

Ocena przestrzegania zaleceń prawidłowego użytkowania soczewek kontaktowych miękkich, cz. I

Rola specjalisty podczas doboru i wymiany soczewek



Foto: archiwum Autorki



Foto: archiwum Autorki

Mgr WERONIKA GRZONKOWSKA¹, dr med. MAŁGORZATA SEREDYKA-BURDUK²

¹Salon Optyczny Centrum Oka s.c.

²Klinika Okulistyki i Optometrii Katedra Chorób Oczu Collegium Medicum w Bydgoszczy Uniwersytetu Mikołaja Kopernika w Toruniu

Wstęp

Szacuje się, że 50–70 % populacji posiada wadę refrakcji i wymaga jej korekcji. Na całym świecie rośnie liczba pacjentów wykorzystujących do korekcji wady wzroku soczewki kontaktowe. Obecnie stosowanie soczewek kontaktowych uważane jest przez wielu użytkowników oraz specjalistów za bezpieczne. Stwierdzenie to może być jedną z wielu przyczyn niestosowania się korzystających z soczewek kontaktowych do zaleceń. Ryzyko wystąpienia powikłań związanych z noszeniem soczewek kontaktowych jest większe u osób nieprzestrzegających zaleceń ich użytkowania. W literaturze możemy znaleźć wiele badań, z których wynika, że bardzo często użytkownicy soczewek miękkich sami je sobie dobierają, nie pojawiają się na wizytach kontrolnych u specjalisty, nie przestrzegają higieny rąk i pojemnika na soczewki oraz wydłużają czas noszenia soczewek [1].

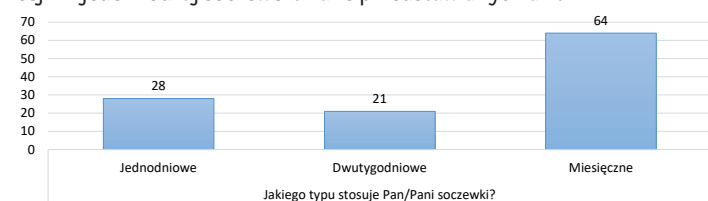
Cel

Głównym celem badania była analiza przestrzegania zaleceń dotyczących prawidłowego użytkowania soczewek kontaktowych przez osoby noszące soczewki miękkie. Miało ono wykazać, jakich zaleceń najczęściej nie przestrzegają użytkownicy miękkich soczewek kontaktowych oraz czy nieprzestrzeganie jednego z zaleceń jest powiązane z nieprzestrzeganiem innych. W niniejszym opracowaniu omówiony zostanie problem doboru i wymiany soczewek w powiązaniu z rolą specjalisty podczas tych procedur.

Materiał i metody

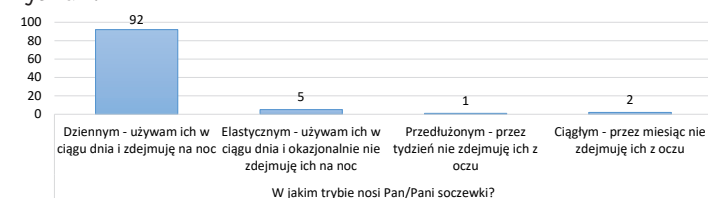
W badaniu wzięło udział 100 dorosłych użytkowników miękkich soczewek kontaktowych, klientów dwóch salonów optycznych w Tucholi. Badani byli w wieku 18–40 lat, 92% ankietowanych stanowiły kobiety. Większość badanych mieszkała w mieście, odpowiednio 47% w mieście powyżej 100

tys. mieszkańców, 13% w średnim mieście 20–100 tys. mieszkańców i 16% w małym mieście do 20 tys. mieszkańców. Jedynie 24% ankietowanych mieszkała na wsi. Wśród badanych 55% miało wykształcenie średnie, 43% wykształcenie wyższe i 2% wykształcenie podstawowe. Większość ankietowanych używała soczewek miesięcznych. Niektórzy z nich stosowali więcej niż jeden rodzaj soczewek. Dane przedstawia rycina 1.



Ryc. 1. Typ stosowanych soczewek

Zdecydowana większość badanych (92%) używała soczewek w trybie dziennym, a niewielka część nosiła je również w nocy. Dane przedstawia rycina 2.



