Быстро скорректировать зрение и навсегда избавиться от надоевших очков, создать новый индивидуальный образ, изменив цвет глаз можно, используя контактные линзы. Компактные, абсолютно незаметные для окружающих полимерные пластины для глаз за считанные секунды возвращают остроту зрения, но иногда их использование вызывает дискомфорт. Почему от линз болит голова?

# Когда линзы подобраны неверно

Основная причина дискомфорта при эксплуатации линз – ошибки в выборе изделия. Все дело в том, что каждая пластина имеет свою определенную силу преломления. Если пациент с плохим зрением, очень долго носит контактные линзы с большим показателем диоприй, то со временем мышцы глаз спазмируются, вызывая очень сильную боль в голове.

Также покупая контактные линзы важно учитывать их размер. Ошибки в данном случае могут стать причиной не только головной боли, но и раздражения, развития воспалительных процессов роговицы глаза.

# Что такое синдром «сухого глаза»

Состояние «сухого глаза» возникает, когда полимерная пленка чрезмерно поглощает жидкость с поверхности конъюнктивы. Человеку больно смотреть вдаль, присутстует состояние общей усталости. Развитию такого состояния способствуют следующие факторы:

* непрерывная работа перед монитором компьютера длительное время;
* недостаток витамина А в рационе питания;
* ранее перенесенные операции на глазах;
* длительное пребывание в сухом, жарком помещении;
* при перелетах в самолете.

Игнорирование проблемы «сухого глаза» может привести к развитию сухого кератита. Избежать осложнений заболевания можно, ежедневно увлажняя слизистые глаза при помощи специальных капель.

# Головная боль как аллергическая реакция на линзы

Для пациентов с гиперчувствительностью, атопическим дерматитом развитие аллергической реакции на полимерные материалы не редкость. Уже на шестой, седьмой день болит голова при ношении линз, пациент ощущает дискомфорт, жжение глаз. Все эти неприятные симптомы пропадают, как только человек их снимает и одевает обычные очки.

Предотвратить аллергическую реакцию можно, выбирая только современные, высококачественные, гипоаллергенные изделия.

# Нарушение правил эксплуатации и хранения контактных линз

Неаккуратное снятие и надевание, нарушение правил хранения и санации могут спровоцировать головные боли и ощущения инородного тела в глазу. Со временем если ничего не делать для устранения проблемы, нарушается острота зрения, ухудшается четкость зрительного восприятия, развивается блефароспазм (неконтролируемое сокращение круговых глазных мышц).

# Инфекционные поражения глаз

Микробный кератит, язва роговицы, акантамебный кератит - это не полный список глазных заболеваний, вызванных неправильным ношением контактных линз. Несоблюдение правил хранения изделия, ошибки в выборе размера изделия вызывают повреждения роговицы глаза, которые в совокупности с бактериальными или инфекционными поражениями вызывают тяжелые заболевания.

Помимо сильных болей, отдающих в макушку головы, инфекционные поражения глаз сопровождаются обильными выделениями. Единственно верное решение в такой ситуации – немедленная консультация врача. Лечение, как правило, предполагает прием антибиотиков, отказ от ношения контактных линз, противовоспалительные компрессы.

# Покупаем контактные линзы только в специализированных магазинах

Очень часто, желая сэкономить, люди с плохим зрением отдают предпочтение более дешевому, но очень сомнительного качества товару в ларьках, нежели более дорогим, высококачественным изделиям выставленными в оптике или специализированных салонах.

Экономить на зрении – не сама лучшая идея. Дешевые, полимерные материалы, вредные красители, используемые в производстве цветных контактных линз, могут стать причиной не только головной боли, но и более серьезных проблем со зрением.

# Как избежать появления головной боли при эксплуатации контактных линз

Чтобы ношение линз не вызвало боль в голове, мало знать какими они должны быть по размеру. Важно соблюдать несколько простых правил:

1. Отдавайте предпочтение тем изделиям, срок годности которых не превышает один месяц.
2. Подбирая изделие для коррекции зрения, обращайте внимание на радиус кривизны.
3. Отдавать предпочтение стоит тем материалам, у которых показатель проникаемости кислорода выше.
4. **Выписывать рецепт на покупку корректирующих изделий для глаз должен врач офтальмолог**. Только специалист способен подобрать правильный вариант, учитывая индивидуальные особенности пациента.

# Заключение

Избежать головной боли, жжения и других неприятных ощущений при использовании контактных линз поможет правильный побор изделия специалистом офтальмологом и точное соблюдение правил эксплуатации, хранения и санации.

