

Pomogą na to ciemne okulary

Jeśli patrzysz na śnieg i widzisz przed oczami mroczki, nie martw się. To nic poważnego.

Zazwyczaj to wina odbijającego się od śniegu światła - uspokaja dr Iwona Filipecka z Kliniki Okulus. - Pomogą przyciemnione szkła w okularach, a mroczki znikną po roztopach.

Śnieg to drobne kryształki lodu, połączone ze sobą w nieregularny sposób. Światło, padając na płatki śniegu, ulega wielokrotnemu odbiciu, a większa jego część wraca do naszego oka. Mroczki przed oczami to nic innego, jak zjawisko optyczne. Są nieszkodliwe dla organizmu, choć nie pozostają bez znaczenia. Mroczki rozpraszają kierowców. Dlatego lepiej im przeciwdziałać.

- Te zjawiska zaburzają nam postrzeganie otoczenia. Mogą się wiązać nawet z utratą równowagi - twierdzi dr Filipecka.

Jedyną radą na nietypową zimową przypadłość są przyciemniane szkła. Ale nie wystarczą okulary noszone latem. Zimowe szkła przeciwsłoneczne mają bowiem ciemniejszą barwę.

Okulary powinny mieć ciemno lub bardzo ciemno zabarwione szkła. Preferowany jest kolor brązowy lub szary. Wszystkie szkła powinny mieć powłokę anty-UV, która zatrzymuje w 100 proc. promieniowania UVA i UVB - zaznacza pani doktor. - Gdy nie nosimy okularów z filtrem, promieniowanie jest pochłaniane przez rogówkę oraz spojówkę, oczy zaczynają wtedy piec i łzawić. Ale mroczki mogą też oznaczać początek choroby, np. jaskry. Dlatego gdy po zimie nie mijają, trzeba udać się do okulisty. FED