

الحساسية

والعدسات اللاصقة



ACUVUE®



EYE HEALTH  
ADVISOR®

## الحساسية والعدسات اللاصقة



يُعاني ما يُقدَّر بـ15% من سكان العالم من حساسية العين الموسمية<sup>1</sup>، التي غالبًا تعود أسبابها إلى العديد من نفس العوامل التي تُسبب الحساسية في الأماكن المغلقة أو المفتوحة. بالنسبة إلى البعض، قد تتسبب حساسية العين في حدوث إزعاج وتهيج كبير لدرجة تؤثر على الأداء الوظيفي أو تُعرق ممارسة الأنشطة الرياضية أو الاستمتاع بأوقات الفراغ. وقد يعاني المصابون بالحساسية، ممن يحتاجون إلى تصحيح الرؤية، من بعض المشكلات في ارتداء العدسات.

### ما المقصود بحساسية العين؟

حساسية العين المعروفة أيضًا باسم "التهاب الملتحمة التحسُّسي"، تحدث نتيجة رد فعل من جهاز المناعة؛ فهي بمثابة رد فعل للمواد المثيرة للحساسية في الأماكن المغلقة والمفتوحة التي تدخل في العين. يؤدي ذلك إلى التهاب الملتحمة، وهي الغشاء الرقيق الشفاف الذي يُبطِّن الجدار الداخلي لجفن العين ويغطي مقلة العين جزئيًا. كما تساعد الملتحمة في الحفاظ على ترطيب عينيك.

أصبحت الحساسية شائعة بشكل متزايد حول العالم، ويرجع ذلك بالأساس إلى تلوث الغلاف الجوي: تدخين التبغ، واستنفاد طبقة الأوزون، وثاني أكسيد النيتروجين.

### العيون أهداف سهلة لمسببات الحساسية والالتهاب

يمكن أن تضعف المواد الأخرى التي يُطلق عليها اسم "مسببات الالتهاب" (مثل: الأوساخ والدخان والكلور، وما إلى ذلك) من تأثير حساسية العين أو حتى تسبب أعراض الالتهابات المماثلة لحساسية العين. على الرغم من تمتع العين بنظام دفاعي فريد، فإنها تُعد بمثابة أهداف سهلة لمسببات الحساسية والالتهاب؛ لأنها مكشوفة وحساسة، كما هي الحال مع البشرة.

يمكن أن تُسبب أيضًا بعض الأدوية ومواد التجميل حساسية للعين. ومن قبيل التصدي لمسببات الحساسية والالتهاب هذه، يفرز الجسم موادًا كيميائية تُسمى الهيستامين؛ مما يسبب الالتهاب.

## علامات حساسية العين

تتضمن الأعراض الشائعة لحساسية العين والالتهاب: الاحمرار والحكة والحرقان وإفراز الدموع وانتفاخ في الجفون ومحيط العين مع الشعور بإحساس رملي. قد تصاحب هذه الأعراض حدوث سيلان أو حكة في الأنف والعطس. كما قد يعاني الكثير من الأشخاص من عدم وضوح الرؤية بشكل مؤقت. قد يشعر الأشخاص الذين يعانون من الحساسية بالتشويش أو عدم الإنتاجية أو الإجهاد.

## كيفية التعامل مع حساسية العين؟

أفضل طريقة للوقاية من التهاب الملتحمة التحسسي هي المبادرة بتجنب ملامسة المواد المسببة للحساسية لديك. في حالة ملامسة مواد يُحتمل أنها مثيرة للحساسية، اغسل عينيك بحرص وضع قطرة عين دموع اصطناعية خالية من المواد الحافظة.

بعد الوقاية والعناية بالأعراض، إذا استمرت الحالة، فستتعين عليك استشارة أخصائي العيون الذي سيفصف أو يوصي بدواء مثل قطرات العين أو غسول العين. قد تختفي أعراض حساسية العين نهائيًا، سواء عند إزالة المواد المثيرة للحساسية أو بعد التعامل مع الحساسية. تحدّث إلى مزود خدمة الرعاية الصحية بشأن ما يناسبك بشكل أفضل.



## نصائح لتخفيف أعراض حساسية العين

- تجنّب لمس العين أو حكها
- استخدام كمادات باردة لتخفيف الأعراض
- استخدام قطرات العين المرطبة (الخالية من المواد الحافظة) لإزالة المواد المثيرة للحساسية من العين
- غسل اليدين بشكل متكرر بالماء والصابون
- غسل مفارش السرير وأغطية الوسادات في ماء ساخن باستخدام منظفات خالية من المواد المثيرة للحساسية
- تجنّب وضع مساحيق التجميل أو اختيار العلامات التجارية التي تقلل الالتهاب
- عدم مشاركة مساحيق التجميل مع أحد
- استخدام نظارات شمسية ملاصقة للعين ومحيط بها

## مواسم الحساسية

لا يقتصر حدوث حساسية العين حصريًا في فصلي الربيع والصيف؛ فموسم الحساسية يتراوح بين 8 إلى 10 أشهر في العام الواحد.

