

Zima daje mroczki

•• Zimą do okulistów zgłaszają się ludzie zaniepokojeni latającymi przed oczami mroczkami. Specjaliści uspokajają: to wina odbijającego się od śniegu światła. – Pomogą przyciemnione okulary, a mroczki znikną po roztopach – mówi dr Iwona Filipecka z kliniki Okulus w Bielsku-Białej.

Tzw. mroczki przed oczami to zjawisko optyczne nieszkodliwe dla organizmu, aczkolwiek niepozostające bez znaczenia. Specjaliści uważają, że lepiej mroczkom przeciwdziałać, bo zaburzają nam one postrzeganie otoczenia, a w skrajnych przypadkach mogą prowadzić do utraty równowagi.

Jedyną radą na mroczki są przyciemniane okulary. Nie wystarczą jednak szkła, które nosimy w wakacje. - Takie okulary powinny być barwione powyżej 80 proc., a więc powinny mieć szkła ciemno lub bardzo ciemno zabarwione, najlepiej na brązowo lub szaro - radzi dr Filipecka.

Oczywiście wszystkie szkła powinny mieć także powłokę anti-UV, która zatrzymuje w 100 proc. promieniowanie UVA i UVB. ● 108