

ZDROWIE → OKULISTA

dr Iwona Filipecka, Klinika Okulus



Podczas zimy mam zaburzenia widzenia w postaci mroczków. Co powinnam zrobić?

Jedyną radą na tą zimową przypadłość, jest noszenie przyciemnianych okularów. Jednak nie wystarczy wyciągnąć z szuflady pary okularów z wakacji. Zimowe szkła przeciwsłoneczne mają zupełnie inną, ciemniejszą barwę.

Okulary na zimę powinny być barwione powyżej 80 proc., a więc muszą mieć szkła ciemno lub bardzo ciemno zabarwione.

Okulary przeciwsłoneczne używane np. w trakcie polskiego lata mają średnie barwienie, tj. 50-75 proc. Barwienie powinno być w kolorze brązowym lub szarym.

Oczywiście wszystkie szkła powinny mieć także powłokę anty-UV, która zatrzymuje w

100 proc. szkodliwe promieniowanie UVA i UVB.

Gdy nie nosimy okularów z filtrem, promieniowanie jest pochłaniane przez rogówkę oraz spojówkę. Wtedy oczy zaczynają podlegać reakcjom alergicznym np. odczuwamy silne pieczenie i łzawienie.

Występowanie tzw. mroczków podczas widzenia może również oznaczać początek choroby oczu.

Ten objaw, może towarzyszyć np. jaskrze albo zaburzeniom związanym z ciśnieniem tętniczym. W przypadku pojawienia się utrudniających widzenie mroczków, warto wybrać się na konsultację okulistyczną i zdecydować się na profesjonalne badanie, np. ciśnienia wewnątrzgałkowego.