## حساسية العين والعدسات اللاصقة

بالنسبة إلى مرتدي العدسات اللاصقة، يمكن أن تتسبب حساسية العين في حدوث مشكلات فريدة. في موسم الذروة، الذي يبدأ في فصل الربيع، يرغب الأشخاص في ارتداء عدساتهم اللاصقة لممارسة الأنشطة الخارجية والرياضات والتواصل الاجتماعي.

على مدار موسم الحساسية، يعود بعض مرتدي العدسات اللاصقة لاستخدام نظاراتهم لعدم شعورهم بالراحة. ولكن يضع الآخرون إستراتيجيات تتيح لهم استخدام العدسات اللاصقة بكل راحة وسهولة.

**قد يتعرض المصابون بحساسية العين ممن يرتدون العدسات اللاصقة للشعور بعدم الراحة إلى جانب الأعراض المصاحبة للعدسات اللاصقة.**

## إستراتيجيات ذكية لمرتدي العدسات اللاصقة

فيما يلي بعض الإستراتيجيات التي قد تساعد مرتدي العدسات اللاصقة على مواصلة ارتداء عدساتهم بنجاح:

- استخدام عدسات لاصقة يومية للاستخدام مرة واحدة
- الحد من وقت ارتداء العدسات عندما تكون أعراض الحساسية في أوجها
- إعداد "مناوبة ارتداء العدسات" في موسم الحساسية حسب متطلباتك عن طريق ارتداء العدسات لفترة جزئية، على سبيل المثال، لممارسة الرياضة أو التواصل الاجتماعي مع العائلة والأصدقاء
- إذا كنت تستخدم العدسات اللاصقة المعدة للاستخدام المتكرر، يمكنك التحدث إلى أخصائي العناية بالعيون بشأن ارتداء العدسات اليومية للاستخدام مرة واحدة خلال موسم الحساسية. وربما ترغب في التحدث إلى أخصائي العناية بالعيون بشأن اختيار روتين التنظيف الأفضل لعدساتك اللاصقة المعدة للاستخدام المتكرر.
- استخدام قطرات العين كما هو موصوف بواسطة أخصائي العيون
- استخدام قطرات العين المرطبة (الخالية من المواد الحافظة) لإزالة المواد المثيرة للحساسية
- استخدام الكمادات الباردة



## العدسات اليومية للاستخدام ليوم واحد

### أحد الخيارات المتاحة للعديد من الأشخاص المعرضين للإصابة بالحساسية

يمكن أن يواصل مرتدو العدسات اللاصقة ارتدائها مع التعامل الجيد.

ثبت أن العدسات اليومية للاستخدام ليوم واحد يمكن أن تكون خياراً صحياً لمرتدي العدسات اللاصقة بشكل عام، ويمكن أن تمثل إستراتيجية فعالة للتعامل مع أعراض الإصابة بالحساسية.<sup>2</sup>

العدسات اليومية للاستخدام ليوم واحد (العدسات التي يتم التخلص منها في نهاية اليوم) لا تقلل تراكم العناصر المسببة للحساسية على الأسطح فحسب، ولكنها أيضاً تقلل التعرض للمطهرات والمواد الحافظة في محاليل تنظيف العدسات التي قد تؤدي بنفسها إلى حدوث رد فعل مسبب للحساسية لبعض مرتدي العدسات. بالإضافة إلى ذلك، تستهلك العدسات اليومية للاستخدام ليوم واحد وقتاً أقل وتكون أكثر ملاءمة من العدسات اللاصقة المعدة للاستخدام المتكرر؛ لأنه لا يتعين عليك تنظيفها كل يوم؛ ما عليك سوى التخلص منها في نهاية اليوم واستخدام عدسات جديدة ونظيفة كل يوم.

استخدام العدسات اليومية للاستخدام ليوم واحد يمثل إستراتيجية فعالة للتعامل مع أعراض الحساسية.

أفصح مرتدي العدسات اليومية للاستخدام ليوم واحد عن تعرضهم لأعراض أقل من الاحمرار وتشوش الرؤية والشعور بإحساس رملي مقارنةً بمن يرتدي العدسات اللاصقة المعدة للاستخدام المتكرر<sup>3</sup>؛ كما أفصحوا عن تمتعهم بتحسين الرؤية والرضا العام، وانخفاض الرواسب السطحية على العدسات، والمضاعفات والزيارات إلى أخصائي العيون غير المجدولة.

