

# รายงานวิจัยฉบับใหม่นำเสนอข้อเท็จจริงและข้อพึงปฏิบัติสำหรับผู้ใส่คอนแทคเลนส์ช่วงโควิด-19 ระบาด



รายงานที่ผ่านการพิจารณาจากกลุ่มนักวิทยาศาสตร์ชั้นนำตอกย้ำว่าการล้างมือเป็นสิ่งจำเป็น พร้อมเตือนว่าการใส่แว่นหรือแว่นสายตาไม่ช่วยลดความเสี่ยงในการติดเชื้อ

รายงานฉบับใหม่ที่ผ่านการพิจารณาจากนักวิทยาศาสตร์ด้านจักษุที่มีชื่อเสียงระดับโลก 5 ท่าน ได้รับการเผยแพร่เพื่อแก้ไขความเชื่อผิด ๆ และข้อมูลที่ไม่ถูกต้องซึ่งอาจก่อให้เกิดอันตราย ตลอดจนสร้างความเชื่อมั่นให้กับผู้ใส่คอนแทคเลนส์ในช่วงที่โควิด-19 ระบาดทั่วโลก โดยรายงานหัวข้อ “โควิด-19 ระบาด: ข้อควรพิจารณาที่สำคัญสำหรับผู้ใส่คอนแทคเลนส์” ซึ่งเผยแพร่ในวารสาร Contact Lens & Anterior Eye ได้นำเสนอข้อเท็จจริงสำคัญ 5 ประการสำหรับผู้สวมใส่คอนแทคเลนส์ หรือแว่น/แว่นสายตา ดังนี้

1. สามารถใส่คอนแทคเลนส์ได้ตามปกติ ปัจจุบันยังไม่มีหลักฐานทางวิทยาศาสตร์ที่บ่งชี้ว่า ผู้ใส่คอนแทคเลนส์มีความเสี่ยงเพิ่มขึ้นที่จะติดเชื้อโควิด-19 เมื่อเทียบกับผู้สวมแว่น/แว่นสายตา หากมีข้อสงสัยกรุณาปรึกษาจักษุแพทย์

2. การรักษาสุขอนามัยเป็นสิ่งจำเป็น การล้างมือให้สะอาดทั่วถึงและการเช็ดมือให้แห้งเป็นสิ่งสำคัญ ขณะเดียวกัน การสวมใส่และการดูแลคอนแทคเลนส์อย่างเหมาะสม การรักษาความสะอาดของตลับใส่คอนแทคเลนส์ และการทำความสะอาดแว่น/แว่นสายตาเป็นประจำด้วยสบู่และน้ำก็เป็นสิ่งสำคัญเช่นกัน พฤติกรรมเหล่านี้จะช่วยให้คุณมีสุขภาพดีและห่างไกลจากโรงพยาบาล
3. แว่น/แว่นสายตาไม่ช่วยป้องกันเชื้อ ไม่มีหลักฐานทางวิทยาศาสตร์ที่สนับสนุนข่าวลือที่ว่า การสวมแว่น/แว่นสายตาทุกวันช่วยป้องกันเชื้อโควิด-19 ได้
4. ห้ามใช้มือที่ยังไม่ได้ล้างสัมผัสใบหน้า ไม่ว่าจะใส่คอนแทคเลนส์ แว่น/แว่นสายตา หรือไม่ได้สวมใส่อะไรเลย คุณก็ควรหลีกเลี่ยงการสัมผัสจมูก ปาก และดวงตาด้วยมือที่ยังไม่ได้ล้าง ตามคำแนะนำขององค์การอนามัยโลก (WHO) และศูนย์ควบคุมและป้องกันโรคแห่งสหรัฐอเมริกา (CDC)
5. ถ้าคุณป่วย ควรหยุดใส่คอนแทคเลนส์ชั่วคราว ผู้ใส่คอนแทคเลนส์ที่ป่วยควรเปลี่ยนไปสวมแว่น/แว่นสายตาแทนชั่วคราว เมื่อคุณหายป่วยและปรึกษากับจักษุแพทย์แล้ว คุณสามารถกลับไปใช้คอนแทคเลนส์ได้ตามปกติ โดยต้องใส่คอนแทคเลนส์ใหม่และตลับใส่คอนแทคเลนส์ใหม่

