**Oční poradna: Co dělat, když oči hodně slzí? Pomoci může akupunktura**

**PRAHA, 20. PROSINCE 2022 – Během zimních měsíců je oko náchylnější k nadměrnému slzení. Paradoxně může být tvorba většího množství slz spojena se syndromem suchého oka. Jak očím ulevit a kdy slzení nepodceňovat a raději navštívit lékaře?**

Příčiny slzení oka jsou různé – může se jednat o zánět, cizí tělísko v oku, různé alergie nebo třeba ucpané odvodné slzné cesty. Překvapivě mohou oči slzet i při suchém oku, toto onemocnění se v populaci vyskytuje čím dál častěji. „Problémy se dříve objevovaly zejména po 40. roce věku. Syndrom suchého oka, který se stal civilizačním onemocněním současnosti, se ale čím dál častěji začíná objevovat u mladších pacientů. Na vznik suchého oka má vliv zejména pobyt v klimatizovaných prostorách a práce s počítačem, mobilním telefonem nebo tabletem, kdy oči rychleji osychají a pacienti si pak stěžují na řezání a pálení očí, chvilkami se vidění může rozmazávat a oči bývají zarudlé nebo můžou až bolet,“ popsal Pavel Stodůlka, přednosta sítě očních klinik Gemini.

Od potíží pomohou ulevit speciální oční kapky. U vážnějších případů tato léčba nebyla účinná. Novou nadějí pro pacienty se stala akupunktura. „Kapky – takzvané umělé slzy, nahradí nedostatek slz a jsou většinou první volbou při řešení problému. Sice zlepšují potíže způsobené suchým okem, neřeší ale jeho příčiny. Přirozenou a velmi účinnou léčbou suchého oka jsou kapky vyrobené z krve pacienta. Odebraná krev se odstředí a upraví tak, že vzniknou čiré kapky obsahující řadu přirozených léčebných látek, které regenerují povrch oka. Ty jsou navíc bez konzervačních látek a nevyvolávají vedlejší účinky. Poměrně nově se při léčbě používá akupunktura. Jedná se o metodu tradiční čínské medicíny, která má mnohatisíciletou historii a lze díky ní ovlivňovat a léčit některé oční nemoci a vady, mezi které syndrom suchého oka patří. Lidé se přitom nemusí bát, že by jim lékař píchal jehly do oka. Aplikují se nejen do akupunkturních bodů blízko oka, ale také na různá jiná místa po celém těle,“ uvedl Pavel Stodůlka.

Během zimních měsíců slzí oči víc, na vině je zpravidla chladný vítr, a ne vždy je nutné vyrazit hned k lékaři. Přetrvávající nadměrné slzení ale není dobré podceňovat. „V extrémním počasí je povrch oka vystavován větší zátěži a je ovlivněno i složení slzy. Pokud je slza ‚slabší', povrch oka je na některých místech víc vystavován zevnímu prostředí. To je signál pro tělo, ať oči víc zvlhčí a přes hlavní slznou žlázu přidá do slz víc vody. Slza nestíhá odtékat odvodnými slznými cestami, nedrží na oku a přetéká i přes víčka. Občasné slzení při extrémním počasí, silném větru nebo slzení v zakouřeném prostředí nebo při silném osvětlení očí je normální. Pokud je nadměrné slzení dlouhodobé například i uvnitř v místnosti nebo pokud je doprovázené bolestí, zarudnutím oka nebo zhoršeným viděním nebo je jednostranné, je vhodné navštívit očního lékaře,“ doporučila Zuzana Frisová, lékařka zlínské oční kliniky Gemini.

Slzy jsou pro oko a dobré vidění velmi podstatné, pokud člověk trpí naopak jejich nedostatkem, i to je třeba řešit. „Slzy jsou v určitém množství pro zdraví oka nepostradatelné. Zvlhčují povrch oka, aby byl hladký a lesklý. To je důležité pro kvalitu vidění a pro to, aby víčko mohlo po oku jemně klouzat. Pokud má člověk málo slz nebo jsou nekvalitní, vede to ke zrakovým obtížím, k podráždění oka a zvyšuje se riziko infekce oka,“ uzavřel Pavel Stodůlka.

**KONTAKT PRO MÉDIA:**

**Mgr. Petra Ďurčíková\_mediální konzultant**

**pear_media logo_fin rgb_bez okraju.jpg**

**+420 733 643 825,** [**petra@pearmedia.cz**](mailto:petra@pearmedia.cz)**,** [**pearmedia.cz**](http://www.pearmedia.cz)

**SOUKROMÁ OČNÍ KLINIKA GEMINI,** [**www.gemini.cz**](http://www.gemini.cz/)

Soukromá oční klinika Gemini rozvíjí dlouholetou tradici zlínské oční chirurgie. První klinika byla otevřena ve Zlíně v roce 2003 a v současnosti provozuje klinika v České republice deset pracovišť: ve Zlíně, v Průhonicích u Prahy, Praze-Krči, Českých Budějovicích, Ostravě, Vyškově, Brně, Novém Jičíně a Liberci. Jako jediná česká oční klinika otevřela pracoviště také ve Vídni. Vedle operací zbavujících pacienty potřeby nosit brýle a operací šedého zákalu se na klinikách provádějí i estetické zákroky, jako například plastika horních a dolních víček. V čele týmu operatérů stojí světově uznávaný oční chirurg prim. MUDr. Pavel Stodůlka, Ph.D., FEBOS-CR.

**prim. MUDr. PAVEL STODŮLKA, Ph.D., FEBOS-CR,** [**www.lasik.cz**](http://www.lasik.cz/cs/zivotopis/)

Studium medicíny na Univerzitě Palackého v Olomouci ukončil v roce 1989 s vyznamenáním a pochvalou rektora. V roce 2000 absolvoval postgraduální studium na Lékařské fakultě Univerzity Karlovy v Hradci Králové s tématem disertace metoda LASIK, kterou v ČR zavedl. Zkušenosti s oční chirurgií sbíral i po světě, hlavně v Kanadě. Působil jako přednosta očního oddělení Baťovy nemocnice ve Zlíně. V roce 2003 založil soukromou oční kliniku Gemini – největší soukromou oční kliniku v Česku. Několik očních operací, například centraci vychýlené lidské čočky, implantaci presbyopické fakické čočky nebo odstranění vetchozrakosti pomocí laseru RElexSmile, provedl jako první oční chirurg na světě a řadu očních operací zavedl jako první v Česku. Vyvíjí nové lasery pro oční chirurgii, jako např. CAPSULaser. Přednáší na prestižních mezinárodních očních kongresech, vyučuje v kurzech pro zahraniční oční lékaře a byl zvolen prezidentem AECOS – Americko–evropského kongresu oční chirurgie. V roce 2019 si Pavel Stodůlka na své konto připsal další dvě světová prvenství – jako první oční chirurg na světě provedl operaci šedého zákalu novým femtomatrixovým laserem, který jako jediný disponuje robotickým ramenem a zároveň je nejrychlejším na světě. Druhým prvenstvím byla operace, takzvaná rotace lentikuly, která sníží astigmatismus oka pacienta (nesprávné zakřivení rohovky). Pravidelně se umisťuje v žebříčku nejoblíbenějších lékařů v Rakousku, v roce 2021 byl zvolen již potřetí. Jako první oční chirurg provedl laserovou operaci očí metodou CLEAR v Česku a Rakousku. Od roku 2022 je nositelem medaile Za zásluhy 1. stupně. Koncem roku 2022 převzal cenu profesora Emilia Campose za inovaci v oftalmologii.