



Padajú vám vlasy? Vylúčili ste už všetky možné zdravotné príčiny? Všetko sa zdá byť v poriadku, no aj tak vám nikto nedokáže dať hodnovernú odpoveď? Ak ste už pár rokov neboli u očného, čo najskôr sa objednajte na vyšetrenie. Skryté dioptrické chyby sú potvory. Nesprávne namerané mínusky či plusky vo vašich okuliaroch alebo šošovkách môžu byť spoluvinník či dokonca páchatel'.

Padajú vám vlasy?

Zájdite k očnému!

Barbora Dudová (28) si všimla, že jej vlasy začínajú intenzívne padať, približne pred rokom. „Vrhla som sa do pátrania po možných dôvodoch a prelustrovala som celý internet. Radila som sa s priateľmi, s ošetrojúcou lekárkou, s magistrou v lekárni.“

Podstúpila rôzne typy vyšetrení vrátane odberov. Testy neodhalili nič zásadné, výsledky sa zdali byť v poriadku. Stratu vlasov začala pripisovať stresu a nelichotivej genetickej výbave. „V rodine máme jemné, nie veľmi husté vlasy. V práci sa venujem organizácii eventov a rôznych podujatí, hoci svoju prácu milujem, často v nej prežívam každodenný stres. Snažím sa stravovať zdravo. Aj tak som sa celý čas pýtala, kde som spravila chybu v štýle života, keď mi vlasy neustále padajú.“

DIOPTRIE, O KTORÝCH NETUŠILA

To, že by jednou z príčin mohli byť skryté dioptrie, Barbore nenapadlo. „Pri hľadaní informácií na internete som nenatrafila na žiadnu spojitosť dioptrií a padania vlasov.“ Až pri kompletnom očnom vyšetrení s rozkvapkaním ju lekárka upozornila, že práve Barborine neskorigované dioptrie môžu byť dôvodom.

„Počas precízneho vyšetrenia pani doktorka Smorádková zistila, že dioptriami trpím od narodenia. Nikdy sa mi však neprejavili natoľko, aby som musela v minulosti navštíviť očného lekára.“

To, že neskorigované dioptrie môžu byť jedným z dôvodov vypadávania vlasov, potvrdzuje aj primár bratislavskej Očnej kliniky NeoVízia, MUDr. Radovan Piovarčí.

„Súčasná medicína nedokáže presne vysvetliť, prečo to tak je.

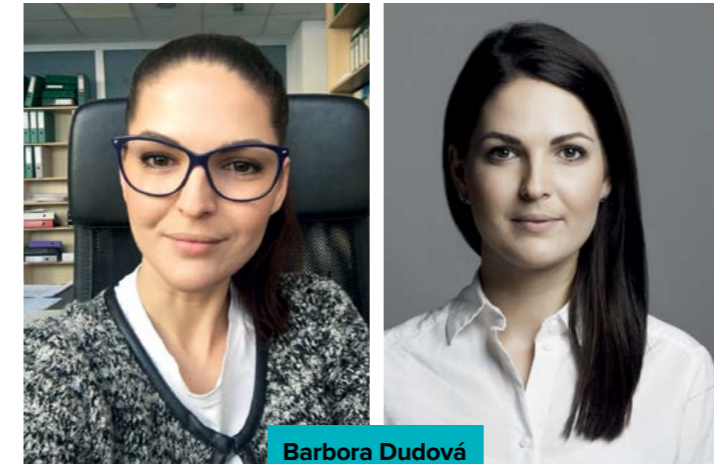
Pravidelne nás však vyhľadávajú pacientky, ktorým očné vyšetrenie doporučil dermatológ. Sťažovali sa na výrazné vypadávanie vlasov, či už rovnomerne po celej ploche hlavy alebo v chumáčikoch, známe ako alopecia areata.“

Mnohé zo spomínaných žien žili podľa lekára dlhé roky so skrytou neskorigovanou očnou chybou, o ktorej nemali často ani tušenie. „Prípadne nosili nevhodne nastavené dioptrické okuliare, v ktorých mali nesprávne namerané dioptrické hodnoty. Niekedy pritom stačí minimálna odchýlka,“ pokračuje MUDr. Piovarčí a zároveň upozorňuje na to, že nesprávne skorigované dioptrie môžu byť často jedným z dôvodov častejšie sa vyskytujúceho jačmeňa.

