

KANN ICH MEINE KONTAKTLINSEN IN DER ALLERGIESAISON TRAGEN?



Allergien und Kontaktlinsen

Schätzungsweise 15 Prozent der Weltbevölkerung leiden an saisonalen Augenallergien¹, die häufig von den gleichen Allergenen verursacht werden wie andere im Haus oder im Freien auftretende Allergien. Augenallergien sind für manche Menschen so unangenehm und irritierend, dass sie ihre Arbeitsfähigkeit, den Genuss der Freizeit oder die sportliche Leistung beeinträchtigen und sie im Urlaub einschränken. Allergiker, die Kontaktlinsen tragen, haben häufig Probleme mit ihren Kontaktlinsen. Die Tatsache, dass sie ihre Kontaktlinsen nicht tragen können, beeinträchtigt manche allergischen Kontaktlinienträger in ihrer Selbstwahrnehmung und mindert ihre Leistung bei der Arbeit, in der Schule oder beim Sport.²



Was sind Augenallergien?

Eine Augenallergie, eine sogenannte „allergische Konjunktivitis“, ist die Folge systemischer Störungen des Immunsystems. Es handelt sich um eine Reaktion auf

im Haus oder im Freien auftretende Allergene (z. B. Pollen, Schimmel, Hausstaubmilben oder Haustierschuppen), die in die Augen geraten und eine Entzündung



der Bindehaut, d. h. des Gewebes, das die Innenseite der Lider säumt und teilweise den Augapfel bedeckt, hervorrufen. Die Bindehaut trägt auch dazu bei, Ihre Augen feucht zu halten. Allergien sind aus folgenden Gründen ein weltweit zunehmendes Problem:

- Verschmutzung der Atmosphäre (Tabak, Ozonabbau und Stickstoffdioxid)
- Hausstaub
- mehr Haustiere
- mehr Zimmerpflanzen

Augenallergien sind nicht ansteckend

Andere Substanzen, sogenannte „Reizstoffe“ (z. B. Schmutz und Rauch, Chlor etc.), sowie Viren und Bakterien können die Wirkung von Augenallergien verstärken oder sogar bei Nichtallergikern Symptome hervorrufen, die denen einer Augenallergie ähneln. Die Augen sind für Allergene und Reizstoffe ein leichtes Ziel, weil sie sensibel reagieren und diesen Stoffen genauso ausgesetzt sind wie die Haut.

Gewisse Medikamente und Kosmetika können ebenfalls eine Augenallergie hervorrufen. Als Reaktion auf die Allergene und Reizstoffe schüttet der Körper chemische Stoffe, sogenannte Histamine aus, die wiederum zu einer Entzündung führen.

Allergien sind ein wesentliches und zunehmendes Problem

Die Anzeichen für Augenallergien

Die üblichen Symptome von Augenallergien sind die Folgen einer Entzündung: rote, juckende, brennende, tränende und geschwollene Augen mit einem lästigen Gefühl, als ob man Sand in den Augen hätte.

Diese Symptome können mit einer laufenden oder juckenden Nase, Schnupfen, Husten oder Kopfschmerzen einhergehen. Viele Patienten stellen auch fest, dass ihre Sehqualität zeitweise verringert ist. Allergiker fühlen sich oft abgelenkt, unproduktiv oder erschöpft.



Die Augen sind für Allergene und Reizstoffe ein leichtes Ziel

Wie werden Augenallergien behandelt?

Zur Risikominimierung einer allergischen Konjunktivitis empfiehlt es sich, den Kontakt mit Substanzen, die die Allergie auslösen, von vornherein zu vermeiden. Beim Kontakt mit einem potenziellen Allergen sollten Sie sich gründlich die Augen waschen und danach künstliche Tränen einträufeln. Wenn diese Vorbeugung nicht ausreicht, sollten Sie einen Augenarzt aufsuchen und um Rat fragen. Die Symptome der Augenallergie können nach Entfernung des Allergens oder erfolgreicher Behandlung komplett verschwinden. Besprechen Sie mit Ihrem Augenarzt, was das Beste für Sie ist.

Tipps zur Vorbeugung von Augenallergien

- Berühren und reiben Sie Ihre Augen nicht.
- Waschen Sie sich häufig die Hände mit Wasser und Seife.



