



Prawdy i mity

O okularach

Nie tylko korygują wady wzroku, ale mogą także dodawać urody i seksapilu. Jednak z noszeniem okularów wiąże się sporo błędnych przekonań.

● Anita Czerska, konsultacja: dr n. med. Iwona Filipecka z kliniki Okulus

Okulary mogą uczulać.

PRAWDA

Szpecially metalowe oprawki, które zawierają chrom lub nikiel. Jeśli jesteś alergikiem, lepiej wybierz okulary hypoalergiczne.

Szkieł do czytania nie trzeba dobierać u optyka. Można kupić uniwersalne.

MIT Okulary z apteki czy sklepu należy traktować jako awaryjne. Możemy z nich skorzystać, kiedy nasze własne gdzieś się zapodzieją. Na co dzień lepiej i zdrowiej korzystać ze szkieł dobranych przez optyka.

Przy krótkowzroczności lepiej jest nosić okulary o mniejszej mocy, niż wada.

MIT Kiedyś rzeczywiście tak uważano. Całkowita korekcja miała rozleniwiać oczy i prowadzić do szybszego powiększania

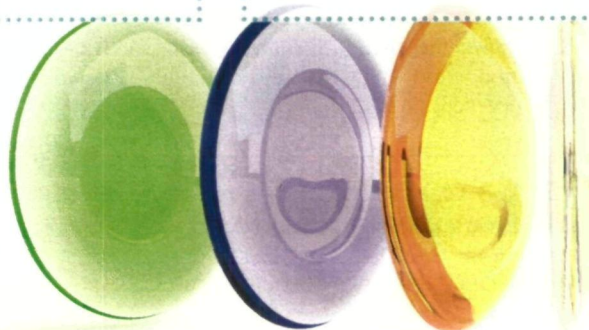
się wady. Dziś wiemy, że tak nie jest. Okulary należy dobierać w taki sposób, aby ostrość widzenia była jak najlepsza.

Do oceny wady wzroku wystarcza badanie komputerowe wykonane u optyka.

MIT Badanie komputerowe jest tylko jednym z elementów oceny wzroku. Oprócz niego do określenia rodzaju wady konieczne są inne badania, które może wykonać jedynie lekarz okulista. Polegają one na dokładnym obejrzeniu przedniej oraz tylnej części oka. To pozwala na wykluczenie różnego rodzaju schorzeń, np. zmian zwyrodnieniowych. Lekarz powinien także ocenić stopień zmętnienia soczewki. Jest to szczególnie ważne u osób po 40. roku życia. W niektórych wadach, zwłaszcza u dzieci i młodzieży, należy dodatkowo wykonać pomiar długości gałki ocznej. Dopiero po wykonaniu tych wszystkich badań okulista dobiera odpowiednie szkła. Używa do tego specjalnych oprawek okularowych i próbnych szkieł. Pacjent po kolei je mierzy i ocenia, w których widzi najlepiej.

Bezpieczniej nosić okulary niż soczewki.

MIT Są sytuacje, w których to właśnie soczewki są bezpieczniejsze, niż okulary, np. podczas uprawiania sportu. Granie w siatkówkę w okularach jest nie tylko niewygodne, ale w razie niefortunnego upadku czy uderzenia piłką grozi urazem. Noszenie soczewek kontaktowych jest bezpieczne, jeśli robi się to zgodnie z zaleceniami. Przede wszystkim należy dbać o ich sterylność. Ważne też, aby dostatecznie często wymieniać soczewki na nowe.



Fot.: Fotochannels, Fotolia (2)

Okularów przeciwsłonecznych nie powinno się kupować na bazarze.

PRAWDA Okulary sprzedawane na bazarze nie są poddawane żadnej kontroli, tak więc nie wiemy, czy mają odpowiednie filtry. Naklejka z napisem UV tego nie gwarantuje. W słoneczny dzień źrenice przystonięte ciemnymi szklami rozszerzają się. Jeżeli więc włożymy okulary bez filtrów, do wnętrza oka dostanie się więcej szkodliwego promieniowania. Grozi to uszkodzeniem siatkówki. Poza tym okulary z bazaru często są złej jakości, co wpływa na komfort widzenia. Takie szkła mogą np. zniekształcać obraz. W efekcie będziemy uskarżać się na bóle głowy.

Noszenie okularów daje szansę wyleczenia wady wzroku.

MIT Niestety, nie ma co liczyć na to, że wada sama się cofnie. To się zdarza wyłącznie u dzieci, które czasem w okresie dojrzewania wyrastają z nadwzroczności. Dla dorosłych jedynym sposobem na pozbycie się wady jest laserowa korekcja wzroku.

Używanie cudzych okularów może popsuć wzrok.

PRAWDA Optyk, który osadza szkła w okularach, uwzględni indywidualne cechy osoby, która będzie je nosiła, np. rozstaw źrenic. Nosząc nie swoje okulary, męczymy oczy. Może to prowadzić do różnego rodzaju dolegliwości oraz zaburzeń widzenia.

U dziecka, które jeszcze nie umie czytać, nie da się wykryć wady wzroku.

MIT Problemy ze wzrokiem można zauważyć już u niemowlęcia. Zaniepokoić nas może, jeśli np. maluch, który skończył trzy miesiące, nie skupia wzroku na twarzy matki. Wykonajmy wtedy prosty domowy test. Pokażymy mu kolorowe zabawki i zasłaniając raz jedno, raz drugie oko, obserwujemy jego zachowanie. Czy wodzi wzrokiem za zabawkami? Jeśli nie, wybierzmy się do okulisty. Również dzieci rodziców, którzy mają wadę wzroku, już w pierwszym roku życia powinny przejść badania okulistyczne.