เมื่อวันที่ 8 เมษายนที่ผ่านมา CDC ได้เผยแพร่คำแนะนำที่ปรับปรุงใหม่เกี่ยวกับการใส่คอนแทคเลนส์ช่วงโควิด-19 ระบาด ซึ่งสอดคล้องกับรายงานวิจัยที่เผยแพร่ในวารสาร Contact Lens & Anterior Eye โดย CDC ระบุว่า แว่นตาและคอนแทคเลนส์ไม่มีคุณสมบัติที่จะเป็นอุปกรณ์ป้องกันส่วนตัว (PPE)

“คนหลายล้านกำลังตั้งคำถามว่าโควิด-19 ส่งผลกระทบต่อ การดูแลดวงตาอย่างไร เนื่องจากผู้ใหญ่ราว 2 ใน 3 คนทั่วโลกต้องสวมใส่คอนแทคเลนส์ แว่นสายตา หรือแว่นตา แต่กลับมีข้อมูลผิด ๆ กระจายเป็นวงกว้างในช่วงนี้ ดังนั้นเป้าหมายของเราคือการแบ่งปันข้อเท็จจริงที่มีวิทยาศาสตร์สนับสนุน เพื่อขจัดความหวาดกลัวด้วยข้อเท็จจริง” ดร.ลินดอน โจนส์ ผู้อำนวยการศูนย์ศึกษาและวิจัยด้านจักษุ (CORE) แห่งมหาวิทยาลัยวอเทอร์ลู (ออนตาริโอ, แคนาดา) และหัวหน้าผู้เขียนรายงาน กล่าว “ผลการศึกษาของเราบ่งชี้ว่า คอนแทคเลนส์ยังคงเป็นวิธีการแก้ไขปัญหาสายตาที่ยอมรับได้อย่างสมบูรณ์ในช่วงที่โควิด-19 ระบาด ตราบใดที่ผู้ใส่คอนแทคเลนส์ยังรักษาความสะอาดมืออย่างดี รวมถึงปฏิบัติตามคำแนะนำในการใส่และดูแลคอนแทคเลนส์อย่างเหมาะสม”

รายงานฉบับสมบูรณ์รวบรวมสิ่งที่ค้นพบจากแหล่งข้อมูลที่มีการอ้างอิงกว่า 100 แหล่ง โดยเป็นการเจาะลึกเรื่องสุขภาพดวงตาในแง่มุมต่าง ๆ ท่ามกลางการแพร่ระบาดของโรค รวมถึงให้คำแนะนำเชิงปฏิบัติแก่ผู้เชี่ยวชาญด้านการดูแลสายตา สามารถดาวน์โหลดรายงานฉบับนี้และรายงานอื่น ๆ ที่เกี่ยวกับการใส่และดูแลคอนแทคเลนส์อย่างเหมาะสมได้ที่ [COVIDEyeFacts.org](https://COVIDEyeFacts.org)

รายงานวิจัยฉบับใหม่จะช่วยเติมเต็มและขยายความคำแนะนำของ CORE เกี่ยวกับการล้างมือและการใส่คอนแทคเลนส์อย่างปลอดภัย ซึ่งเผยแพร่เมื่อช่วงกลางเดือนมีนาคมที่ผ่านมา

ดร.โจนส์เป็นผู้เชี่ยวชาญด้านการดูแลดวงตา โดยเขียนรายงานวิชาการที่ผ่านการพิจารณาแล้ว 400 ฉบับ และบรรยายทางวิชาการกว่า 1,000 ครั้ง ในกว่า 40 ประเทศทั่วโลก ในปี 2562 เขาได้รับการยกย่องจาก Expertscape ในฐานะผู้เชี่ยวชาญที่มีผลงานเผยแพร่มากที่สุดในสาขาการวิจัยคอนแทคเลนส์