إن العدسات اللاصقة أكيوفيو مويست اليومية هي الخيار المثالي إذا كنت تعاني من أعراض الجفاف والحساسية. هذا بفضل التقنية ذات التأثير المزدوج التي تساعد في الحفاظ على الترطيب وتقضي على التهيج.

تعمل تقنية لكريون الموجودة في العدسات اللاصقة أكيوفيو أكيوفيو مويست على تكوين وسادة من الترطيب تدوم على مدار اليوم.<sup>4</sup> هذا، فضلاً عن جمعها مع تقنية المواد المرنة، تساعد العدسات اللاصقة على إضفاء الراحة على العينين عند ارتدائها وتحافظ على ثباتها في حالتها الطبيعية.<sup>4</sup>

التعرض لحساسية العين لا يعني بالضرورة أنه يتعين عليك التخلص من عدساتك اللاصقة. فبالنحوذ إلى أخصائي العيون وتحديد العدسات وروتين الارتداء المناسب الذي يلائم ظروفك بشكل أمثل، يمكنك الاستمتاع بارتداء العدسات اللاصقة حتى خلال موسم الحساسية.

## مشاركة المعرفة

إذا تعلمت أي شيء من قراءة هذا المنشور،  
فهناك فرصة أن يستفيد أحد أفراد العائلة  
أو صديق أيضًا؛ لذا يُرجى نشر المعلومة  
للأشخاص الذين يهتمك أمرهم؛ فالأمر  
يستحق ذلك!

ACUVUE®

### المراجع:

1. The Ocular Immunology and Uveitis Foundation, Ocular Allergy, Cambridge, 2009, <http://www.uveitis.org/medical/articles/case/Allergy.html>.
2. Hayes VY, Schneider CM & Veys J 'An evaluation of daily disposable lenses in a population of allergy sufferers' Contact Lens & Anterior Eye 2003, 26: 85-93.
3. 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.

4. بيانات JIV المسجلة عام 2018، وصف تقنية Dual Action و"طبقة من الرطوبة" لمجموعة العدسات اللاصقة أكوفيو موست اليومية

يمكن استخدام العدسات اللاصقة أكوفيو لتصبح الرؤية حيث ستقرر أخصائي الرعاية العيون إن كانت العدسات اللاصقة هي الخيار المناسب لك أم لا. يمكن أن تظهر مشاكل خطيرة في العين أثناء استخدام العدسات اللاصقة على الرغم من ندرتها. تجنب ذلك وللمساعدة في تجنب تلك المشكلات، اتبع الجدول الزمني الخاص بأوقات الاستخدام والاستبدال والتعليمات بشأن العناية بالعدسات. لا تزد العدسات اللاصقة إذا كنت تعاني من عدوى في العين أو تضام في مشكلة أخرى في العين أو إذا كانت لديك حساسية من أي مكون. مزيد من المعلومات، بما في ذلك التحذيرات والإجراءات الوقائية، يُرجى الاطلاع على تعليمات الاستخدام المتاحة على موقع أكوفيو الإلكتروني [www.acuvue.com/ar-me](http://www.acuvue.com/ar-me). إذا كنت تعاني من إزعاج العين أو في حالة حدوث أي حالة مرضية، ففعلك بإزالة العدسات اللاصقة والاتصال بأخصائي العيون على الفور.

أكوفيو، أكوفيو أويسس مع هايدرا كير بلس، أكوفيو أويسس للأستجماتيزم، أكوفيو أويسس اليومية مع هايدراوكس، أكوفيو أويسس اليومية للأستجماتيزم، أكوفيو موست اليومية، أكوفيو موست اليومية للأستجماتيزم، أكوفيو موست اليومية متعددة البؤر، أكوفيو أويسس ماكس اليومية، أكوفيو أويسس اليومية متعددة البؤر. هي علامة تجارية مسجلة لشركة © جونسون آند جونسون الشرق الأوسط ذ.م.م. 2025

لمزيد من المعلومات حول طريقة الوضع المناسبة والعناية والسلامة، تحدث إلى أخصائي الرعاية بالعيون وأقرأ تعليمات الاستخدام المتوفرة على موقع أكوفيو على شبكة الإنترنت [www.acuvue.com/ar-me](http://www.acuvue.com/ar-me)

# ACUVUE®

تتوفر العدسات اللاصقة أكيوفيو احتياجات  
تصحيح الرؤية لمن يعانون من قصر النظر أو طول النظر أو  
الإستجماتيزم أو طول النظر الشيخوخي (متعدد البؤر)

اكتشف المزيد على  
[www.acuvue.com/ar-me](http://www.acuvue.com/ar-me)

