

*Απαντήσεις στα ερωτήματα της εποχής...*

Πως εργαζόμαστε στην εποχή της  
πανδημίας με ασφάλεια;

Χρήση φακών επαφής ή όχι;

Λευτέρης Καραγεωργιάδης  
lk@eyear.org

Απρίλιος 2020

Πληροφορίες αρθρογραφίας και επιστημονικών εταιριών  
βρίσκονται διαθέσιμες στον τέλος της πληροφόρησης

# Πως εργαζόμαστε στην εποχή της πανδημίας με ασφάλεια;

1. Προστασία των εργαζομένων
2. Προστασία των επισκεπτών / πελατών
3. Νομική ευθύνη

## Τι πρέπει να απολυμαίνουμε:

- Απολύμανση μεγάλων επιφανειών/συσσώρευσης περισσότερων μικροβίων (1 -2 φορές την ημέρα)
- Απολύμανση μηχανημάτων, εργαλείων, οργάνων (μετά από κάθε χρήση)
- Απολύμανση εμπορευμάτων (μετά από κάθε χρήση)
- Μέσα προστασίας εργαζομένων (συνεχόμενα)
- Μέσα προστασίας επισκεπτών (συνεχόμενα)

# Μέσα απολύμανσης

- Σαπούνι
- Διάλυμα αλκοόλης 70%
- Διάλυμα Υποχλωριώδους νατρίου 0.5% (για μεγάλες επιφάνειες, όπως πατώματα)
- Διάλυμα Υποχλωριώδους νατρίου 0.1% (για μικρές επιφάνειες, λιγότερης επαφής)



# Μέσα απολύμανσης

- Χρήση άλλων απολυμαντικών ουσιών ή εμποτισμένων πανιών (προσοχή στο χρόνο επαφής)
- Χρήση συσκευής υπεριώδους ακτινοβολίας (far UV – 220 nm ?)
- Χρήση συσκευών υπεριώδους UV C (250 nm)



Διάλυμα Υποχλωριώδους νατρίου 0.5% (για μεγάλες επιφάνειες, όπως πατώματα)

100 ml χλωρίνης οικιακής χρήσης σε 1 λίτρο νερού

ή

Μισό ποτήρι νερού σε 1 λίτρο νερό



Διάλυμα Υποχλωριώδους νατρίου 0.1% (για  
μικρές επιφάνειες, λιγότερης επαφής)

20 ml χλωρίνης οικιακής χρήσης σε 1 λίτρο  
νερού

ή

1/10 ποτηριού σε 1 λίτρο νερό



## Υποδοχή πελατών / επισκεπτών

- Μέγιστη ασφάλεια θα πρόσφερε ο καθορισμός ραντεβού, κάτι που δεν είναι καθολικά εφικτό σε ένα οπτικό κατάστημα
- Σε περίπτωση ραντεβού, συστήνεται η λήψη των βασικών στοιχείων πελάτη ή κάποιων του ιστορικού τηλεφωνικά ή της παραγγελίας του, μειώνοντας το χρόνο παραμονής του στο χώρο
- Η απολύμανση των χεριών θεωρείται επισταμένη κατά την είσοδο στο χώρο



## Υποδοχή πελατών / επισκεπτών

- Η χρήση μάσκας επιβάλλεται στην πρώτη φάση που θα διανύσουμε για εργαζόμενους και πελάτες/ επισκέπτες
- Η χρήση προστατευτικών γυαλιών επιβάλλεται ιδιαίτερα στις περιπτώσεις που χρειάζεται η κοντινή απόσταση με τον επισκέπτη
- Τήρηση της απόστασης των 2 μέτρων όταν είναι εφικτό

## Υποδοχή πελατών / επισκεπτών

- Μείωση ή εξάλειψη των επισκεπτών στο χώρο αναμονής, μέσω του καθορισμού ραντεβού ή της τηλεφωνικής πρότερης επικοινωνίας
- Τοποθέτηση προστατευτικού διαχωριστικού στη σχισμοειδή λυχνία
- Συστήνεται η επίλυση προβλημάτων τηλεφωνικά ή μέσω αποστολή φωτογραφιών εφόσον είναι εφικτό

## Αρθρογραφία

- [www.aop.org.uk/ot/professional-support/health-services](http://www.aop.org.uk/ot/professional-support/health-services)
- CDC - Centers for Disease Control and Prevention
- Centre for Ocular research and education
- The COVID-19 pandemic: Important considerations for contact lens practitioners, Lyndon Jonesa,\* , Karen Walshb, Mark Willcox, Philip Morgand, Jason Nichols
- Top Contact Lens Experts Dispel Misinformation Regarding Coronavirus / COVID-19 Protections for Contact Lens Wearers, Jason Nichols
- COVID-19 and contact lens wear: what do eye care practitioners and patients need to know? Karen Walsh
- Evaluation of coronavirus in tears and conjunctival secretions of patients with SARS-CoV-2 infection, Jianhua Xia MM, Jianping Tong MD, Mengyun Liu MM, Ye Shen MD, Dongyu Guo MD
- Four Reasons Contact Lens Wear Isn't a Problem with COVID-19, Daddi Fadel
- Important coronavirus updates for ophthalmologists, CDC, WHO
- In-Office Disinfection of Multi-Patient Use Diagnostic Contact Lenses, AAO, AOA