GALIBU NAROBÍ AJ MALÁ ODCHYLKA

Upozorňuje, že lavínu v podobe vypadávania vlasov môže často spustiť aj minimálna odchýlka. „Pacient s vysokými dioptriami chodí pravidelne k očnému lekárovi, lebo dobre nevidí. Podobné problémy preto obyčajne nerieši. Hoci aj vysoké dioptrie môžu byť nastavené nesprávne. Prípadne môže ísť o pacienta, ktorý má napríklad plus trojky a dva cylindre. Dioptrické sklá mu však korigujú iba samotné dioptrie, bez cylindrov. Iným prípadom sú ženy – pluskárky, ktorý nikdy okuliare nenosili. V mladosti aj bez nich videli perfektne. Zrazu si okuliare vypýta ich vek a kým sa odhodlajú zísť na kompletne vyšetrenie k očnému, presilujú si oči. To môže rovnako vyústiť do padania vlasov.“

Barbore očné vyšetrenie všetko zmenilo. „Pracujem s počítačom, denne využívam mobilný telefón, tiež sledujem televíziu



Barbora Dudová



a pri týchto aktivitách som si všimla, že za posledný rok, dva sa mi skutočne zhoršil zrak. Dlhodobu som žmúрила, mala som rozostreté videnie, pri šoférovaní a za šera som horšie videla na cestu. Úprimne, zľakla som sa, či sa nedeje niečo vážne,“ opisuje zhoršenie zraku Barbora. V podstate ho vníma ako šťastie v nešťastí. Keby sa jej za ostatné obdobie nebol zhoršil zrak, pravdepodobne by nezvažovala, že má ísť k očnému.

„Pred vyšetrením na bratislavskej očnej klinike som dioptrické okuliare ani šošovky nenosila. Teraz ich nasadzujem na nos pociťovo a som spokojná. Okuliare mi vyhovujú, zvykla som si na ne rýchlo. Najmä však od vyšetrenia a predpisu okuliarov vidím na sebe zmeny a pokroky. Prestala som žmúriť, okuliare sa snažím používať celý deň, najmä v práci a pri pozeraní televízie. Keď ich nemám, cítim, že mi chýbajú. Obraz predou mnou nemám taký ostrý ako s okuliarmi. Od vyšetrenia prešlo iba pár mesiacov, ale pozorujem, že už dnes sa intenzita vypadávania viditeľne zmiernila,“ dodáva Barbora.

OPRAVTE SVOJ ZRAK

Padanie vlasov z neodhalených alebo nesprávne skorigovaných dioptrií sa môže podľa odborníka dotknúť žien bez ohľadu na vek. „Trápi rovnako dvadsaťročné, štyridsaťročné či šesťdesiatročné pacientky. Padanie vlasov často ustúpi alebo sa minimálne zmierni jeho intenzita často krátko po tom, ako pacientka dopraje svojim očiam korekciu v podobe kontaktných šošoviek, dioptrických okuliarov alebo bezbolestnou laserovou operáciou femtosekundovým laserom či vnútroočným zákrokom.“

NA PREHLIADKU MINIMÁLNE RAZ ZA DVA ROKY

Dioptrický stav vašich očí sa môže zmeniť doslova bleskovo. Niekedy už pár mesiacov po tom, čo ste boli na ostatnej očnej prehliadke. Dioptrické chyby sú potvory. Často sa zvyšujú pomaly a postupne, kvôli čomu si človek na stav postupne sa zhoršujúceho videnia ľahko privykne.

To, že sa vám dioptrie jemne či rapídne zvýšili, často odhalí až precízna očná prehliadka. Navyše, správne skorigovanými dioptriami predídete okrem padania vlasov aj mnohým ďalším problémom, napríklad zhoršenému videniu za volantom, zhoršenou schopnosťou sústrediť sa, bolestiam očí, hlavy či dlhodobým stavom únavy.

V rámci vyšetrenia by ste mali podstúpiť vyšetrenie v cykloplégii aj v mydriáze. Mydriáza pomáha lekárom odhaliť pato-

logické zmeny vo vnútroočnej šošovke, v sklovci či na sietnici. „Bez vyšetrenia v mydriáze zrenici vidíme len 30% vnútroočného priestoru. Napriek tomu však iba mydriáza ako súčasť vstupného vyšetrenia pred operáciou nestačí,“ upozorňuje lekár.

Pri cykloplégii vám dočasne paralyzujú zaoštrovací očný sval. „U mladých ľudí býva veľmi svižný, preto ho cykloplégiou dokážeme na krátky čas znehybníť. Nevedome ním môžu totiž kamuflovať veľa dioptrických chýb. Pomocou dočasnej obrny ho doslova vyradíme z funkcie, vďaka čomu dokážeme odhaliť pravú dioptrickú hodnotu, ktorú inak klamlivo prekrýva ako-modačný krč. Bez cykloplégie môžu výsledné merania dioptrií skresľovať. A to až do výšky dvoch dioptrií,“ podčiarkuje dôležitosť oboch typov rozkvapkaní MUDr. Piovarčí.