Ryc. 2. Tryb noszenia soczewek

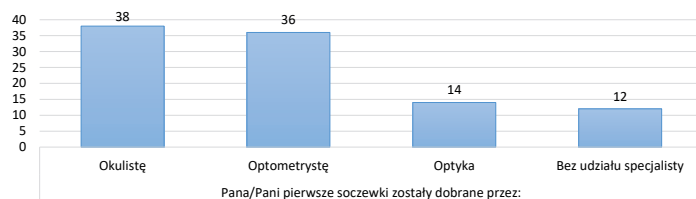
W badaniu posłużono się techniką ankiety, w formie papierowej i elektronicznej. Kwestionariusz ankiety składał się z dwóch części. Pierwsza część przeznaczona była dla wszystkich użytkowników miękkich soczewek

kontaktowych. Druga część przeznaczona była dla użytkowników soczewek w trybie dziennym dwutygodniowym oraz miesięcznym. Ankieta składała się z 30 pytań. Były to pytania zamknięte oraz półotwarte dotyczące: kwalifikacji pacjenta i doboru odpowiednich soczewek przez specjalistę, użytkowania soczewek kontaktowych, prawidłowej higieny podczas korzystania z soczewek, odpowiedniej pielęgnacji soczewek oraz pojemnika na soczewki, przestrzegania zalecanego czasu użytkowania soczewek oraz stawiania się użytkowników na wizyty kontrolne u specjalisty.

Uzyskane wyniki poddano analizie statystycznej. Została ona przeprowadzona za pomocą programu IBM SPSS Statistics wersja 23. Do analizy wykorzystano nieparametryczny test Chi kwadrat niezależności. Za poziom istotności statystycznej przyjęto $p < 0,05$.

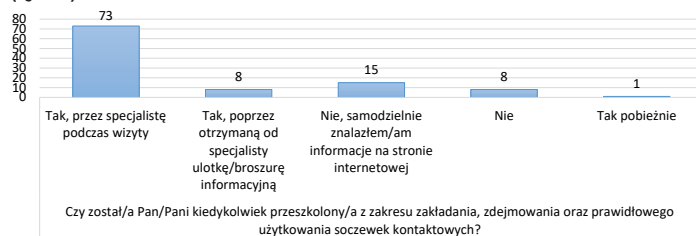
Wyniki

W przypadku większości badanych (88%) soczewki kontaktowe dobrał specjalista – lekarz okulista, optometrysta lub optyk. Szczegółowe dane przedstawiono na rycinie 3.



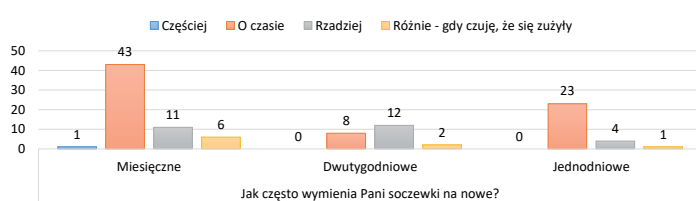
Ryc. 3. Sposób doboru pierwszych soczewek kontaktowych

Ponad 70% ankietowanych została przeszkolona przez specjalistę w zakresie zakładania, zdejmowania i prawidłowego użytkowania soczewek (ryc. 4).



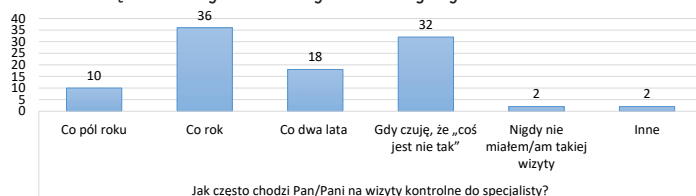
Ryc. 4. Uzyskanie przeszkolenia z prawidłowego użytkowania soczewek (możliwość zaznaczenia kilku odpowiedzi)

Z uzyskanych danych wynika, że soczewki miesięczne i jednodniowe badani zazwyczaj wymieniali o czasie. Natomiast pewna część osób korzystających z soczewek dwutygodniowych przyznała, że zmienia soczewki rzadziej niż wskazuje na to ulotka i przeznaczenie. Częstość wymiany soczewek przedstawia rycina 5.



Ryc. 5. Częstość wymiany soczewek

Z odpowiedzi ankietowanych wynika, że na wizyty kontrolne do specjalisty najczęściej udawali się co roku lub gdy poczuli, że coś złego dzieje się z okiem. Częstość wizyt kontrolnych obrazuje rycina 6.



Ryc. 6. Częstość wizyt kontrolnych u specjalisty

Większość użytkowników miękkich soczewek kontaktowych zadeklarowała, że nie zmieniali oni samodzielnie typu (67%) oraz mocy (71%) noszonych soczewek, co pokazano na rycinach 7 i 8.