- Waschen Sie Ihre Bettwäsche bei möglichst hohen Temperaturen, um die Allergenbelastung zu verringern.
- Waschen Sie sich vor dem Schlafengehen die Haare.

- Vermeiden Sie das Tragen von Make-up.
- Teilen Sie Ihr Make-up mit niemandem.
- Benutzen Sie nie fremde Kontaktlinsen.
- Tragen Sie im Freien eine Sonnenbrille.

Allergiesaison

Augenallergien treten nicht nur im Frühling und Sommer auf. Die Allergiesaison erstreckt sich vielmehr über acht bis zehn Monate im Jahr. Viele Patienten leiden fast ganzjährig unter Symptomen der allergischen Konjunktivitis.

Augenallergien und Kontaktlinsen

Bei Kontaktlinsenträgern können Augenallergien ganz besondere Probleme hervorrufen. In der Hochsaison, die im Frühling beginnt, möchte man seine Kontakt-

linsen bei Aktivitäten im Freien, beim Sport und Sozialkontakten tragen. Während der Allergiesaison greifen aber zahlreiche treue Kontaktlinsenträger wegen des mangelnden Tragekomforts auf ihre Brille zurück. Viele andere entwickeln jedoch Strategien, die es ihnen ermöglichen, einfach und mit gutem Tragekomfort täglich Kontaktlinsen zu tragen. Auf viele Allergiker, die glauben, keine Kontaktlinsen tragen zu können, trifft diese Annahme eigentlich nicht zu.



Viele Allergiker, die Kontaktlinsen tragen, leiden unter mangelndem Komfort ihrer Kontaktlinsen und anderen Symptomen

Intelligente Strategien für Kontaktlinsenträger

Hier finden Sie einige Strategien, die von Kontaktlinsenanpassern und erfahrenen Kontaktlinsenträgern empfohlen werden:



- Verwenden Sie Ein-Tages-Kontaktlinen.
- Schränken Sie die Tragezeit ein.
- Erstellen Sie in der Allergiesaison Ihren persönlichen „Tragezeitplan“; tragen Sie Ihre Kontaktlinen z.B. nur zeitweise beim Sport.
- Wenn Sie Kontaktlinen mit zwei- oder vierwöchigem Austausch-

intervall zum Tagestragen verwenden, besprechen Sie mit Ihrem Kontaktlinenanpasser, welches Kontaktlinenpflegemittel am besten für Sie geeignet ist.

- Verwenden Sie die von Ihrem Augenarzt empfohlenen Augentropfen. Berücksichtigen Sie dabei, die Augentropfen nicht direkt in Verbindung mit Ihren Kontaktlinen zu verwenden.

Kontaktlinienträger mit Allergien können bei sorgfältigem Umgang auch weiterhin Kontaktlinen tragen

Kontaktlinen zur einmaligen Verwendung: die gesunde Option für zahlreiche Menschen mit Augenallergien

Es ist erwiesen, dass Ein-Tages-Kontaktlinen für Kontaktlinienträger im Allgemeinen eine gesunde Option sein können. Sie sind aber auch eine wirksame Strategie zur Behandlung von Allergiesymptomen.³ Ein-Tages-Kontaktlinen (die am Ende des Tages entsorgt werden) verringern nicht nur die Ablagerung augenreizender Allergene an der Oberfläche, es entfällt auch der Kontakt mit Desinfektions- und Konservierungsmitteln in Kontaktlinenpflegelösungen, die bei einigen Kontaktlinienträgern ihrerseits allergische Reaktionen hervorrufen können. Darüber hinaus sind Ein-Tages-Kontaktlinen weniger zeitaufwändig und praktischer als wiederverwendbare Kontaktlinen, weil man sie nicht täglich reinigen muss. Man entsorgt sie einfach am Ende des Tages und nimmt am nächsten Tag ein neues Paar.

Die Verwendung von Ein-Tages-Kontaktlinen ist eine wirksame Strategie zur Reduzierung von Allergiesymptomen



Im Rahmen einer dreijährigen Studie⁴ wurde die klinische Leistung von Ein-Tages-Kontaktlin- sen mit jener von kon- ventionellen Kontaktlin- sen zum Tagestragen verglichen. Dabei klag-

ten die Träger von Ein-Tages-Kontaktlin- sen weniger häufig über Symptome wie Rötungen, verschwom- mene Sicht und Fremdkörpergefühl. Sie berichteten zu- dem von besserer Sehqualität sowie höherem Trage- komfort und weisen weniger Ablagerungen an der Kontaktlin- senoberfläche auf, wodurch die Anzahl un- geplanter Arzttermine reduziert wird.

