разные виды спорта выдвигают различные требования. Так, игрокам в баскетбол необходимо хорошее зрение

При выборе контактных линз необходимо учитывать длительность спортивных мероприятий и условия их проведения

Необходимо учитывать и условия окружающей среды. Применительно к спорту в это понятие входят:

---

В этих случаях рекомендуют назначать более устойчивые к дегидратации контактные линзы быстрого действия

Условия внешней среды оказывают влияние и на режим замены контактных линз или на возможность их использования

**Специальные контактные линзы для спорта**

Некоторые крупные производители контактных линз разрабатывают специальные контактные линзы для спортсменов

Компания «Paragon Vision Sciences» в 2000 году выпустила жесткие газопроницаемые контактные линзы для спортсменов

О выпуске в своей спортивной коллекции «Carrera» окрашенных контактных линз для занятий спортом

**Контактные линзы и водные виды спорта**

Плавание, ныряние, серфинг, водные лыжи - все эти виды спорта неизбежно приводят к контакту линзы с водой

Хорошая ориентация, возможность видеть препятствия и правильно оценивать дистанцию чрезвычайно важны для спортсмена

Состав контактирующей воды может оказывать влияние на параметры контактных линз. В гипотонической среде линзы могут деформироваться

Высокогидрофильные мягкие контактные линзы поглощают и длительное время удерживают влагу, что снижает риск их высыхания

Плавание в мягких контактных линзах увеличивает риск бактериальных инфекций. Различные исследования подтверждают это

В то же время различные исследования не доказали наличия клинически значимого количества бактерий на линзах после плавания

---

Более того, некоторые исследователи считают, что мягкие контактные линзы выступают как

Итак, если вы хотите применять контактные линзы при занятии водными видами спорта, вы должны

- 1) в обязательном порядке иметь при себе корректирующие очки;
- 2) применять стерильный физиологический раствор для промывания глаз;
- 3) стараться избегать попадания воды в глаза и носить защитную маску;
- 4) при попадании воды в глаза быстрым морганием попытаться освободиться от воды, избегая
- 5) снимать контактные линзы через 20 минут после выхода из воды, чтобы восстановился норм
- 6) тщательно дезинфицировать или заменять контактные линзы после каждого плавания;
- 7) научиться снимать и надевать контактные линзы без зеркала;
- 8) во избежание инфекций иметь две пары контактных линз, чтобы пара, в которой пациент п
- 9) применять одноразовые контактные линзы, которые можно просто выбросить после плавания
- 10) перед нырянием или плаванием в соленой морской воде до надевания маски закапать дис
- 11) в случае раздражения глаз, появления неприятных ощущений аккуратно снять контактные

По-видимому, следует ожидать дальнейшего расширения рынка специальных контактных линз