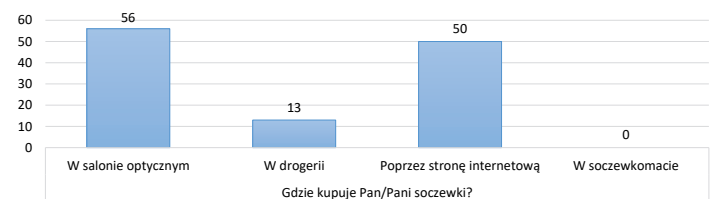
Ryc. 7. Zmiana typu noszonych soczewek bez wiedzy specjalisty



Ryc. 8. Zmiana mocy noszonych soczewek bez wiedzy specjalisty

Analiza korelacji wykazała, że występował istotny statystycznie związek pomiędzy samodzielną zmianą typu soczewek i samodzielną zmianą mocy soczewek ($\chi^2(1) = 9,08$; $p < 0,01$; $V = 0,30$). Osoby, które same zmieniały moc soczewek, częściej same zmieniały też typ soczewek.

Badani kupowali soczewki zazwyczaj w salonie optycznym lub przez stronę internetową. Miejsca zakupu soczewek przedstawia rycina 9.



Ryc. 9. Miejsce zakupu soczewek (możliwość zaznaczenia kilku odpowiedzi)

Z nowościami dotyczącymi soczewek kontaktowych zapoznawało się 13% osób, zazwyczaj przez Internet.

Dyskusja

Z przeprowadzonego badania wynika, że 12% ankietowanych dobrało swoje pierwsze soczewki kontaktowe bez pomocy specjalisty, a 23% nie uzyskało przeszkolenia z zakresu ich zakładania, ściągania i użytkowania. Większy odsetek osób nieprzeszkolonych może wskazywać na to, że nie wszyscy specjaliści udzielają instrukcji użytkowania podczas doboru soczewek. Takie sytuacje nie powinny mieć miejsca, gdyż to na dobierającym soczewki leży obowiązek przeszkolenia pacjenta. Niedopuszczalnym jest także dobór soczewek bez udziału specjalisty. Przyszły użytkownik nie tylko nie jest w stanie ocenić, czy nie występują u niego przeciwwskazania do noszenia soczewek kontaktowych, ale także może dobrać soczewkę niewłaściwie. W efekcie – nieodpowiednie dopasowanie soczewki powodować będzie niekorzystne zmiany w fizjologii oka. Aby zmniejszyć ilość samodzielnej aplikacji soczewek, wszyscy pracownicy salonów optycznych powinni informować swoich klientów o tym, że soczewki powinny zostać dobrane przez specjalistę podczas planowej wizyty.

Użytkownicy miękkich soczewek kontaktowych często nie przestrzegają zalecanego harmonogramu wymiany soczewek na nowe. Zaobserwowano, że 27,86% ankietowanych użytkowników soczewek miesięcznych, 63,63% użytkowników soczewek dwutygodniowych i 17,85% użytkowników soczewek jednodniowych nie wymienia soczewek na nowe o czasie. Uzyskane wyniki są bardzo zbliżone do rezultatów badania przeprowadzonego przez Dumbleton i wsp. w 2013 roku. Autorzy zanotowali, że użytkownicy soczewek dwutygodniowych częściej nie przestrzegali terminu wymiany so-

czewek na nowe (66%) niż użytkownicy soczewek jednodniowych (26%) oraz miesięcznych (33%) [2]. Wyniki obu badań wskazują, że najczęściej po czasie swoje soczewki wymieniają użytkownicy soczewek dwutygodniowych. Z własnych obserwacji wiadomo, że niektórzy pracownicy salonów optycznych „zezwalają” pacjentom na użytkowanie soczewek dwutygodniowych przez miesiąc, co może być jedną z przyczyn niestosowania się do harmonogramu wymiany soczewek zalecanego przez ich producenta. Potwierdzeniem tego spostrzeżenia jest wielośrodkowe badanie Dumbleton i wsp. z 2010 roku. Autorzy stwierdzili, że zalecenia specjalistów dotyczące wymiany soczewek nie zawsze były zgodne z harmonogramami wymiany zalecanymi przez producenta oraz że lekarze częściej stosują się do zaleceń producenta w przypadku codziennych soczewek jednorazowych i miesięcznych niż w przypadku soczewek dwutygodniowych [3]. Nieregularna wymiana soczewek zwiększa ryzyko wystąpienia wielu powikłań, w tym groźnego, jeśli chodzi o konsekwencje dla widzenia, infekcyjnego zapalenia rogówki [4]. Aby zmniejszyć ten problem, stworzono aplikacje przypominające użytkownikom o zalecanym terminie wymiany soczewek (m.in. B Lens Organizer, Twoje ACUVUE). Zadaniem specjalistów jest polecanie pacjentom tego typu aplikacji oraz wyjaśnianie, jakie powikłania może spowodować zbyt długie noszenie tej samej pary soczewek.