Wählen Sie aus der breiten Palette unterschiedlicher Ein-Tages-Kontaktlin- sen der Marke ACUVUE®. Fragen Sie Ihren Kontaktlin- senanpasser, welche Kontaktlin- se am besten zu Ihren Bedürfnissen und Ihrem Lebensstil passt.

Die Tatsache, dass man an Augenallergien leidet, be- deutet nicht unbedingt, dass man das Kontaktlin- sen- tragen aufgeben muss. Sprechen Sie mit Ihrem Kon- taktlin- senanpasser und finden Sie die Kontaktlin- se sowie das Trageschema, die am besten zu Ihnen pas- sen. Dann können Sie auch in der Allergiesaison mit Freuden und ohne Nachteile Kontaktlin- sen tragen.

Geben Sie Ihr Wissen weiter!

Wenn Sie beim Durchlesen dieser Broschüre etwas Neues erfahren haben, könnte ein Familienmitglied oder Freund sicher auch davon profitieren, also geben Sie diese Informationen doch einfach an die Personen weiter, die Ihnen nahestehen.

Es ist die Mühe wert!

Literaturnachweise

- 1 The Ocular Immunology and Uveitis Foundation, Ocular Allergy, Cambridge, 2009, <http://www.uveitis.org/medical/articles/case/Allergy.html>.
- 2 Vom 6.–9. Juni 2006 wurde mit Hilfe des Online-Verbraucherpanels ZoomPanel von MarketTool® eine quantitative Studie mit 500 erwachsenen Kontaktlin- senträgern, die an Augenallergien leiden, durchgeführt. Die Probandengruppe war eine zufällig ausgewählte, für die US-Bevölkerung im Hinblick auf Alter (ab 18 Jahren), Geschlecht, ethnische Zugehörigkeit und geografische Verteilung repräsentative Gruppe. Die Studie wurde im Auftrag von Johnson & Johnson Vision Care durchgeführt.
- 3 Hayes VY, Schnider CM & Veys J, An evaluation of daily disposable lenses in a population of allergy sufferers, Contact Lens & Anterior Eye 2003, 26: 85–93.
- 4 Solomon OD, Freeman MJ, et al. A 3-year prospective study of the clinical performance of daily disposable contact lenses compared with frequent replacement and conventional daily wear contact lenses, CLAO J, 1996; 22: 250–7.

ACUVUE®

KONTAKTLINSEN

SEE WHAT COULD BE™



Für weitere Informationen zu Kontaktlinsen der Marke ACUVUE® besuchen Sie bitte die Webseiten www.acuvue.de, www.acuvue.at, www.acuvue.ch

Kontaktlinsen sind Medizinprodukte. Um festzustellen, ob Sie als Kontaktlinsenträger geeignet sind, ist eine Augenuntersuchung erforderlich.

Fragen Sie immer Ihren Kontaktlinsenanpasser, bevor Sie beginnen, Kontaktlinsen zu tragen bzw. wenn Sie Fragen zum Tragen von Kontaktlinsen oder damit verbundenen Risiken haben. Bitte lesen Sie die (bei Ihrem Kontaktlinsenanpasser erhältliche) Kunden-/Patienteninformation ausführlich durch und halten Sie sich an die Empfehlungen Ihres Kontaktlinsenanpassers.

EYE HEALTH ADVISOR™, ACUVUE® ADVANCE® for ASTIGMATISM,
ACUVUE® ADVANCE® with HYDRACLEAR®,
ACUVUE® OASYS® for ASTIGMATISM,
ACUVUE® OASYS® with HYDRACLEAR® Plus,
1-DAY ACUVUE® MOIST® for ASTIGMATISM, 1-DAY ACUVUE® MOIST®,
1-DAY ACUVUE® TruEye™ und SEE WHAT COULD BE™
sind eingetragene Marken von Johnson & Johnson Vision Care.

Johnson & Johnson Vision Care ist ein Geschäftsbereich der
Johnson & Johnson Medical GmbH, Oststraße 1, D-22844 Norderstedt.

© Johnson & Johnson Vision Care 2011

EHA-04