***КОРРЕКЦИЯ***

Быстро скорректировать зрение и навсегда избавиться от надоевших очков, создать свой новый оригинальный образ, изменив цвет глаз, можно, используя контактные линзы**.** Компактные, совершенно незаметные для окружающих полимерные пластины  за считанные секунды возвращают остроту зрения, но иногда их использование вызывает неприятные ощущения. **Почему от линз** **болит голова?**

Когда линзы подобраны неверно

 Основная **причина** дискомфорта при их эксплуатации – ошибки в выборе изделия. Все дело в том, что каждая пластина имеет свою определенную силу преломления. Если пациент с плохим зрением очень долго носит **контактные** линзы с большим показателем диоптрий, то со временем мышцы глаз спазмируются, вызывая сильную мигрень.

Также при покупке важно учитывать их размер. Ошибки в данном случае могут стать причиной не только **головной** боли, но и раздражения, развития воспалительных процессов в роговице.

Что такое синдром «сухого глаза»

Подобное недомогание возникает, когда полимерная пленка излишне поглощает жидкость с поверхности конъюнктивы. Человеку **больно** смотреть вдаль, он находится в состоянии общей усталости. Этому способствуют следующие факторы:

* непрерывная и долгая работа перед монитором компьютера;
* недостаток витамина А в рационе питания;
* ранее перенесенные операции на глазах;
* длительное пребывание в душном и жарком помещении;
* воздушные перелеты.

Игнорирование данной проблемы может привести к развитию сухого кератита. Избежать осложнений заболевания можно, ежедневно увлажняя слизистые при помощи специальных **капель.**

 Головная боль как аллергическая реакция на линзы

Для пациентов с гиперчувствительностью и атопическим дерматитом развитие аллергии на полимерные материалы не редкость. Уже на шестой, седьмой день **при** **ношении линз болит голова**, пациент ощущает дискомфорт, жжение в глазах. Все эти неприятные симптомы пропадают, едва человек снимает их и **надевает** обычные очки.

Предотвратить аллергическую реакцию можно, выбирая только современные, высококачественные и гипоаллергенные изделия.

Нарушение правил эксплуатации и хранения контактных линз

Неаккуратное **снятие** и надевание, ненадлежащее содержание и санация могут спровоцировать головные боли и ощущения **инородного** **тела** в глазу**.** Со временем, если ничего не **делать** для устранения проблемы - снижается острота зрения, ухудшается четкость восприятия, развивается блефароспазм (неконтролируемое сокращение круговых мышц).

Инфекционные поражения глаз

Микробный кератит, язва роговицы, акантамебный кератит - это не полный список **глазных** заболеваний, вызванных некорректным использованием контактных линз. Несоблюдение правил хранения, ошибки в выборе размера изделия могут стать причиной повреждения радужной оболочки. Все в совокупности с бактериальными или инфекционными поражениями становится причиной тяжелых заболеваний.

Помимо сильных болей, отдающих в **макушку** головы, и инфекции недомогание  сопровождается обильными выделениями. Единственно верное решение в такой ситуации – немедленная консультация врача. **Лечение**, как правило, предполагает прием антибиотиков, отказ от ношения подобных изделий, противовоспалительные компрессы.

Покупаем контактные линзы только в специализированных магазинах

Часто, желая сэкономить, люди с плохим зрением отдают предпочтение более дешевым товарам в ларьках, крайне сомнительного качества, нежели дорогим, современным изделиям, выставленным в оптике или специализированных салонах.

 Экономить на зрении – не сама лучшая идея. Недорогие полимерные материалы, вредные красители, используемые в производстве **цветных** изделий, могут стать причиной не только мигрени, но и более серьезных проблем со зрением.

 Как избежать появления неприятных ощущений при эксплуатации контактных линз

Чтобы их ношение не вызывало **боль**, мало знать какими они должны быть по размеру. Важно соблюдать несколько простых правил:

1. Отдавайте предпочтение тем видам, срок годности которых не превышает одного месяца.
2. Подбирая изделие для коррекции зрения, обращайте внимание на радиус кривизны.
3. Останавливайте свой выбор на тех материалах, у которых показатель проницаемости кислорода выше.
4. **Выписать рецепт на покупку корректирующих изделий для глаз должен врач-офтальмолог**.

Только специалист способен подобрать правильный вариант, учитывая индивидуальные особенности пациента.

Заключение

 Избежать головной боли, жжения и других неприятных ощущений при использовании контактных линз поможет соответствующий подбор изделия врачом-офтальмологом, а также точное соблюдение правил их эксплуатации, хранения и санации.