Ważnym aspektem prawidłowego użytkowania soczewek kontaktowych jest regularne zgłaszanie się na wizyty kontrolne. W niniejszym badaniu ponad połowa ankietowanych pojawiała się na wizycie kontrolnej co najmniej raz w roku. Niepokoi fakt, że aż 40% badanych decydowało się na taką wizytę dopiero w chwili pojawienia się niepokojących objawów. Należałoby więc zachęcać pacjentów do profilaktycznych wizyt kontrolnych. Najlepiej byłoby, aby podczas każdej kontroli odgórnie ustalić termin kolejnej. Trzeba jednak pamiętać, iż niestety 70% informacji udzielonych podczas wizyty u specjalisty pacjenci nie zapamiętują, dlatego kilka dni przed zaplanowanym terminem wizyty warto pacjentowi o niej przypomnieć [5]. Jednym ze sposobów zwiększenia wiedzy użytkowników soczewek na temat zaleceń dotyczących użytkowania może być także przekazanie tych informacji w formie ulotki. Z przeprowadzanego badania wynika, iż jedynie 8% ankietowanych otrzymało od specjalisty broszurę informacyjną. Niestety dane literaturowe dotyczące strategii zwiększania stopnia stosowania się do zaleceń są niewielkie. Jedną z nich jest korygowanie zachowań pacjenta podczas każdej wizyty kontrolnej [6]. Badania potwierdziły model „przekonań pacjenta”, w którym musi on zrozumieć, że istnieją rzeczywiste korzyści stosowania się do zaleceń. Gdy pacjent rozumie znaczenie badania kwalifikacyjnego, badań kontrolnych i poszczególnych procedur pielęgnacyjnych jest mu łatwiej stosować się do zaleceń. Wsparcie pacjenta podczas wizyt kontrolnych, poprzez pochwałę jego dobrych nawyków oraz omówienie negatywnych konsekwencji wynikających z niestosowania się do zaleceń, może także przyczynić się do poprawy jego postępowania [5].

W przeprowadzonym badaniu zanotowano, że użytkownicy miękkich soczewek kontaktowych często samodzielnie zmieniali typ oraz moc soczewek. Bez wiedzy specjalisty typ noszonych soczewek zmieniło 33% osób, a moc soczewek bez kontaktu ze specjalistą zmieniło 29% osób. Najczęściej zmiany dokonywały osoby korzystające z kilku typów soczewek. Być może samodzielną zmianą typu i mocy soczewek związana jest z brakiem kontroli nad możliwością zakupu soczewek. Chociaż soczewki są produktem medycznym, w Polsce i w wielu krajach można je kupić bez konieczności posiadania recepty czy zaświadczenia. Z własnych doświadczeń wynika, że pracownicy salonów optycznych często – w przypadku niedostępności odpowiednich soczewek – proponują pacjentom zamiennik w formie soczewek innej firmy lub o innych mocach. Zachowanie takie może wpłynąć na to, że produkt staje się mniej specjalistyczny i bardziej bezpieczny w uznaniu pacjenta. Taka sytuacja może prowadzić do tego, że to pacjent zacznie decydować za specjalistą, jakiego produktu będzie używał. Z kolei to może sprawić, że pacjent zacznie postrzegać wizyty kontrolne jako niepotrzebne. A więc utworzy się

błędne koło podobne do korzystania z leków bez recepty. Również możliwość zakupu soczewek przez Internet lub w soczewkomatach może powodować postrzeganie soczewek przez niektórych jako całkowicie bezpieczne i skłonić potencjalnych użytkowników do skorzystania z nich bez doboru oraz bez opieki specjalisty. Z badań wynika, że aż 63% ankietowanych zaopatrywało się w soczewki kontaktowe w innym miejscu niż salon optyczny. W analizie przeprowadzonej przez Stapleton i wsp. stwierdzono, że zaopatrywanie się w soczewki kontaktowe przez Internet wiąże się z wyższym ryzykiem infekcyjnego zapalenia rogówki w porównaniu z ich zakupem w salonach optycznych [7]. Dopóki więc odgórnie nie zostanie ustalona konieczność posiadania recepty podczas zakupu soczewek kontaktowych, specjaliści powinni więcej czasu poświęcić na edukowanie pacjentów i pracowników salonów optycznych. Obecna sytuacja może doprowadzić do tego, że to pacjenci będą czuli się jak specjaliści – dotychczasowi użytkownicy soczewek kontaktowych będą na swój sposób edukowali kolejnych, co zwiększy ryzyko powikłań. Potwierdzeniem niedostatecznej wiedzy na temat użytkowania soczewek kontaktowych oraz możliwych powikłań podczas ich noszenia jest fakt, iż prawie 90% ankietowanych nie zapoznawało się z nowościami dotyczącymi soczewek, a pozostali, którzy to robili, najczęściej korzystali z Internetu.