ผู้เชี่ยวชาญอีก 4 ท่านที่ร่วมเขียนรายงานฉบับนี้ประกอบด้วยนักวิจัย นักวิชาการ และแพทย์ที่ได้รับการนับถือจากทั่วโลก ได้แก่ ดร.คาเรน วอลซ์ ผู้นำทีมการศึกษาวิชาชีพและนักวิทยาศาสตร์ทางคลินิกจาก CORE, ดร.มาร์ค วิลล์ค็อกซ์ ผู้อำนวยการฝ่ายวิจัยประจำวิทยาลัยทัศนมาตรศาสตร์และทัศนวิทยาศาสตร์แห่ง UNSW (ซิดนีย์), ดร.ฟิลิป มอร์แกน ผู้อำนวยการศูนย์วิจัยยูโรเลนส์แห่งมหาวิทยาลัยแมนเชสเตอร์ (สหราชอาณาจักร) และดร.เจสัน นิโคลส์ ผู้ช่วยรองประธานฝ่ายวิจัยและศาสตราจารย์ประจำวิทยาลัยทัศนมาตรศาสตร์แห่งมหาวิทยาลัยยอลาบามาเมืองเบอร์มิงแฮม (สหรัฐอเมริกา) และบรรณาธิการใหญ่วารสาร Contact Lens Spectrum

เกี่ยวกับ CORE

ศูนย์ศึกษาและวิจัยด้านจักษุ (Centre for Ocular Research & Education: CORE) ก่อตั้งขึ้นในปี 2531 ณ วิทยาลัยทัศนมาตรศาสตร์และทัศนวิทยาศาสตร์แห่งมหาวิทยาลัยวอเตอร์ลู ตลอดระยะเวลา 3 ทศวรรษที่ผ่านมา องค์กรแห่งนี้พัฒนาจากการมีบุคลากรเพียง 3 คน จนกลายเป็นศูนย์กลางการวิจัยพื้นฐานและการวิจัยประยุกต์ที่ประสบความสำเร็จอย่างสูง โดยมีการร่วมมือกับกลุ่มผู้สนับสนุน หน่วยงานต่าง ๆ และแวดวงวิชาการ ทั้งในด้านชีววิทยาศาสตร์ขั้นสูง การวิจัยทางคลินิก และการศึกษา องค์กรแห่งนี้ดำเนินงานอย่างมีประสิทธิภาพและมีคุณภาพสูงสุด ซึ่งถือเป็นหัวใจสำคัญของความก้าวหน้ามากมายในด้านสุขภาพดวงตา ปัจจุบัน ทีมงาน 50 คนได้ให้บริการด้านต่าง ๆ เกี่ยวกับดวงตา ทั้งอุปกรณ์ทางการแพทย์ ยารักษาโรค เทคโนโลยีดิจิทัล และอีกมากมาย โดยเน้นไปที่ดวงตาส่วนหน้า สามารถดูข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่ [core.uwaterloo.ca](http://core.uwaterloo.ca)

ข้อมูลติดต่อสำหรับสื่อมวลชน

Aimee J. Lewis

McDougall Communications for CORE

อีเมล: [aimee@mcdougallpr.com](mailto:aimee@mcdougallpr.com) หรือ โทร: +1-585-414-9838 (มือถือ)

Mike McDougall, APR, Fellow PRSA

McDougall Communications for CORE

อีเมล: [mike@mcdougallpr.com](mailto:mike@mcdougallpr.com) หรือ โทร: +1-585-545-1815 (มือถือ)

รูปภาพ - [https://mma.prnewswire.com/media/1153965/CORE\\_Contact\\_Lens\\_Infographic.jpg](https://mma.prnewswire.com/media/1153965/CORE_Contact_Lens_Infographic.jpg)