# Χρήση φακών επαφής ή όχι;

# Είναι ασφαλής η χρήση φακών επαφής;

**ΝΑΙ** οι φακοί επαφής συνεχίζουν να είναι μία ασφαλής λύση διόρθωσης που χρησιμοποιούν εκατομμύρια άνθρωποι

Η παρουσία τους στην επιφάνεια του οφθαλμού δεν αυξάνει τις πιθανότητες προσβολής από τον SARS-CoV-2

**Χρήση Φακών Επαφής και Κορωνοϊός**

**5 Αλήθειες που χρειάζεται να γνωρίζετε κατά τη διάρκεια της πανδημίας του COVID-19**

Τα αποτελέσματα μιας νέας επιστημονικής ανάλυσης από πέντε διακεκριμένους ερευνητές στο χώρο της όρασης παρέχουν σαφείς συμβουλές για τους χρήστες φακών επαφής.<sup>1</sup>

**Μπορείτε να συνεχίσετε να χρησιμοποιείτε τους φακούς επαφής σας**

Επί του παρόντος δεν υπάρχουν επιστημονικές ενδείξεις ότι οι χρήστες φακών επαφής διατρέχουν αυξημένο κίνδυνο προσβολής από τον COVID-19 σε σύγκριση με τους χρήστες γυαλίων οράσεως. Συμβουλευτείτε έναν επαγγελματία οφθαλμικής υγείας αν έχετε ερωτήσεις.

#1

Η σωστή υγιεινή των χεριών είναι πάντα σημαντική.  
Στις τωρινές συνθήκες είναι επιτακτική.

- ✓ Πλύντε τα χέρια σας πολύ καλά με σαπούνι πριν τοποθετήσετε ή αφαιρέσετε φακούς.
- ✓ Σε περίπτωση που αυτό είναι αδύνατο, απολυμάνετε τα με διάλυμα οινόπνεύματος με τουλάχιστον 60% σύστασης.
- ✓ Στεγνώστε τα χέρια σας με πετσέτες μίας χρήσης.



Το ίδιο σημαντική είναι η καθαριότητα της θήκης των φακών σας.

Χρησιμοποιείτε τις ίδιες αρχές καθαρισμού και απολύμανσης.

# Απολύμανση των φακών επαφής

Απολυμάνετε τους φακούς σύμφωνα με τον ενδεδειγμένο τρόπο τους συστήματος καθαρισμού που χρησιμοποιείτε.  
**Συστήνονται υγρά απολύμανσης υπεροξειδίου του υδρογόνου 3%**



## Gas permeable

- 1 Place 3% hydrogen peroxide with GP lens in a non-neutralizing case.
- 2 Disinfect lens for 3+ hours.
- 3 Rinse GP lens with Multipurpose Solution (MPS). Pat dry, store dry.

- Multipurpose solutions are acceptable for rinsing.  
- ISO recommends this process every 28 days for soft or hybrid diagnostic lenses if they have been opened and not re-used and subsequently re-disinfected in that time period.

These methods have been approved by the American Academy of Optometry Section on Cornea, Contact Lenses and Refractive Technologies and The American Optometric Association, Contact Lens & Cornea Section adapted from the Standard of the International Organization for Standardization (ISO); ISO 19979:2018(E).

Created by Angelica Polizzi, 2020 OD candidate.

# ISO 11737-2:2019

## Hybrid and Soft

- 1 Place 3% hydrogen peroxide with soft or hybrid lens in non-neutralizing case for 3+ hours.
- 2 Transfer soft or hybrid lens to a neutralizing case. Fill with fresh 3% hydrogen peroxide. Add neutralizing disc or tablet as recommended by manufacturer.
- 3 Neutralize lens for 6+ hours, or as directed by manufacturer.
- 4 Rinse soft or hybrid lens with MPS. Store in a disinfected case with MPS.

## Εναλλαγή φακών επαφής - γυαλιών

Πλύντε και απολυμάνετε τα γυαλιά σας με τον ίδιο τρόπο που καθαρίζετε και τα χέρια σας.

Μερικοί ιοί μένουν σε σκληρές επιφάνειες για ώρες.

## ...κοντινά γυαλιά; ΠΡΟΣΟΧΗ!!

Ιδιαίτερη προσοχή σε όσους χρησιμοποιούν κοντινά γυαλιά που μπαίνουν και βγαίνουν πολλές φορές, μεταφέροντας πιθανώς ότι έχουν ακουμπήσει τα χέρια μας.

Σε αυτές τι περιπτώσεις, γίνεται επιτακτική ανάγκη προστασίας πιθανής επιμόλυνσης.

Η χρήση **πολυεστιακών γυαλιών** ή **πολυεστιακών φακών επαφής** μειώνει τις πιθανότητες

# Σταματήστε τη χρήση φακών επαφής εάν είστε άρρωστοι.

Συμβουλευτείτε το θεράποντα  
γιατρό για οδηγίες ανάλογα με την  
ασθένεια

Οι φακοί μπορεί να δημιουργούν  
χρηστική επιβάρυνση σε περίπτωση  
ασθένειας



## Γυαλιά όρασης και προστασία

*Δεν πρέπει να συγχέονται με τα κλειστού τύπου γυαλιά προστασίας, τα οποία φοριούνται επάνω από τα γυαλιά όρασης*

Τα γυαλιά όρασης παρέχουν ίσως μερική προστασία από τα σταγονίδια που κατευθύνονται ευθεία προς το πρόσωπο, για την περιορισμένη περιοχή που καλύπτουν.