Analiza uzyskanych wyników nie wykazała związku pomiędzy odbywaniem przez pacjenta kontroli u specjalisty a przestrzeganiem innych zaleceń. Związek ten natomiast udało się zaobserwować innym badaczom. Dumbleton i wsp. określili zależność między odstępem czasu między wizytami u specjalisty a stopniem przestrzegania zaleceń. Średni czas między wizytami u specjalisty wyniósł 16 miesięcy i był dłuższy w przypadku osób, które nie przestrzegały zaleceń. Zaobserwowano, że najmniej odstępstw od prawidłowego użycia soczewek i ich pielęgnacji wykazują starsze kobiety, o wyższych dochodach, które regularnie odbywają wizyty kontrolne [2]. Zależność pomiędzy częstością wizyt kontrolnych a przestrzeganiem zaleceń przez użytkowników soczewek podkreśla znaczenie regularnych wizyt kontrolnych. Polskie Stowarzyszenie Soczewek Kontaktowych (PSSK) zaleca, aby wizyty kontrolne odbywały się nie rzadziej niż raz w roku [8]. Niestety, wśród niektórych użytkowników soczewek kontaktowych panuje przekonanie, że regularne wizyty nie są konieczne tak długo, jak długo soczewki są komfortowe, a ostrość wzroku prawidłowa. Najprawdopodobniej nie są oni świadomi, że nie wszystkie powikłania mogą dawać nieprzyjemne objawy.

Podsumowanie

Ryzyko wystąpienia powikłań związanych z noszeniem soczewek kontaktowych niewątpliwie powiązane jest z przestrzeganiem zaleceń przez ich użytkowników. Przestrzeganie zaleceń staje się możliwe wówczas, gdy korzystający z soczewek ma dostateczną wiedzę na temat ich pielęgnacji oraz ryzyka wystąpienia powikłań. Najlepszym źródłem informacji dla pacjenta pozostaje specjalista, który nie tylko dobiera soczewki, ale także zwraca szczególną uwagę na ich właściwą pielęgnację i przestrzeganie zasad użytkowania oraz zachęca do częstych profilaktycznych wizyt kontrolnych.

Dane w niniejszym artykule pochodzą z badania, które przeprowadzono na potrzeby pracy magisterskiej. W kolejnym artykule omówiony zostanie problem przestrzegania podstawowych zasad higieny podczas użytkowania soczewek kontaktowych.

Piśmiennictwo

1. Contact Lens Compliance: A Review. Contact Lens Update. <https://contactlensupdate.com/2018/10/26/contact-lens-compliance-a-review/>, 15.05.2020
2. K. Dumbleton, D. Richter, P. Bergenske i wsp. Compliance with lens replacement and the interval between eye examinations. *Optometry and Vision Science* 2013; 90: 3513-58
3. K. Dumbleton, D. Richter, C. Woods i wsp. Compliance with contact lens replacement in Canada and the United States. *Optometry and Vision Science* 2010; 87: 131-139
4. C. Lim, N. Carnt, M. Farook i wsp. Risk factors for contact lens-related microbial keratitis in Singapore. *Eye* 2016; 30: 447-455
5. J. Veys, J. Meyler, I. Davies: *Praktyczne zasady doboru soczewek kontaktowych*. Johnson & Johnson Vision Care Poland, Warszawa 2014
6. P. Donshik, W. Ehlers, J. Anderson i wsp. Strategies to better engage, educate, and empower patient compliance and safe lens wear: compliance: what we know, what we do not know, and what we need to know. *Eye Contact Lens* 2007; 33 (6): 430-433
7. F. Stapleton, L. Keay, K. Edwards i wsp. The incidence of contact lens-related microbial keratitis in Australia. *Ophthalmology* 2008; 115 (10): 1655-1662
8. 7 grzechów, których twoje oczy nigdy Ci nie wybaczą. Polskie Stowarzyszenie Soczewek Kontaktowych. https://www.pssk.com.pl/images/7_grzechow.pdf, 14.07.2020